

Nos licenciarnos, nos formamos en psicoterapia, hacemos terapia individual, supervisamos casos... **...¿y después qué?**

## HACIA UN MODELO GRUPAL DE FORMACIÓN PERMANENTE

**Autores Grupo SELF:** Imanol Aizpurua Laboa, M.Teresa Diez Sales; Elvira Dueñas Jurado, Celia Elu Ortíz, J.Luis Furió Vidal, Lledó González Buils, Antonio Guiu Bret, Jesús Hernández Francés, Stela Jaúdenes Vaquer, Inmaculada Montoya Castilla, Carmel Ortolá Pastor y M<sup>a</sup> Francisca Rabanal Miguel.

Tras el cumplimiento clásico de los requisitos formativos como psicoterapeutas (universidad, formación gestalt, terapia individual y supervisión), ¿ESTAMOS SUFICIENTEMENTE PREPARADOS, PARA AFRONTAR EN EL TIEMPO LOS RETOS CAMBIANTES Y EXIGENTES DEL TRABAJO CLÍNICO? Nuestra experiencia nos dice que no. Necesitamos actualizarnos de modo permanente, recibir apoyo emocional y validarnos como terapeutas. Si bien la terapia individual, los cursos, los seminarios, las universidades de verano, etc., constituyen elementos necesarios en la formación de un terapeuta, hemos elegido crear un espacio privilegiado que se caracteriza por:



- La co-construcción de un tejido relacional donde amplificar las modalidades de contacto, de despliegue y repliegue del self para la integración e individuación.
- La continuidad en el tiempo que permite desarrollar un proyecto grupal, avalado por un compromiso individual que se renueva periódicamente según los propios ciclos creados en este proceso.

Esta es una experiencia que viene desarrollándose durante años, y que ahora queremos mostrar y compartir, aprovechando este "encuentro con las diferencias".

### ¿PORQUÉ UN GRUPO DE FORMACIÓN PERMANENTE?

Una realidad habitual con la que nos encontramos los psicoterapeutas es la soledad, exceso de individualismo para enfocar el trabajo y situaciones donde la densidad de los casos clínicos se constituye en angustia y retroflexión.

Desde una perspectiva gestáltica y de campo, se hace imprescindible, no sólo para el paciente sino también para el terapeuta, la noción de APOYO. Necesitamos espacios donde compartir los avances, los descubrimientos, la riqueza y la reciprocidad proveniente de este entorno nutritivo, así como poder trabajar las inseguridades, los momentos en que nos encontramos confundidos o desbordados emocionalmente.

Pensamos en las bondades de un compromiso con el grupo, por las siguientes razones (JM Robine, 1999; Yalom, 2000):

- **Infunden esperanza:** generan expectativas positivas sobre nuestro crecimiento profesional en momentos de inseguridad, riesgo y peligro.
- **Generan un sentimiento de universalidad:** La experiencia de sentirse acompañado en la dificultad.
- **Permiten el intercambio en las dimensiones profesional y personal:** un trabajo didáctico y experiencial de intercambio, para enriquecernos de manera teórica y personal, como resultado de los avances y retrocesos, de satisfacciones y frustraciones, de desesperanza y felicidad. Un espacio para la generosidad.
- **Aprendemos de lo que vemos y vivimos:** Los otros se convierten en referencias y figuras de las que podemos recibir, ser cuestionados, añadir y rechazar, imitar y compartir.
- **El grupo como microcosmos social:** metáfora de los grupos y personas con los que nos relacionamos en la vida cotidiana, y lugar donde reproducimos la mayoría de modalidades relacionales.
- **Oportunidad para la novedad:** dado que existe una gran diversidad de experiencias singulares y diferenciales en el grupo, éste se convierte en un espacio oportuno para el contacto con la novedad y la experimentación.
- **Una oportunidad para experimentar:** espacio privilegiado para vivir en primera persona aspectos como el respeto, la empatía, la incorporación de las resonancias del campo, la intencionalidad de nuestros movimientos, las interrupciones del contacto, las paralizaciones promovidas por la función personalidad, etc.
- **Oportunidad para crecer y aprender desde el paradigma del campo y su teoría del self:** entrenándonos en detectar la función ello de la situación, la concatenación de impactos que surgen en la relación terapéutica, el despliegue del self y su percepción temporal, el apoyo a la formación de la figura y todo el proceso de acompañamiento para un verdadero contacto, dándonos la oportunidad de vivir en carne y hueso las consecuencias e implicaciones de este paradigma.
- **El grupo, la comunidad, lo microsociales:** como apuesta posmoderna para dar prioridad a un sentido del self más relacional y social.
- **El grupo contexto para la conflictividad:** espacio idóneo para la toma de conciencia sobre los conflictos existentes e inevitables en las relaciones humanas. Ámbito extraordinario donde aprender a pasar de situaciones de urgencia de baja intensidad a otras de alta intensidad en unas condiciones de apoyo (o de seguridad) que nos permiten vivir la novedad, y arriesgarnos a elegir nuevas soluciones (o nuevas respuestas) en vez de la repetición de las ya conocidas: amplificación, evitación, pacificación prematura etc.

### ¿QUIENES SOMOS Y QUÉ HACEMOS?

Un grupo de 12 personas de diferentes generaciones, procedencias y formaciones gestálticas que se comprometen en el tiempo para profundizar en aspectos teórico-prácticos en torno a la terapia gestalt, teoría del self, paradigma de campo; para adquirir herramientas terapéuticas para la realización de un trabajo más eficaz. Un grupo con una historia de más de 10 años, semiabierto, en el que se mantiene la misma composición básica, pero que está vivo y en continuo movimiento. Existe un compromiso individual de continuidad con fecha de caducidad, que permite periódicamente a cada uno de los miembros del grupo decidir entre la



continuidad o la salida del mismo. Este momento genera una apertura, un tiempo para el ajuste con la renovación de sus componentes y la entrada de nuevas energías. En estos últimos años hemos profundizado en

- Terapia de pareja
- Teoría del self
- Formación como supervisores

El grupo es autónomo y funciona a partir de su propia capacidad para la autoregulación y realización de los ajustes creativos necesarios. A ello hay que añadir el compromiso con un formador, la misma persona durante estos años, Jean Marie Robine, que nos aporta, no sólo su conocimiento de la teoría del campo y nuevas vías de indagación, sino además un feedback exterior, una presencia que nos ayuda a salir de los procesos de repetición. En la actualidad son cuatro nuestros encuentros anuales, dos con nuestro formador y otros dos sin él.

### ¿PARA QUÉ?

- 1.- Profundizar a nivel teórico y metodológico en la terapia gestalt y en la teoría del self
- 2.- Facilitar apoyo para la supervisión de casos clínicos y de supervisión de otros terapeutas
- 3.- Trabajar de manera puntual temas personales en el contexto de un grupo de apoyo
- 4.- Dar soporte de asesoramiento y feed-back para iniciativas profesionales relacionadas con la terapia gestalt: artículos, tesinas, actividades
- 5.- Facilitar un ambiente de trabajo que promueva vínculos significativos y de apoyo, incluso fuera del grupo, en momentos de crisis o dificultad personal.

### ¿DÓNDE NOS REUNIMOS?

Somos un grupo itinerante, ya que somos vascos, catalanes y valencianos, sin un lugar fijo de encuentro, lo cual nos posibilita viajar, conocer y disfrutar de otras ciudades, otras lenguas, otras costumbres y también de las fiestas de los miembros del grupo. Un pretexto para acercarnos a cada uno de los entornos laborales, familiares y sociales de nuestros compañeros. El lado lúdico y de amistad entre los miembros del grupo, es indudable que ayuda a promover unas condiciones favorables para la seguridad, confianza y cohesión dentro de nuestro espacio de relación y trabajo.



### NUEVAS LINEAS DE ACTUACIÓN

Existen nuevas modalidades de expansión de las expectativas y deseos del grupo en las siguientes direcciones:

- Promover la relación personal y profesional a través de las nuevas tecnologías.
- Desarrollo de un blog: [www.estoeslagestalt.com](http://www.estoeslagestalt.com)
- Desarrollo de una biblioteca virtual para el trabajo interno del propio grupo (artículos, apuntes y documentos).
- Creación de minigrupos territoriales, por proximidad geográfica, que trabajan en diferentes tareas entre seminarios.
- Promoción de trabajos colectivos e individuales hacia el exterior: presentación en congresos (Pósters, ponencias, talleres, cursos, artículos, talleres de formación etc.).

Más información

[www.estoeslagestalt.blogspot.com](http://www.estoeslagestalt.blogspot.com)

[estoeslagestalt@gmail.com](mailto:estoeslagestalt@gmail.com)