

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**“LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA  
EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE  
INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN  
EL HOGAR”**

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN  
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

SILVANA PATRICIA MORALES AGUILAR DE ESCALANTE  
ANA MARÍA CÓRDOVA ZECEÑA DE GONZÁLEZ

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE  
PSICÓLOGAS

EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
LICENCIATURA

Guatemala, julio de 2008

## **MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO**

Licenciada Mirna Marilena Sosa Marroquín

**DIRECTORA**

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes

**SECRETARIA**

Doctor René Vladimir López Ramírez

Licenciado Luis Mariano Codoñer Castillo

## **REPRESENTANTES DEL CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS**

Licenciada Loris Pérez Singer

## **REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES EGRESADOS**

Estudiante Ninette Archila Ruano de Morales

Estudiante Jairo Josué Vallecios Palma

## **REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

### **ANTE CONSEJO DIRECTIVO**



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

c.c. Control Académico  
CIEPs.  
Reg. 2063-2006  
CODIPs. 1063-2008

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

11 de julio de 2008

**Estudiantes**

Silvana Patricia Morales Aguilar de Escalante  
Ana Maria Córdova Zeceña de González  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

**Estudiantes:**

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto TRIGÉSIMO (30o.) del Acta DIECISIETE GUIÓN DOS MIL OCHO (17-2008), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 10 de julio de 2008, que copiado literalmente dice:

**TRIGÉSIMO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: "LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR", de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**SILVANA PATRICIA MORALES AGUILAR DE  
ESCALANTE**

**CARNÉ No. 200214869**

**ANA MARIA CÓRDOVA ZECEÑA DE GONZÁLEZ**

**CARNÉ No. 200215072**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por el Licenciado Edgar Rolando Valle, y revisado por la Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanés  
SECRETARIA



Jrut.



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

REG. 2063-2006  
CIEPs. 047-08

## INFORME FINAL

Guatemala, 8 de Julio del 2008.

SEÑORES  
CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

SEÑORES CONSEJO DIRECTIVO:

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce, ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:**

**"LAS INTERRUPTIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR".**

**ESTUDIANTE:**  
Silvana Patricia Morales Aguilar de Escalante  
Ana María Córdova Zeceña de González

**CARNE No.:**  
200214869  
200215072

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

Agradeceré se sirvan continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN.**

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**

*(Firma manuscrita)*  
Licenciada Mayra Luna de Alvarez  
**COORDINADORA**

**Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs.-**



MLdA/ab.  
c.c.archivo



REG.: 2063-2006  
CIEPs. 048-08

**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Guatemala, 8 de Julio del 2008.

Licenciada Mayra Luna de Álvarez, Coordinadora  
Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs.- "Mayra Gutiérrez"  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Licenciada de Álvarez:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión de **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**"LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR"**

**ESTUDIANTE:**

Silvana Patricia Morales Aguilar de Escalante  
Ana Maria Córdova Zeceña de González

**CARNÉ No.:**

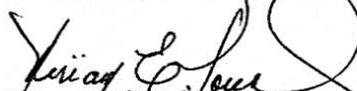
200214869  
200215072

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** y solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**

  
Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce  
**DOCENTE REVISORA**



MEPP/ab.  
c.c.archivo

Guatemala abril de 2008

Licenciada:  
Mayra Luna de Álvarez  
Coordinadora  
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
USAC

Licenciada Álvarez,

Me permito informarle que he ASESORADO EL INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

**"LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR"**

De la carrera de: Licenciatura en Psicología

Elaborado por:

Silvana Patricia Morales Aguilar de Escalante  
Ana María Córdova Zeceña de González

carné 200214869  
carné 200215072

El informe final en mención cumple con los requisitos establecidos por –CIEPs– por lo que me permito dar la respectiva APROBACIÓN, para que se proceda a los trámites correspondientes.

Atentamente,

  
Licenciado Edgar Rolando Valle  
Psicólogo colegiado 1273  
DOCENTE ASESOR

Lic. Edgar R. Valle González  
Psicólogo Colegiado No. 1273



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"  
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

**REG. 2063-06**  
**CIEPs. 057-08**

**APROBACIÓN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

Guatemala, 12 de Mayo del 2008.

**ESTUDIANTES:**  
Silvana Patricia Morales Aguilar  
Ana María Córdova Zeceña

**CARNÉ Nos.**  
200214869  
200215072

Informamos a ustedes que el **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**, de la Carrera de **Licenciatura en Psicología**, titulado:

**“LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR”**

**ASESORADO POR:** Licenciado Edgar Rolando Valle González

Por considerar que reúne los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología –CIEPs.-, ha sido **APROBADO** por la Coordinación de Investigaciones el 2 de mayo del año dos mil ocho y les solicitamos iniciar la fase de Informe Final de Investigación.

Atentamente.

**“DID Y ENSEÑAD A TODOS”**

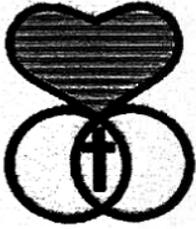
  
**Licenciado Miriam Elizabeth Ponce Ponce**  
**DOCENTE REVISORA**



  
**Vo.Bo.**  
**Licenciada Mayra Luna de Alvarez**, Coordinadora  
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. **“Mayra Gutiérrez”**



**MEPP/ab.**  
**c.c.archivo**



Guatemala,  
5 de diciembre del 2007

Señores  
Universidad San Carlos de Guatemala  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Centro de Investigación de Psicología  
"Mayra Gutiérrez"

Respetables Señores,

Hacemos de su conocimiento que las señoras SILVANA PATRICIA MORALES AGUILAR DE ESCALANTE con carné 200214869 y ANA MARIA CÓRDOVA ZECEÑA DE GONZÁLEZ con carné 200215072 completaron las 16 sesiones de terapia en grupo como parte de la investigación sobre "**LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACION DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR**" como requisito para obtener el grado académico de Licenciatura en Psicología.

Dicho trabajo terapéutico se realizó con la participación de 15 matrimonios de este movimiento a partir del 1 de octubre culminando el 22 de noviembre del 2007 los días lunes y jueves de 19:30 a 21:00 hrs.

Sin otro particular por el momento, quedamos de ustedes, muy atentamente,

**ENCUENTRO MATRIMONIAL GUATEMALA**

Francisco y Helena Sandoval  
Dirigentes Nacionales

## DEDICATORIA

Aquí, hoy, de pie ante ustedes, percibiendo sus miradas; algunas atentas y a la expectativa, otras nerviosas, y talvez algunas hasta rezando; me doy cuenta que un temblor recorre mi cuerpo y que mi corazón late con mas fuerza y rapidez; y temo no ser capaz de continuar leyendo pues estoy muy emocionada como cuando se recibe un trofeo al final de una larga competencia, y puede ser que una lagrima asome a mis ojos. Quiero dedicar este trofeo primero a Dios pues su presencia siempre tangible no solo me inspira sino también guía mis acciones cada día. En la vida coincidimos con muchas personas, pero nos encontramos con pocas y son esas las personas, con las que tenemos un encuentro, las que nos motivan a emprender nuestros mas audaces proyectos, confían en nosotros y nos tienden la mano cuando caemos y nos parece que el mundo es un lugar muy grande. De estas personas aprendemos a valorar lo que somos, nos descubrimos en ellas y nos comprendemos mejor a partir de ellas; nos reafirman, y cuando es necesario nos abren los ojos; es a estas personas a quienes también dedico este logro. A mis padres, a mi mamá que está aquí sentada, con tu compañía y apoyo incondicional me motivaste a alcanzar la meta que me propuse, me has enseñado lo que significa darse a los demás por amor; y a mi papá que se encuentra ya disfrutando de la paz y presencia de nuestro creador, de quien aprendí a hacer las cosas bien; a mi esposo, has sabido estar y distanciarte quedándote siempre a mi lado, tu amor de ayer, de hoy y de mañana me hace creer que puedo conquistar el mundo, gracias por apoyarme como profesional y permitirme llegar a ser lo que quiero, me has facilitado el camino, te amo por ser tú; a nuestros hijos, Andrea y Alejandro sus vidas dan sentido a la mía, percibir cuanto creen en mi, me anima cada día a seguir adelante, sus risas alegran mis días, sus opiniones me llenan de esperanza y su capacidad de perdón me revela a Dios y me bendice; con sencillez, ustedes muchis, son lo máximo y los amo!; a mis hermanos, Juan Carlos y Hugo, su interés constante, el estar pendientes de mi, sus vidas mismas son el horizonte que deseo alcanzar, me recuerdan lo que es salir y volar teniendo un lugar seguro llamado casa al cual regresar, contar con ustedes es como haber

recorrido ya la mitad del camino hacia la meta; a mi abuelita, tu ejemplo de lucha sin desmayo, a pesar de la adversidad, fortalece mi sentido de perseverancia; a mi familia política, su interés y confianza en mi capacidad me obligaron a prepararme mejor para los retos de cada día, he aprendido de ustedes que el respeto mutuo es la base de cualquier relación; a mis tíos, primos, sobrinos y cuñada, saber que están allí, muchas veces en silencio, me llena de confianza y me hace sentir acompañada en la maravillosa experiencia de vivir; a Patty, tu eres de esas personas con quienes me he encontrado, me retas a diario a partir de tu existencia, compartir contigo la extraordinaria experiencia de crecer y aprender ha significado una transformación en mi vida, gracias por tu amistad, por compartir la vida y por recordarme que puedo ser mejor persona cada día! Dios te bendiga siempre; y por último, aunque no por ello menos importante, a mis amigos y amigas, hermanos en la jornada, mencionarlos por nombre seria difícil de lograr, estar en contacto con ustedes ha fortalecido cada aspecto de mi vida, la ha engrandecido y la ha llenado de color, son todos el ejemplo andante de la lucha y la decisión de amar.

Con todo mi amor,  
Any

Deseo dedicar este triunfo a Dios, por concederme la capacidad de amar, de pensar, de sentir y de elegir; a mi padre, quien me enseñó que cada sueño se inicia bajo las estrellas, y que los mayores tesoros se encuentran en las cosas sencillas de la vida; a mi madre, de quien aprendí a luchar por alcanzar cada uno de esos sueños. Tu entrega y amor son el cimiento de lo que hoy soy. Gracias desde lo más profundo de mi alma. A mi abuelita, por ser tú, estar en mi vida, y ser mi modelo de lo que es ser mujer; a Paúl, por su paciencia y su inquebrantable fe en mi, por amarme más allá de sí mismo. Eres el sostén del toque espiritual y emocional de mi vida, me has enseñado el arte de aprender a vivir alegremente. Te amo. A María Fernanda y Paúl Andrés, por ser los amores de mi vida y la inspiración de ser mejor de lo que soy cada día. Llenan mi vida de luz y dulzura, como de la fuerza necesaria para vencer cualquier adversidad. Son brillantes y poseen un alma bella; a Luis y Willy, bendito el día que llegaron a mi vida y se convirtieron en compañeros de mi historia, nuestro andar no ha sido fácil pero hemos llegado lejos. Soy una mujer afortunada por recibir tanto amor de ustedes y sus familias. A Hugo, por dejarse amar y permitir que lo acompañe en su caminar, a la Familia Míguez Aguilar, porque siempre he encontrado las puertas de sus corazones y su hogar abiertas en donde me he sentido amada, son parte fundamental en mi vida. A las Familias Escalante Díaz y Ramírez Aguilar, por su cariño, comprensión y apoyo, por acompañarme en mis días de tormenta y ser partícipes de los más bellos amaneceres; a Edelwice, quien trajo la amistad, el color y el aprecio por la belleza de mi vida, decirte Gracias me parece insuficiente ante el hecho de lanzarme a esta aventura. A Ángela Gabriela, no puedo imaginar mi vida sin tu compañía, tu presencia la ha llenado siempre de amor y esperanza, gracias por ser mi ángel de la guarda; a Any como un reconocimiento a la excelente compañera y profesional que ha sido durante la realización de este trabajo. Más allá de: por su cariño, amistad, paciencia, y apoyo de siempre. Eres parte importante de mi existencia. A mis amigos de Unidad Popular, en especial a Susely, Adriana, Linda, Ludim y Chepe su cariño ha sido el balsámico perfecto para mi alma, es un privilegio tenerlos en mi vida; a Mariano, mi historia ha sido bendecida con su presencia, gracias por ayudarme a crecer personal y profesionalmente.

Con amor, Patty

Y a usted por acompañarnos con el perfecto sonido de su corazón.

## **DEDICATORIA ESPECIAL**

A nuestras amigas:

Flor, Gaby, Doris, Rosario, Charline, Herlinda,  
Dinora, Wendy, Ana Bolena, Edelwice, y Roberto

Por permanecer con nosotras mientras crecimos como mujeres, como amigas y como profesionales; cada una de ustedes ha dejado huella en nosotras y atesoramos nuestras conversaciones, los jalones de orejas, las risas y los aplausos compartidos durante estos años, le agradecemos a la vida por tan maravilloso regalo: “el permitirnos conocernos, amarnos, y compartir tanto momento perfecto”.

## AGRADECIMIENTO

El logro alcanzado a través de este trabajo de investigación es fruto del esfuerzo y participación de muchas personas que confiaron en nosotras y nuestra capacidad para realizarlo mientras se generaba conocimiento y gestaban pequeños aportes para las futuras generaciones; por lo que agradecemos a la Universidad de San Carlos de Guatemala por el privilegio de ocupar un lugar en sus aulas, formar en nosotras el fuerte deseo de superación, y un sentido de solidaridad con la población guatemalteca, especialmente la mas necesitada.

Al Encuentro Matrimonial que confiadamente nos permitió invitar a sus miembros a participar en este estudio; a los matrimonios que aceptaron nuestra invitación, por su apertura, confianza, entrega, esfuerzo y sobre todo por estar dispuestos a conocerse mejor y aventurarse a desarrollar destrezas que les proveyeran la oportunidad de experimentar la vida mas plenamente, en un darse cuenta constante de sus sensaciones y procesos internos y externos, estableciendo un contacto satisfactorio con su entorno, liberando positivamente su energía a través de acciones y actitudes que les condujeran a su autorrealización en la medida en la que completan ciclos de experiencia de manera congruente y autentica.

Agradecemos profundamente a nuestro Asesor, Lic. Edgar Valle González, quien a través de su entusiasmo, conocimiento y dedicación nos introdujo en la Gestalt, guiando nuestros pasos diligentemente, logrando que encontráramos en esta corriente el fundamento de nuestro trabajo como profesionales.

Agradecemos a nuestra revisora, Licda. Miriam Ponce, quien con su sencillez y cuestionamientos nos retó constantemente a prepararnos y formarnos para prestar el mejor servicio posible a la población, confrontar la teoría con la práctica y crear conocimiento nuevo que se constituyera en un aporte a la ciencia.

Y a nuestros profesores, catedráticos y maestros quienes nos han iluminado no sólo con sus conocimientos, sino que nos han enseñado a ir un paso más adelante, a no conformarnos, a no decir amén a ciegas, y quienes por su ejemplo y certeza hemos admirado y dicho: “así quiero ser cuando sea grande!

## **PADRINOS**

### **DORIS IMELDA CASTAÑEDA**

Licenciada en Psicología

Colegiado No. 0637

### **SERGIO MANOLO RAMÍREZ GARCÍA**

Médico y Cirujano

Colegiado No. 7437

### **OTTO ROLANDO GONZÁLEZ MENDIZÁBAL**

Ingeniero Civil

Colegiado No. 3148

### **JUAN CARLOS CÓRDOVA ZECEÑA**

Ingeniero Electrónico

Colegiado No. 3834

### **HUGO ROLANDO CÓRDOVA ZECEÑA**

Contador Público y Auditor

Colegiado No. 8145

# ÍNDICE

## PRÓLOGO

Capítulo I – <b>INTRODUCCIÓN</b> .....	01
A.    Marco Teórico .....	04
A.1    Ideología de la Población .....	04
A.2    Elementos de la Gestalt .....	07
A.3    Abordamiento Psicoterapéutico .....	20
B.    Premisas de la Investigación .....	29
C.    Hipótesis .....	31
C.1    Hipótesis General o de Investigación .....	31
C.2    Hipótesis de Trabajo u Operacional .....	31
D.    Definición Conceptual y Operacional de las Variables .....	32
D.1    Variable Independiente .....	32
D.2    Variable Dependiente .....	32
Capítulo II – <b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b> .....	35
A.    Población y Muestra .....	35
Cuadro No. 1: Características de la Población del Estudio .	36
B.    Procedimientos e Instrumentos .....	37
C.    Técnicas .....	42



## PRÓLOGO

El proceso de independización de los hijos hasta cuando los mismos dejan el hogar es un evento importante del ciclo de vida de toda familia, que de no afrontarse de manera adecuada, causa interrupción en el ciclo de la experiencia que finalmente conduce a los padres hacia la neurosis en cuanto a su manera de ser, de acuerdo a la resistencia que esté siendo exagerada (desensibilización, proyección, introyección, retroflexión, deflexión, o confluencia), que lleva a la persona a actuar como sí, desempeñar roles, asumir roles de opresor u oprimido, presentar renuencia a ser como se es, permanecer en un impasse o implosión, o bien responder con la explosión de sentimientos, atrofiando la vivencia del momento existencial.

Esta investigación aporta conocimiento sobre cómo, a través del proceso de adaptación de los padres ante la independización de sus hijos, éstos asumen actitudes y comportamientos conocidos como manifestaciones neuróticas, no sólo su resistencia, sino también la interrupción del ciclo de experiencia, revelada a partir del discurso de los participantes, que al ser confrontado por la teoría permitió comprobar que a cada interrupción le corresponde una resistencia, pero además se pudo definir que a cada resistencia le corresponde una manifestación neurótica y por lo tanto un discurso particular que permite su identificación. Haría falta realizar investigaciones futuras sobre la posible relación entre la localización de la energía bloqueada y la manifestación neurótica asumida por los clientes ya que esto estuvo fuera del alcance y límites de la investigación.

La administración de técnicas gestálticas permitió a los participantes aprender diferentes formas de afrontar las experiencias individuales en el proceso de independización de los hijos fortaleciendo el darse cuenta y el contacto pleno y sano con el entorno, alcanzando así el estado de reposo que prepara para experimentar una nueva sensación e iniciar el ciclo de la experiencia una vez más.



# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

En la vida diaria, todos y cada uno de nosotros hemos estado y estamos expuestos a experiencias únicas e irrepetibles; es decir que la persona está en constante interacción con el contexto dentro del marco de un campo también en continuo cambio. Así el noviazgo, el matrimonio y la formación de una familia son algunas de las experiencias más significativas que puede vivir el ser humano. Para que el matrimonio sea un subsistema mejor integrado y que su buen funcionamiento brinde la oportunidad a los hijos de aprender a interactuar, funcionar, estar solos, independizarse y crecer, de modo que facilite a futuras generaciones el darse cuenta y la solución de resistencias hacia una nueva experiencia de vida, es necesario que tanto padre como madre hayan alcanzado la homeostasis; es decir que estén en la capacidad de darse cuenta del contexto actual y de los propios deseos asumiendo una conducta equilibrada, congruente y racional.

Por ello, conscientes del rol fundamental de padres y madres en el desarrollo integral de los hijos, se decidió estudiar **“LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR”** ya que la crianza de los hijos comprende una serie de procesos que no sólo involucran la educación académica y moral de los mismos sino además el aprendizaje de los padres, que implica un continuo proceso de maduración en el sentido que, en la medida en que los hijos crecen, los padres deben adaptarse a cambios que surgen de la separación de los mismos (control de esfínteres, escolarización, adolescencia, noviazgo, etc.), hasta culminar con su independización cuando éstos dejan el hogar.

Por la concepción de hombre como un ser libre y capaz de elegir responsablemente, la teoría existencial-humanista es la más adecuada para el

abordamiento psicoterapéutico de dicha problemática, más específicamente la escuela Gestalt que considera al hombre de manera holística, más allá de la simple suma de sus partes. Con la intención de describir y explicar el aquí y el ahora de los padres al enfrentar el proceso de independización de los hijos hasta que los mismos dejan el hogar, el presente informe contiene las bases que, desde un enfoque gestáltico, apoya la teoría que sustenta el uso de las resistencias como medio que tiene el organismo para protegerse de las situaciones cotidianas que considera amenazadoras, y su uso exagerado que es considerado dañino para el individuo; y que se manifiestan a través del discurso y conducta observable, lo que llamamos manifestación neurótica, indicando con mayor claridad el momento de la interrupción del ciclo de la experiencia de cada cliente.

Para llegar a la comprensión profunda y seria de la población que participó en este estudio, se menciona la ideología del matrimonio católico desde su concepción de amor, y se presenta el vínculo del Encuentro Matrimonial con la iglesia católica, su misión y visión, por ser el movimiento al que pertenece la población atendida, contribuyendo así al conocimiento de la misma. El proceso psicoterapéutico al que fueron invitados los matrimonios de la muestra, se realizó de octubre a noviembre en las instalaciones de Estimulación Oportuna HUELLITAS, 42 Avenida 3-45 zona 7, Lomas del Rodeo, a través del uso selectivo de técnicas e instrumentos descritos en el Capítulo II, durante 16 sesiones de terapia Gestalt en grupo de 90 minutos cada una, suficientes para cerrar ciclos de experiencia relacionados con el proceso de independización de los hijos; sin embargo, se evidenció la necesidad de un seguimiento mensual para el fortalecimiento del uso de las técnicas terapéuticas aprendidas.

La mayoría de los participantes (44% de padres y 34% de madres) se situaron en la etapa entre la sensación y el darse cuenta, 24% de madres presentaron interrupción en la etapa de la energetización y la acción; mientras que el 17% de los padres evidenció interrupción del ciclo de la experiencia entre acción y contacto, detallándose los resultados en el Capítulo III.

Finalmente, el Capítulo IV presenta las Conclusiones y Recomendaciones que se desprenden de todo el proceso psicoterapéutico, del contraste de la teoría con la realidad, de los resultados obtenidos, y del análisis global; teniendo como propósito verificar que 16 sesiones de terapia Gestalt son suficientes para responder adecuadamente a las necesidades de padres y madres para resolver la interrupción en el ciclo de la experiencia en el proceso de independización de los hijos hasta que éstos dejan el hogar y que la interrupción del ciclo de la experiencia de los padres en el afrontamiento del proceso de independización de los hijos hasta que dejan el hogar es más frecuente entre las etapas de sensación y darse cuenta; orientando las acciones que se deriven del mismo.

## **A. MARCO TEÓRICO**

### **A.1 Ideología de la población**

Como parte del proceso necesario en una investigación de corte participativa, se hizo ineludible conocer más a fondo la ideología y estilo de vida de los matrimonios casados por la Iglesia Católica; cabe mencionar que la Iglesia Católica tiene sus orígenes en las primeras comunidades formadas por los apóstoles seguidores de Jesús, iniciando así la tradición apostólica que continúa hasta nuestros días; con el paso de los años, la Iglesia Católica ha desarrollado su organización y estructura adaptándose a las necesidades del pueblo, incrementando su estructura jerárquica de modo que pueda cumplir la encomienda de Jesús a través de funcionarios que van desde los Ministros de la Palabra o Eucaristía y Sacristanes, hasta el propio Papa. Además, dentro de la estructura de la Iglesia, existen movimientos eclesiales que la apoyan y fortalecen, tales como El Movimiento Católico de Encuentro Matrimonial Mundial, específicamente el Encuentro Matrimonial de Guatemala que surge en 1976 con la misión de “Ayudar a la renovación de los sacramentos del matrimonio y del sacerdocio a que vivan plenamente una relación responsable e íntima, ofreciéndoles para ese estilo de vida una experiencia católica y una comunidad de apoyo permanente”; de este modo el Encuentro Matrimonial también fortalece familias dentro de la Iglesia Católica, y la visión de “Ámense los unos a los otros como Yo los he amado”<sup>1</sup>, siguiendo de cerca las enseñanzas de Jesús y atendiendo los llamados, mandatos y enseñanzas del Papa.

El Papa, como vicario de Cristo, emite opiniones que son aceptadas por los fieles y que en los últimos años se han centrado en la defensa y calidad de vida, así como el fortalecimiento de la familia. De esta manera, el Papa Juan Pablo II emitió varias encíclicas respecto a la familia, y el Papa Benedicto XVI emitió su encíclica que dedica al amor publicada en Febrero 2006, en cuya primera parte menciona el amor entre hombre y mujer, en el cual intervienen inseparablemente

---

<sup>1</sup> Encuentro Matrimonial, CARTA SOBRE CRITERIOS GENERALES, Secretariado Latinoamericano, Colombia, 2002. p. 13

el cuerpo y el alma, y en el que se abre al ser humano una promesa de felicidad que parece irresistible; se refiere también al amor eros que el Papa Benedicto XVI identifica como “el amor entre hombre y mujer, que no nace del pensamiento o la voluntad, sino que en cierto sentido se impone al ser humano” elevándolo a lo más alto de su existencia; fundiéndose cuerpo y alma verdaderamente en una unidad; este amor se convierte en ágape al generar la ocupación y preocupación por el otro, yendo más allá de la felicidad, buscando el bien del amado convirtiéndose en renuncia e incluso sacrificio por el otro; en el sacramento del matrimonio el otro es el cónyuge. Este tipo de amor es el que la Iglesia Católica espera e incluso exige de los matrimonios consagrados, es su signo de sacramento, es el amor que acerca a Dios y le refleja con claridad por encima de cualquier otra expresión posible de amor conocidas, puesto que el amor ágape aspira a lo definitivo. Continúa en su encíclica diciendo el Papa Benedicto XVI “El matrimonio basado en un amor exclusivo y definitivo se convierte en el imagen de la relación de Dios con su pueblo y, viceversa, el modo de amar de Dios se convierte en la medida del amor humano”<sup>2</sup>.

En la ideología Católica, se considera que la base del matrimonio es el amor recíproco entre hombre y mujer, logrando la unidad, siendo dos, es decir que dentro de la individualidad de ambos, se logre la unidad, y sean por tanto signo vivo del amor de Dios por la Iglesia, es decir, sacramento. Por otro lado el matrimonio desde el marco de referencia civil es considerado como la unión legal de dos personas que bajo un contrato deciden compartir bienes y vida adquiriendo el compromiso de cumplir ciertos deberes y obligaciones, gozando a su vez de los derechos conferidos por la ley. El sacramento matrimonial desde la Iglesia Católica se considera como la unión libremente expresada de dos personas, que por medio de una alianza entre ellos y con Dios, se comprometen a compartir la vida en donación gratuita siendo signo visible del amor de Dios por la humanidad;

---

<sup>2</sup> Papa Benedicto XVI, CARTA ENCICLICA DEUS CARITAS EST DEL SUMO PONTIFICE BENEDICTO XVI A LOS OBISPOS A LOS PRESBITEROS Y DIACONOS, A LAS PERSONAS CONSAGRADAS Y A TODOS LOS FIELES LAICOS SOBE EL AMOR CRISTIANO Editorial y Librería Kyrios, Impreso con autorización eclesiástica, Febrero 2006 p. 11

que lleva a la unidad matrimonial como lo enfatiza el catecismo de la Iglesia Católica.

En la comparación anterior se hace claro el uso de dos términos aparentemente similares pero distintos: contrato y alianza. Un contrato sugiere un compromiso obligado cuyo incumplimiento implica una pena o castigo, involucra artículos y cláusulas que deben considerarse, analizarse, estudiarse y por último, de ser aceptadas, cumplirse rigurosamente siendo la justicia la encargada de cobrar a quien fallare. Por otro lado, el término alianza sugiere una unión dadora de vida, libre y consentida por los contrayentes en unidad con Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo, bendecida, provista de amor y por tanto co-creadora, haciendo de tal unión el interés fundamental de la Iglesia. Esta unidad matrimonial que consiguen los cónyuges a través del sacramento del Matrimonio, se traduce en la condición que adquiere la pareja de mostrarse, ser y actuar como uno sólo siendo en realidad dos personas independientes. Esta unión de hombre y mujer, encuentra su plenitud en el hecho que los dos “vienen a ser una sola carne”<sup>3</sup>. Es de este amor y unión de la que emerge la familia, en el preciso acto de hacerse co-creadores con Dios, hombre y mujer se hacen uno en una fusión no sólo de cuerpos sino de todas las esferas humanas (psicológica, corporal, mental, espiritual, etc.), con la disposición de dar vida. Así dentro del matrimonio vienen los hijos y la pareja ahora se convierte en familia.

Por otro lado, la familia desde el punto de vista social inicia generalmente en la unión legal por contrato civil firmado por los contrayentes, o bien por la unión de hecho después de tres años de convivencia conyugal. De cualquier manera, la familia se reconoce como célula nuclear de la sociedad con un cúmulo de deberes, obligaciones y derechos adquiridos por ley. Del mismo modo, los miembros de la familia son considerados como tales en tanto que, sin importar la existencia o carencia de vínculos consanguíneos, haya cuando menos, vínculos afectivos. La familia puede describirse de muchas maneras, ya sea por su

---

<sup>3</sup> BIBLIA LATINOAMERICANA, XIII Edición, Chile, Ediciones Paulinas Verbo Divino, 1983. Génesis 2, 24; Mc. 10, 8; y Ef 5, 31

constitución, o su funcionalidad, o bien por su dinámica, entre otras. Para este estudio es relevante el tipo de familia compuesta por ambos padres que viven como matrimonio sacramentado y los hijos, ya sean estos naturales o adoptivos, constituyendo un sistema formado por subsistemas funcionales e interrelacionados comprometidos a estar juntos determinado tiempo facilitando así la continuidad psicosocial<sup>4</sup>.

La familia, por ende, atraviesa por diferentes situaciones que pueden amenazarla o fortalecerla, trayendo como consecuencia el cambio. Estas experiencias vividas en común en el seno de la familia se denominan ciclo de la familia, en el cual los hijos nacen y crecen; es durante este proceso de crecimiento que los hijos emprenden su camino hacia la independencia, muchas veces incluso sin que los propios padres tengan conciencia de ello. Dicho proceso incluye momentos de la vida en familia como el hecho que los hijos aprenden a caminar, controlar esfínteres, asistir al preescolar, perfilando así su propio camino en este mundo, más adelante algunos encuentran a su pareja, otros optan por el enriquecimiento intelectual, otros por el trabajo más allá de las fronteras, etc. El caso es que, sea la razón por la que fuere, los hijos tarde o temprano están dejando el hogar, quedando los padres como al inicio, solos, pero varios años después; a merced de una diversidad de sentimientos: ilusión, alegría, nostalgia, angustia, vacío, etc.

## **A.2 Elementos de la Gestalt**

Sören Kierkegaard hablaba de la existencia concreta de la persona con su singularidad, autonomía, con su sentido de libertad y responsabilidad. Fue el primer autor en señalar que cuando surge la angustia, la impotencia, la desesperación, el quebranto y la culpa, el ser humano hace conciencia de su humanidad. La explicación de la existencia humana desde el plano de lo inmediato de la experiencia personal, no trata de entender ni analizar racionalmente tal existencia, su fragilidad, su angustia, su finitud; sino como lo

---

<sup>4</sup> Salama Penhos, Héctor, EL ENFOQUE GESTALT, México, D.F., El Manual Moderno, S.A. de C.V., 1992. p. 94

estableció Rollo May, se trata de “tomar como centro a la persona existente”<sup>5</sup>, donde el énfasis se pone en el ser humano como surge y deviene. Cuando el ser humano se enfrenta a los supuestos básicos de la existencia: la libertad, el aislamiento, la carencia de sentido vital y la muerte, entra en conflicto y angustia existencial. Siguiendo la línea de Kierkegaard; Martín Heidegger desarrolla una “ontología fundamental”<sup>6</sup>, planteando que el ser humano –por ser consciente de sí mismo- está en situación de preguntarse acerca de su ser, de su existencia y con ello ser simultáneamente en relación con otros seres humanos y objetos del mundo fenomenológico; este ser-en-el-mundo es “arrojado” a su existencia. Por otro lado, Jean P. Sartre, habla sobre el sin sentido de la existencia y “situaciones límite” que nos presenta la vida como la ocasión para el hombre de trascender; asimismo, Martín Buber destaca la filosofía del diálogo y plantea que la existencia auténtica sólo se logra en el “encuentro” con el otro, en el diálogo yo-tu característico de la escuela Gestalt.

La psicología humanista, concede gran importancia al proyecto vital de la persona y a la búsqueda de sentido, coincidiendo así con el enfoque existencial. Los autores existencialistas concuerdan en usar el método fenomenológico al abordar un tratamiento con un cliente; esto significa “entrar en el mundo de su experiencia y escuchar los fenómenos que relata sin ningún presupuesto previo que distorsione la comprensión” (Yalom, 1984)<sup>7</sup>.

En el enfoque Gestalt, una de las terapias existenciales-fenomenológicas identificada por Perls<sup>8</sup>, aborda la naturaleza humana organizada en patrones o totalidades, el hombre no es un conjunto de funciones, sino que estructura y organiza el mundo al entrar en contacto con él. La conducta humana está basada en una autorregulación del organismo que busca el equilibrio, esta autorregulación es un proceso. Los seres humanos son considerados como conjuntos que responden a la experiencia configurada de modo global; la percepción adecuada

---

<sup>5</sup> Salama Penhos, Héctor, *op. cit.* p. 39

<sup>6</sup> *Ibíd.* p. 40

<sup>7</sup> *Ibíd.* p. 45

<sup>8</sup> *Ibíd.* p. 17

de las necesidades personales y del mundo exterior es vital para equilibrar la experiencia personal y conseguir una Gestalt, mientras que apartarse del darse cuenta rompe con el contacto; situación que es frecuente cuando el matrimonio experimenta el proceso de independización de los hijos que culmina con el abandono del hogar.

Los terapeutas de la Gestalt intentan restablecer el equilibrio armónico natural del individuo mediante el fortalecimiento del darse cuenta, la toma de contacto interior y con el ambiente que genera un aprendizaje significativo; es decir un insight que la persona es capaz de traducir en cambios que percibe como necesarios para lograr una mejor adaptación al medio. El énfasis se pone en la experiencia presente, más que en la indagación de las experiencias infantiles propias del psicoanálisis; es decir que el pasado es un referente, que traído al presente puede ser reelaborado por medio de la aplicación de ejercicios y experimentos creativamente diseñados por el terapeuta, tratando de hacer visible al sujeto todos los elementos de su problema a través de la focalización del darse cuenta sobre sus emociones, sueños, pensamientos, y reacciones corporales entre otros, en el aquí y el ahora. Lo que se pretende es reunir una por una todas las funciones dispersas de la personalidad, hasta que la persona adquiera la fortaleza necesaria para continuar su camino ella sola, de tal manera que el cliente se de cuenta de sus riquezas y posibilidades, para que se valga por sí mismo y descubra su potencial que le lleva a comprender su realidad en el presente, y asimilarla en la totalidad de su organismo. El futuro le permite proyectarse en la realización de sus metas, las cuales puede llegar a alcanzar en tanto lo realice en el presente.

Es importante que el terapeuta gestáltico sea capaz de detectar los bloqueos que se presentan en el “Ciclo de Autorregulación Organísmica”<sup>9</sup>, es decir, interrupciones que ocurren en el proceso que nos lleva al contacto que implica vivencia y resolución total de algún asunto inconcluso. El terapeuta dará énfasis en la resolución de la o las interrupciones que el cliente pueda presentar en las

---

<sup>9</sup> Salama Penhos, Héctor, op. cit. p. 2

distintas etapas consecutivas del “Ciclo de Experiencia”<sup>10</sup> por las que atraviesa una necesidad para ser satisfecha:

- **SENSACION:** la persona es distraída de su estado de reposo anterior al sentir físicamente “algo” que todavía no logra definir o diferenciar.
- **DARSE CUENTA:** consiste en la capacidad de sustraer del fondo la figura relevante en un momento determinado, comprendiendo la razón de lo que está haciendo, sintiendo o planeando.
- **ENERGETIZACIÓN O MOVILIZACIÓN DE LA ENERGÍA:** ocurre cuando se reúne la fuerza o la concentración necesaria para llevar a cabo lo que la necesidad insatisfecha le demanda.
- **ACCIÓN:** el individuo moviliza su cuerpo y hace lo que sea necesario para satisfacer su necesidad.
- **CONTACTO:** se llega a la satisfacción de la necesidad, disfrutando el haber alcanzado lo que se proponía, habilitándolo para experimentar la etapa de reposo e iniciar otro ciclo, despidiéndose de éste.
- **REPOSO O RETRAIMIENTO:** implica que la persona ha resuelto una Gestalt o necesidad anterior y se encuentra sin ninguna necesidad apremiante, en la espera del surgimiento de una nueva necesidad.

Además es necesaria la comprensión de elementos específicos de la Gestalt tales como:

- **CONTACTO:** implica un “darse cuenta” sensorial y una conducta motora enmarcada por el límite o frontera de contacto que enmarca el campo o dentro

---

<sup>10</sup> Salama Penhos, Héctor, *op. cit.* p. 25

del cual se realiza la interacción entre individuo y ambiente. Este contacto se da en diferentes zonas, la zona externa, la zona interna y la zona de la fantasía.

- **DARSE CUENTA:** implica necesariamente establecer “contacto”; es fundamental dentro de la terapia y en la vida del individuo ya que significa cerrar con éxito el Ciclo de cada una de sus experiencias, el individuo obtiene la capacidad de colocar las cosas en su sitio dentro de sí y de los demás. Según Perls, el énfasis que coloca la terapia Gestalt en el “darse cuenta” consiste en que en esta área es donde la mayoría de personas está afectada limitándolas a crecer.
- **FIGURA Y FONDO:** consiste en orientar a la persona a que a través del contacto y el darse cuenta, sea capaz de conformar una Gestalt clara de manera dinámica permitiendo que las necesidades, urgencias y recursos que se hallan en el campo progresivamente otorguen sus poderes de interés y fuerza a la figura dominante.
- **HOLISMO:** se trata aquí de entender a la persona como un todo que va mucho más allá de la suma de sus partes; es en sí misma una totalidad interrelacionada, por lo que se hace necesario conceder importancia a cada manifestación de la persona, especialmente la comunicación no verbal.
- **HOMEOSTASIA:** también llamada autorregulación, es el proceso por medio del cual el organismo interactúa con su ambiente y establece una jerarquía de predominancia al identificar diferentes necesidades atendiendo aquella que sea dominante y que se presenta como una fuerte tensión por sobresalir, hasta ser completada, re-estableciendo el equilibrio del campo (organismo + ambiente).
- **TRANSACCIONES DE LA RESISTENCIA:** se refiere al cúmulo de sentimientos como ira, confusión, fastidio, resentimiento, impotencia, decepción, etc., que

reducen la probabilidad de una interacción plena con el ambiente debido a un contacto infructuoso; dichos sentimientos encuentran canales de expresión tales como las resistencias.

- **NEUROSIS:** surge según Perls como “una maniobra defensiva para protegerse a sí mismo de la amenaza de ser aplastado por un mundo avasallador”<sup>11</sup>, por lo que las conductas o manifestaciones neuróticas son ajustes creativos a situaciones en las que pueda existir represión, sin embargo cuando la persona no es capaz de ajustarse a los continuos cambios que se presentan en su vida, reprime la energía limitándolo a salir de una situación a otra. La persona puede sumergirse en capas o estratos que ha construido por encima de él mismo como respuesta a esta incapacidad en cuanto a su manera de ser, representando un papel o a su momento de existencia.
  
- **AQUÍ Y AHORA:** este elemento de la Gestalt es de suma importancia debido a que implica la comprensión que todo lo que podemos experimentar se encuentra aquí y ahora, el pasado nos dice lo que fue pero ya no es, y el futuro lo que será pero no ha llegado, por lo tanto, sólo lo actual, lo que sucede en el presente, en el aquí y ahora existe, y es de lo único que la persona puede darse cuenta; la Gestalt pues sugiere el uso de términos como ahora y en este momento.
  
- **POLARIDADES U OPUESTOS:** se trata de reconocer que existen opuestos psicológicos con características egosintónicas (aceptables) o egodistónicas (inaceptables) que gobiernan a la persona y explican su conducta. Su reconocimiento está encaminado hacia la reconciliación de dichas polaridades debido a que originan gran cantidad de conflictos intrapersonales e interpersonales.

---

<sup>11</sup> Salama Penhos, Héctor, *op. cit.* p. 41

- **RESISTENCIA:** se comprende como la observación externa de la renuencia de la persona de cambiar el modo en el que se ha comportado siempre, debido a que su experiencia es el actuar para preservar y mantener su integridad<sup>12</sup>.
- **EL SÍ MISMO:** consiste en un sistema de contactos necesarios para la adaptación del organismo, una entidad dinámica, con potencial de actualización que le permite identificar las posibilidades, tomar una, alejar y reelaborar las otras para la interconexión del organismo con su ambiente de manera espontánea.
- **ROL OPRESOR Y OPRIMIDO (Top Dog y Under Dog):** se refiere a los roles o papeles que la persona asume del “tú debes” y “no puedo” para obtener control, la manipulación del sí mismo y los demás que obstruye la comunicación dejando libre la lucha por el control ya sea de manera activa o pasiva.
- **VACÍO:** cuando el cliente se opone al “darse cuenta” experimenta un vacío caracterizado por una falta de contacto por el temor que ocasiona lo desconocido. Es tarea del terapeuta ayudar al cliente a internarse en su vacío, experimentarlo, vivirlo, sentirlo, es decir hacer contacto y darse cuenta de él, de modo que pueda responder emocionalmente a lo que percibe, con vitalidad y fluidez.

La terapia Gestalt toma en cuenta las habilidades de la persona para organizarse a sí misma y cómo se acomodan para intercambiar intereses y cambiar ciertas circunstancias de la vida, aumentando el “darse cuenta” de qué es lo que hace bien, y cómo enfatizar las formas en las que interrumpe y bloquea su proceso. El terapeuta se enfoca en las respuestas de los miembros del grupo, tiende a su experiencia visceral, metafórica y estética (congruente), tanto como a

---

<sup>12</sup> Zinker, Joseph. EL PROCESO CREATIVO EN LA TERAPIA GUESTALTICA, España, Paidós, 2004. p. 90

lo que escucha y ve, con el fin de entender qué se está forzando, qué es plano, qué es rígido y qué está fluyendo.

Por lo tanto un matrimonio saludable es capaz de hacer buen contacto entre sus propios subsistemas y los sistemas que la rodean, un matrimonio disfuncional tiene subsistemas fijos, no funcionales, que no permiten seguir sus propios intereses o adaptarse a los cambios en cada uno de los sucesos de la vida como los que se experimentan en las etapas de independización de los hijos. Entonces este proceso puede transformarse en estático, rígido o congelado. Como consecuencia los padres se tornan ansiosos (el proceso está dissociado del darse cuenta) o actúan “como sí” (actúan de manera incongruente o no conectada con sus necesidades), o pueden manifestarse síntomas físicos<sup>13</sup> (somatización), debido a la energía bloqueada.

Regularmente este período de independización toma por sorpresa a los padres cuando les toca de golpe enfrentar situaciones para las que muy probablemente no han sido preparados. El dolor que experimenta el ser humano ante la separación de aquellos a quienes ama, es un proceso en el que la persona está activamente implicada y que generalmente se conoce como el proceso de duelo; que es definido “como un proceso por el que una persona que ha perdido algo importante para ella (el hijo aprendiendo a ser independiente o culminando su proceso con la separación o abandono del hogar en este caso), se adapta y se dispone a vivir sin ello, realizando una serie de tareas necesarias para el logro exitoso de esta adaptación”;<sup>14</sup> en caso contrario, el organismo (para protegerse de la ansiedad de la separación o independización), desarrolla y fortalece resistencias, que al final consisten en un conjunto altamente complejo de operaciones mentales que reprimen la ansiedad manifiesta de la separación y la entierran bajo capas de operaciones defensivas<sup>15</sup>, expresadas a través de manifestaciones neuróticas tales como el ‘actuar como sí’, desempeñar roles,

---

<sup>13</sup>Salama Penhos, Héctor, *op. cit.* p. 94

<sup>14</sup> Fernández, Liria, INTERVENCIONES SOBRE DUELO, España, Escosura Producciones, 2001. p. 117

<sup>15</sup> Yalom, Irwin, PSICOTERAPIA EXISTENCIAL Y TERAPIA DE GRUPO, España, Paidós, 2000. p. 97

opresor y oprimido, renuencia a ser como se es, impasse, y explosión (capas o estratos de la neurosis)<sup>16</sup>. Una pareja o familia saludable, en constante cambio, responde congruentemente a nuevos “darse cuenta”, nuevos intereses y nuevas necesidades.

Cuando los cambios anteriormente aludidos son enfrentados de manera apropiada no obstaculizan el proceso de autorregulación orgánica; es decir que los padres son capaces de hacer contacto con la realidad, dándose cuenta de ella, y respondiendo a la misma de manera adaptativa, enfrentando la experiencia de los hijos que dejan el hogar sin causar estragos en su vida; sin embargo, cuando los padres no son capaces de asimilar tales cambios, ocurre la **interrupción del ciclo de la experiencia**, que consiste en el bloqueo del flujo regular de energía en determinado momento del ciclo, debido a la inadecuada satisfacción de la necesidad presente (falta de contacto con la realidad) o su regulación debeística; que es cuando la necesidad se satisface parcialmente, únicamente reina la razón, volviéndose hacia el ‘tu/yo debes/o’ o bien al “hubiera” de manera exagerada o frecuente, causando por lo tanto molestias que se manifiestan incluso en lo corporal; ya que a través de la autorregulación orgánica, la energía atrapada intenta ser liberada para preservar la homeostasia, causando por ende, malestares psicósomáticos.

La **interrupción en el ciclo de la experiencia** ocurre entre dos etapas consecutivas, estando la primera satisfecha y la segunda bloqueada por lo que las interrupciones pueden presentarse entre la etapa de reposo-sensación, entre sensación-darse cuenta, entre darse cuenta-energetización, entre energetización-acción, entre acción-contacto, y entre contacto-reposo, a causa de diferentes resistencias funcionando de manera exagerada; de tal manera que la resistencia de desensibilización<sup>17</sup> consiste en el bloqueo de las sensaciones tanto externas como internas, es decir el poder identificar lo que viene del organismo,

---

<sup>16</sup> Salama Penhos, Héctor, *op. cit.* p. 23

<sup>17</sup> *Ibíd.* p. 137

estimulando el proceso de intelectualización y racionalización; dando como resultado la **interrupción entre reposo-sensación**.

La proyección<sup>18</sup> es la transferencia de lo que se siente o piensa, que no se acepta de uno mismo. Es reprimir los sentimientos por no poder aceptarlos y atribuírselos a otros. Pierret llama a esta resistencia “introyección”<sup>19</sup> en el sentido que la persona evita saber de sí mismo (darse cuenta interno), haciendo suyos, sin cuestionamiento, los elementos del exterior, y Zinker la identifica como “represión” en cuanto que el cliente no se permite el surgimiento del darse cuenta a partir de simples datos de los sentidos<sup>20</sup> con la intención de ‘guardarse para sí’ elementos internos que no acepta. Cualquiera que sea el nombre que se le de a la resistencia en cuestión (para efectos de esta investigación se utiliza el término Proyección), origina la **interrupción entre la sensación y el darse cuenta**.

La introyección<sup>21</sup> es cuando el sujeto se ‘traga’ y asume erróneamente como suyos una serie de normas y valores morales que le impiden reunir energía para actuar; Pierret hace referencia a esta resistencia como una proyección<sup>22</sup> comprendiéndola como la manera en que la persona no es el sujeto de la acción, sino traslada o ve en otros lo que es suyo pero le es inaceptable (debido a los introyectos), por lo que no se permite sentir la necesidad de localizar y reunir energía. Coincidiendo con Perls y Zinker, la resistencia que bloquea la etapa entre **darse cuenta-energetización** será denominada como introyección en esta investigación.

La retroflexión<sup>23</sup> implica la revocación de sentimientos o deseos que puede llevar a la persona a la somatización, es decir que vuelve contra sí mismo lo que quería hacer con el otro o bien lo que el otro hiciera con él. En este sentido, Pierret coincide con Perls en que la persona se convierte en objeto y sujeto de la

---

<sup>18</sup> Perls, L., EL ENFOQUE DE UNA TERAPIA GESTALTICA, Argentina, Amorrortu, 1979. p. 132

<sup>19</sup> Pierret, G., LA TERAPIA GESTALT, España, Dilema, 2006. p. 126

<sup>20</sup> Zinker, J. op. cit. p. 87

<sup>21</sup> Perls, L., op. cit. p. 134

<sup>22</sup> Pierret, G., op. cit. p. 50

<sup>23</sup> Ibíd. p. 85

acción y tiende a reprimir sus emociones; y Zinker agrega que en la retroflexión la persona se hace a sí mismo lo que desea hacer con su ambiente pues interpreta que esta acción es menos peligrosa para sí que actuar hacia otros (auto-agresión, trastornos psicósomáticos, y otros), experimentando **interrupción entre la energetización-acción** pues es capaz de reunir la energía necesaria para actuar, pero, en lugar de hacerlo hacia la resolución de su necesidad, lo hace hacia sí mismo, quedando paralizado; o bien, actúa hacia su exterior, realizando un sin número de actividades que le distraen de su necesidad, la que permanece sin ser resuelta.

La resistencia de la deflexión<sup>24</sup> (como se usará en esta investigación), acuñado por Laura Perls o desviación como la nombra Georges Pierret<sup>25</sup> consiste en el establecimiento de un contacto frío, no amenazante y distante con el objetivo de no sufrir; se manifiesta a través de la expresión 'apropiada' de emociones, cinismo, indiferencia, intelectualizar y racionalizarlo todo. Zinker por su parte llama a esta resistencia 'despersonalización' debido a que la persona no es capaz de relacionar la actividad con la experiencia, está ausente; lo que conduce a la **interrupción entre la etapa acción-contacto**.

La confluencia término utilizado por Perls<sup>26</sup> y Pierret<sup>27</sup>, se da cuando la persona no reconoce ningún límite entre él, el ambiente y los demás; es incapaz de distinguir entre sus propios deseos y gustos y los de los demás. Es la persona típicamente pasiva que no discute y está siempre de acuerdo sin asumir responsabilidades en la toma de decisiones. En este punto, Pierret agrega también la desvalorización<sup>28</sup> que consiste en minimizar, relativizar, desdramatizar y no festejar la vivencia que ocurre en un momento intermedio que él llama 'realización'. Por su parte Zinker habla de negación<sup>29</sup> que consiste en privarse de las sensaciones que le llevan al reposo, prolongando el contacto, lo que genera el

---

<sup>24</sup> Perls, L., *op. cit.* p. 135

<sup>25</sup> Pierret, G., *op. cit.* p.57

<sup>26</sup> Perls, L., *op. cit.* p. 137

<sup>27</sup> Pierret, G., *op. cit.* 61

<sup>28</sup> *Ibíd.* p 59

<sup>29</sup> Zinker, J., *op. cit.* p. 94

bloqueo del ciclo entre la etapa **contacto-reposo** que le impide concluir el ciclo de la experiencia.

Debido al propósito de esta investigación de identificar las manifestaciones neuróticas propias de cada interrupción, y luego de analizar los diferentes puntos de vista de autores como Perls (Laura y Fritz), Pierret, Zinker, Ginger, Salama Penhos, Stevens, Castañedo, Fagen, Shepard, Naranjo y otros, se asociaron y relacionaron las resistencias que dan origen a las interrupciones del ciclo de la experiencia con las manifestaciones neuróticas a las que hace referencia explícitamente Salama Penhos<sup>30</sup> así como la verbalización característica de los clientes de acuerdo a la interrupción del ciclo de la experiencia (según lo refieren los autores antes mencionados) estableciendo que las resistencias se expresan a través de manifestaciones neuróticas que incluyen el **‘actuar como sí’** que se refiere al tipo de conducta que permite a la persona no asumir lo que verdaderamente siente (actuar como sí estuviera enojado aún cuando su sentimiento sea otro) y está relacionado con la desensibilización, esta manifestación puede expresarse verbalmente al utilizar la frase “no siento” o cualquier otra que enuncie un evitar reconocer y expresar un sentimiento.

El **desempeñar roles** es cuando la persona asume actitudes que no le son propias, por ejemplo los celos exagerados o enfermizos de un papá hacia su hija o de una madre hacia su hijo (como sí fuera el/ella mismo/a el/la novio/a) que les impide darse cuenta de la realidad objetiva; impidiéndoles darse cuenta, por lo que ocurre cuando la resistencia de proyección está siendo exagerada; se evidencia a través de frases como “por tu culpa”, “esto es normal”, “en la vida es preciso siempre...”, “no se debe nunca...”, “mi padre/madre me enseñó o siempre dice...”.

Los **roles de opresor y oprimido** consisten en la adopción de opuestos polares y universales, el rol de opresor es directivo, abruma, saborea, amenaza, sabe todo e impone sus propias reglas a los demás y a sí mismo por el uso de

---

<sup>30</sup> Salama Penhos, H., *op. cit.* p. 23

palabras; el rol de oprimido controla mediante la pasividad, sabotea, olvida, y llega tarde, se esfuerza mucho y fracasa, aplaza, se confunde, y no se compromete. El objetivo, en ambos casos, es la manipulación del sí mismo y de los demás para obtener control, lograr lo que se desea y evitar lo que no se desea; esta forma de actuar corresponde a la resistencia de la introyección y se caracteriza por el uso de “debo pensarlo o hacerlo así”, “tu debes” y “no puedo”, entre otras.

La **renuencia a ser como se es** ocurre cuando las polaridades humanas se enfrentan sin comprenderlas ni asumirlas claramente (el sí pero no) como el cliente que expresa un enojo que niega inmediatamente por no aceptarlo como propio (el odiar al otro) por lo que prefiere atribuírselo a sí mismo; ocurre ante la retroflexión y se identifica por la frase “me odio para no odiarte”, “controlarse”, “pienso antes de actuar”, “si por lo menos...”.

El **impasse o implosión** que es cuando surgen sentimientos contraídos como el temor a la nada y a la muerte (el proceso de independización de los hijos es un constante anuncio de la proximidad de enfrentar la nada como el vacío existencial y el fin de la propia existencia) que ocultan al sí mismo, asumiendo actitudes manipuladoras y evasivas; el impasse o implosión está asociado con la deflexión puesto que el tipo de contacto que la persona ejerce es frío y distante, sin involucrarse y se caracteriza por frases como “tiro la piedra y escondo la mano”, “sí, pero...”, o no verbales como preferir callar, preguntas en lugar de dar su opinión, y otros.

La **explosión** que se da cuando padre o madre de manera espontánea y abrupta responden con la expresión de un sentimiento (llanto, golpes, risa, y otros) de manera incoherente o exagerado (reír al relatar una experiencia triste, llorar al recordar una situación cotidiana, etc.), para resolver fuerzas opuestas de la misma magnitud. Hay cuatro tipos esenciales de explosión: estallidos de ira, alegría, aflicción y orgasmo; los estallidos no pueden controlarse y cuando suceden con mayor frecuencia e intensidad se convierten en una respuesta o actitud de

desahogo ante la confluencia. Se reconoce por la expresión de frases como “acéptame, no discuto”, “ah, no es para tanto”, “pero si no es nada”, “no vale hacer tanto ruido por tan poco”, etc.

### **A.3 Abordamiento Psicoterapéutico**

Cabe mencionar aquí, que toda manifestación neurótica exagerada o repetitiva requiere la atención psicoterapéutica pues es indicador de la puesta en marcha de resistencias actuando de manera inadecuada y por lo tanto una mala adaptación al entorno y su respectiva interrupción en alguna de las etapas del ciclo de la experiencia, referirse al cuadro No. 1: Bases Teóricas de las Manifestaciones Neuróticas incluido como Anexo A; y que de la misma manera, es sujeto de atención psicoterapéutica el disminuido o poco uso de resistencias que dejan a la persona desprovista de protección.

El **proceso de independización** de los hijos se comprende como los diferentes momentos de vida en los cuales los hijos se separan o alejan paulatinamente de los padres, que concluye cuando los hijos dejan el hogar, requiriendo que se completen las etapas que llevan a la satisfacción de una necesidad; es decir el ciclo de la experiencia, en el que interviene el proceso de darse cuenta que consiste en comprender la razón de lo que se está haciendo, sintiendo o planeando; una interrupción no resuelta del ciclo de la experiencia cualquiera que esta sea, y un darse cuenta inadecuado o bloqueado, genera la conducta neurótica de la persona, es decir ajustes creativos a un campo en el que existen represiones.

Tanto padre como madre experimentan neurosis en cuanto a la manera de ser por la forma en que responden ante la falta de sus hijos en el hogar, que desde la teoría existencial-humanista, más concretamente la escuela Gestalt, es comprendida como aquellas características, signos y síntomas, de tipo psicológico que generan sentimientos de inutilidad, depresión, ansiedad, o actitudes manipuladoras para obtener la atención y compañía del hijo, entre otras; y

neurosis en cuanto al momento existencial ya que se encuentra en un callejón sin salida experimentando sentimientos contraídos, temor a la nada, a la muerte, monotonía, frustración, depresión, y percibiendo que no tienen un legado válido que dejar a las futuras generaciones, resultando finalmente en la interrupción del ciclo de la experiencia en cualquiera de sus etapas.

El abordamiento psicológico es el fortalecimiento oportuno que provee el profesional clínico desde la teoría existencial-humanista, la escuela Gestalt, procurando las mejores técnicas de enfrentamiento a través de la modalidad de terapias en grupo (de padres), convirtiéndose en una herramienta que permite liberar el bloqueo del ciclo de la experiencia según se haya producido; alcanzando la integridad necesaria para continuar funcionando adecuadamente.

De acuerdo con Perls “la meta que se persigue al utilizar técnicas es que el cliente descubra las resistencias que utiliza para alienar una parte de su propio proceso y por lo tanto evitar el darse cuenta de sí mismo y de su medio”.<sup>31</sup> Para que esto se lleve a cabo es necesario que durante la sesión terapéutica el cliente realice un experimento, como en un laboratorio, en donde él se explore a sí mismo de una forma realista, sin miedo y sin temor a ser criticado por el terapeuta o el grupo, si esto se realiza de manera positiva dará como resultado el que el cliente reconozca sus propios límites, por medio del pensar en voz alta se concreta o se da vida a la imaginación, y así se convierte en una aventura creativa donde fluye el crecimiento personal. El proceso por medio del cual se desarrolla un experimento es complejo, por lo tanto es necesario tomar en cuenta la preparación del campo de trabajo, la negociación o consenso entre el terapeuta y el cliente, la exploración del nivel del darse cuenta, la graduación y selección del experimento, la localización y movilización de energía congelada en el cliente, la focalización, actuación, relajación y asimilación de lo sucedido.

---

<sup>31</sup>Salama Penhos, H., *op. cit.* p. 53

En base a este proceso de experimentación las técnicas utilizadas en la terapia Gestalt pueden dividirse en dos áreas:

- Dejar hacer lo que sea necesario para descubrir la experiencia que se oculta detrás de una determinada actividad.
- Reunir la energía suficiente para hacer frente al contenido del darse cuenta del cliente, ya sea intensificando la atención o exagerando la acción deliberadamente.

Las **técnicas supresivas, expresivas e integrativas** son interdependientes entre sí contrario a lo que se había supuesto al plantear que las técnicas más adecuadas para el afrontamiento de las manifestaciones neuróticas ante el proceso de independización y separación de los hijos eran las técnicas expresivas.

Al utilizar las **técnicas supresivas**,<sup>32</sup> el terapeuta desalienta en el cliente el uso desproporcionado de resistencias; es decir, aquellas que le impiden enfrentar la realidad tal cual es debido a la experiencia dolorosa que puede representar. Estas técnicas adquieren diferentes formas dentro de la terapia como la nada o vacío cuyo objetivo es ayudar al cliente a experimentar dicha nada o vacío permitiéndole darse cuenta que el mismo está en realidad lleno de contenido. El hablar “acerca de” implica prevenir al cliente de dar explicaciones, justificaciones, su diagnóstico personal, etc., ayudándole a enfocarse en lo que le está sucediendo en el presente. En cuanto a los “debeísmos”, el terapeuta facilita al cliente la oportunidad de asimilar su evaluación de una experiencia, persona o situación determinada y elaborarla de modo que la misma se convierta en ‘algo’ placentero por lo que vale la pena actuar. La manipulación se refiere al uso equivocado de la esfera de la acción realizada para evitar la propia experiencia, y significa el uso de preguntas, por parte del cliente, con el objetivo de evitar el asunto que se está tratando; así mismo, la respuesta que se otorga a la pregunta manipuladora puede tomar las siguientes vías: i) contestar o no lo que se pregunta

---

<sup>32</sup> Salama Penhos, H., *op. cit.* p.58

de acuerdo con la preferencia, y ii) ya sea que se conteste o no la pregunta, se comunicará la reacción hacia la misma. El pedir permiso o aprobación por parte del cliente con la intención de manipular debe ser confrontado por el terapeuta ya que implica una conducta en contra de asumir la responsabilidad de sus decisiones.

El terapeuta por medio de las **técnicas expresivas**<sup>33</sup> estimula al cliente a expresar sus sentimientos, permitiéndole revelar a otros y a sí mismo quien realmente es; éstas se rigen a través de tres principios: i) expresar lo no expresado implica ayudar al paciente a reconocer o darse cuenta no sólo de sus reacciones orgánicas, sino también de sus sentimientos, de manera que sea capaz de expresarlos verbalmente a través de la maximización de los mismos. ii) terminar o completar la expresión invitando al cliente a actuar sus fantasías en el aquí y en el ahora, evitando que se quede con cosas que no pudo terminar de decir o hacer; y iii) buscar la dirección y hacer la expresión directa tiene el propósito de inducir al cliente a repetir una acción o frase; casi automáticamente es seguida de la exageración que aclara o hace obvio y preciso algo que se encuentra en la conducta original del cliente pero que hasta entonces permanecía imperceptible; luego se motiva el desarrollo en el cliente del sentimiento que surge en el aquí y el ahora en relación a una experiencia previa (con qué se asocia o qué le recuerda).

La traducción es una técnica expresiva utilizada frecuentemente con este propósito, que consiste en dar o asignar palabras a una conducta no verbal; lo que permite al cliente hacer explícito lo implícito, integrando su sensación de totalidad; es conveniente luego aplicar la técnica de la actuación e identificación ya que el actuar da expresión motriz a una idea, un sentimiento o imagen para completar la acción, permitiendo al cliente identificarse con su actuar, de modo que sea responsable por sí mismo (ayudar al cliente a ser uno con su experiencia para hacerla propia), dando paso a la propia integración.

---

<sup>33</sup> Salama Penhos, H., *op. cit.* p. 62

Aunque toda técnica de expresión o supresión es **integrativa** debido a que despierta el “darse cuenta” de los sentimientos, pensamientos o imágenes inefectivas; existen técnicas cuyo objetivo principal es integrar las partes alienadas del paciente, entre ellas está el encuentro intrapersonal que consiste en poner en contacto al cliente consigo mismo a través del diálogo (la silla vacía y la silla caliente), relacionando dos o más polaridades (yo debería-yo quiero, femenino-masculino, pasivo-activo, etc.), hasta integrar las partes en conflicto cuando cesa la necesidad de control entre ellas. La asimilación de proyecciones<sup>34</sup> es una técnica integrativa puesto que permite al cliente asumir la propiedad de lo proyectado reconociendo como parte de su experiencia lo que ha rechazado.

En resumen toda técnica gestáltica es útil si se lleva a cabo de acuerdo con el contexto, el desarrollo personal de cada cliente a nivel de terapia individual o grupal, sus propias necesidades y la personalidad del terapeuta. Las técnicas gestálticas no deben ser aplicadas estereotipadamente, puesto que el terapeuta debe asumir su rol creativo en beneficio del cliente o grupo de clientes; promoviendo los ejercicios necesarios para el logro de los objetivos de cada sesión.

La teoría Gestalt provee los lineamientos básicos para el desarrollo de terapia de grupo y en grupo<sup>35</sup>; la distinción recae en que en el primer caso las personas se reúnen para resolver diversos conflictos o situaciones de carácter personal en un contexto social-grupal; mientras que en la variante del segundo, los participantes del grupo se reúnen para resolver situaciones en común, por lo que cada sesión tiene su objetivo y tema específico (trabajo de la terapia), y la dinámica se lleva a cabo similar a una terapia individual, pero compartida o abierta al grupo. De esta manera, cada participante tiene, de acuerdo a sus necesidades, la oportunidad de constituirse en el ‘cliente central’ mientras que los demás participantes ejercen el rol de observadores activos en el sentido que experimentan lo manifestado por el ‘cliente central’, pero desde su propia

---

<sup>34</sup> Salama Penhos, H., *op. cit.* p. 66

<sup>35</sup> Ginger, S., *op. cit.* p. 46

experiencia, asumiendo la responsabilidad de su crecimiento. El carácter flexible de este tipo de terapia permite otorgar la oportunidad de ser 'cliente central' a dos o más clientes cuyas manifestaciones corporales determinaron su necesidad de participación.

Los principios del proceso grupal<sup>36</sup> desde la teoría de la Gestalt aplicados a esta variación de trabajo en grupo son: i) primacía en cada momento de la experiencia grupal en marcha: significa que la primacía se centra en torno a lo que el o los 'clientes centrales' están viviendo en ese momento, todo es importante, debe ser aclarado, subrayado y creativamente orientado hacia una resolución; ii) proceso de desarrollo de la conciencia grupal: los grupos de terapia para este estudio poseen a priori dicha conciencia grupal puesto que su preocupación se centra en los temas relacionados con el proceso de independización de sus hijos; iii) importancia del contacto activo entre los participantes: para efectos de este estudio; el contacto activo se refiere a la interrelación entre terapeuta y 'cliente central' (participantes) de un momento terapéutico determinado, que permite tanto al cliente central como a los demás participantes, descubrirse y comprenderse a sí mismos, desarrollando su capacidad de modificar su comportamiento en un ambiente seguro y flexible; iv) empleo de experimentos de interacción estimulados por un líder que interviene activamente en ellos: el terapeuta aplica las técnicas de la terapia Gestalt con flexibilidad, sugiere experimentos y guía al cliente central a modificar de manera intencional su propio proceso.

El cierre de cada sesión terapéutica ocurrió en dos momentos: el cierre individual del o los clientes centrales al comprobar su estado de reposo, liberación de la energía atrapada, sensación de tranquilidad y bienestar, etc., y el cierre de los demás miembros del grupo, quienes, por medio de no verbales observables evidenciaron la resolución de situaciones inconclusas, la movilización de energía y su estado de reposo actual.

---

<sup>36</sup> Zinker, Joseph, *op. cit.* p. 133

La puerta de entrada que permite un contacto directo con el cliente puede ser un síntoma corporal ocasional o crónico que conduce a un darse cuenta del bloqueo de la energía; entre las manifestaciones corporales mencionadas por la población y el significado asignado por cada cliente se puede mencionar el sentimiento de opresión en el pecho interpretado como angustia y temor; nudo en la garganta como tristeza; dolor de piernas relacionado con un sentimiento de inutilidad; molestia en los brazos con la necesidad de dar y recibir afecto y la sensación de no ser necesario para los hijos; cosquilleo en los pies como necesidad de ir a verificar que los hijos estén a salvo; tensión en las manos con la frustración por no poder atender a sus hijos; punzada en la frente y dolor de cabeza con sentimiento de culpa; sensación de estar todo el tiempo en la montaña rusa como vacío; malestar estomacal relacionado con ansiedad; cansancio en los ojos (irritación) con preocupación, temor a la muerte, y a la soledad; molestia en los hombros con desvalorización e incapacidad; y garraspera interpretado como nerviosismo y miedo; entre otras.

Los significados anteriormente expuestos son producto de la elaboración de los clientes centrales como resultado de la retroalimentación por parte del terapeuta y su ratificación del o los clientes centrales, lo que generó un darse cuenta profundo por parte de los mismos, permitiendo concluir que el 38% de padres y madres tienden al **desempeño de roles**, que es la manifestación neurótica característica de la resistencia de la proyección que se debe a la **interrupción del ciclo de la experiencia entre la sensación y el darse cuenta**.

Esta interrupción, como todas las demás en los diferentes momentos del ciclo de la experiencia, impide continuar el fluir de la energía hasta culminar con el retorno al estado de reposo o retraimiento. La resistencia de la proyección impide darse cuenta de lo que acontece en nuestro interior y exterior, al adjudicárselo al entorno; tal es el caso de la opresión en el pecho que siente el cliente y que no logra reconocer como angustia o temor, sino que lo atribuye al calor que le causa sofocamiento; también se comprende como una introyección en el sentido que la

persona evita saber haciendo suyos los elementos del exterior sin cuestionamientos, como el dolor abdominal que es interpretado como malestar estomacal, en una primera instancia, en lugar de la expresión de un problema de ansiedad; y puede comprenderse como una represión en tanto que el cliente no permite el surgimiento del darse cuenta a partir de sus sensaciones, como aquel que al ser cuestionado sobre la evidente molestia corporal responde que no le dice absolutamente nada; que el cuerpo no le puede hablar, evitando el darse cuenta, reprimiendo sus sensaciones.

La **interrupción entre energetización y acción** impedía al 24% de las madres reunir fuerzas para tomar las acciones necesarias que les permitieran, a partir de la comprensión de sus diferentes sensaciones corporales y su significado, comportarse congruentemente con la realidad y contexto, satisfaciendo su necesidad. Esta interrupción se manifestó claramente en los participantes de los grupos terapéuticos quienes utilizaban frecuentemente expresiones tales como: “si tan solo...”, “si por lo menos...” y “si hubiera...” que corresponden al discurso de quienes presentan **renuencia a ser como se es** como manifestación neurótica que impide a la persona actuar para resolver su necesidad. La renuencia a ser como se es lleva a la persona a hacerse daño a sí misma, debido a que no es capaz de actuar sus deseos a causa de sus introyectos, volviéndolos hacia sí mismo, como ocurre con el padre o la madre que niega estar enojado con sus hijos, pero deja de comer aunque tenga hambre, poniendo al descubierto el uso de la resistencia identificada como retroflexión que es común en este bloqueo del ciclo de la experiencia; la retroflexión como resistencia ayuda a la persona a regresar o volver a sí mismo sus acciones; es decir que la persona se convierte en beneficiaria de sus limitadas acciones; al utilizar expresiones como las anteriormente descritas, la persona busca recibir reconocimiento, consideración, y satisface su necesidad de sentirse amada, al manipular sutilmente a los demás. Cuando la persona se da cuenta que está desviando su energía en lugar de utilizarla para establecer un contacto positivo que le permita satisfacer sus propias necesidades, y por consiguiente, facilitar el proceso de independización de sus

hijos, puede entonces creer en su capacidad de tomar acciones y completar el ciclo de la experiencia dando lugar a un estado de reposo o retraimiento.

El **bloqueo entre la acción y el contacto** identificado en el 17% de los padres, se dedujo a partir del uso de eufemismos, el “si pero no”, la agresividad pasiva “tiro la piedra y escondo la mano”, y el hacer preguntas para evitar dar su opinión o hablar sobre sí mismos que corresponden a la manifestación neurótica del **impasse o implsión** característico de las personas muy reservadas, que establecen un contacto frío e indirecto con su entorno, típico de la resistencia de la deflexión que puede entenderse también como una desviación de la atención hacia algo menos personal y más racional, o bien la despersonalización que implica no involucrarse y mantenerse distante evitando un contacto pleno y sano que celebre la satisfacción de una necesidad.

Los resultados arriba compartidos fueron obtenidos luego del análisis e interpretación de la información primaria a través de un proceso metodológico que implicó la autorización para invitar a la población y culminó con el proceso terapéutico en 16 sesiones de terapia en grupo.

## B. PREMISAS DE LA INVESTIGACIÓN

Este estudio se fundamenta sobre las premisas principales de la Teoría y Terapia Gestalt que a continuación se enuncian:

- El bienestar de la persona está basado en una autorregulación del organismo que busca el equilibrio (homeostasia), esta autorregulación es un proceso denominado **ciclo de la experiencia**, cuya interrupción o bloqueo se expresa en lo corporal, lo emocional y lo conductual exigiendo la resolución de 'situaciones inconclusas'.
- El énfasis se da en el **darse cuenta** que puede ir expandiéndose poco a poco para descubrir y disolver las resistencias que lo han limitado, proveyendo los elementos para crecer.
- El trabajo psicoterapéutico se realiza en la experiencia presente; es decir en el **aquí y el ahora** que es donde se puede llevar a cabo la integración de la misma y su reelaboración; pues el pasado sólo existe ahora como referente y de la misma manera el futuro únicamente existe en el presente como anticipación, planificación, ensayo, especulación, esperanza, temor y desespero.
- El **contacto** ocurre en diferentes zonas (externa, interna y de la fantasía) e implica un darse cuenta sensorial y una conducta motora congruente con tal sensación y el entorno, que permite el gozo de la satisfacción de la necesidad, habilitando a la persona para experimentar el reposo e iniciar un nuevo ciclo de la experiencia.
- El surgimiento de la **figura y el fondo** se logra a través del establecimiento del contacto pleno y el darse cuenta que permite a la persona conformar una Gestalt clara y de manera dinámica, permitiendo que las necesidades, urgencias y recursos que se encuentran en el entorno, progresivamente reciban el poder de interés y fuerza como figura dominante.

- Los sentimientos experimentados de manera incongruente con el entorno se expresan como manifestaciones neuróticas que encubren las **resistencias** funcionando de manera exagerada, que reducen la probabilidad del contacto y darse cuenta.
- La **terapia** consiste en identificar las resistencias que son útiles y se ajustan al entorno del momento, y aquellas que son obsoletas, rígidas o exageradas facilitando la asimilación de cómo ocurren con el fin de favorecer la integración orgánica.
- El terapeuta gestáltico y su cliente son dos socios, comprometidos en una **auténtica relación dual** (un encuentro yo-tú) profesional cuyo objetivo principal es el crecimiento personal en el que cada uno asume su responsabilidad en el mismo.
- El **proceso psicoterapéutico** otorga mayor importancia al cómo, que en un darse cuenta, guía al cliente hacia el cambio responsable de su conducta y sus consecuencias, hacia su bienestar y el desarrollo de sus potencialidades.
- En la **terapia Gestalt** el momento de la experiencia precede a la palabra, puesto que ésta sin la vivencia carece de sentido; por lo que se resalta la importancia de los ejercicios dentro del clima de seguridad conferido por el grupo y el entorno clínico.
- Cuando el cliente aprende las **técnicas o estrategias** para expresar, suprimir e integrar sus experiencias, logra darse cuenta y mantenerse en contacto pleno en el aquí y el ahora permitiendo la continuidad de su crecimiento.

## C. HIPÓTESIS

### C.1 Hipótesis general o de investigación

- 16 sesiones de terapia Gestalt son suficientes para responder adecuadamente a las necesidades de padres y madres para resolver la **interrupción en el ciclo de la experiencia** en el proceso de independización de los hijos hasta que dejan el hogar.
- La **interrupción del ciclo de la experiencia** de los padres en el afrontamiento del proceso de independización de los hijos hasta que dejan el hogar es más frecuente entre las etapas de **sensación y darse cuenta**.

### C.2 Hipótesis de trabajo u operacional

- Las estrategias gestálticas adecuadas para el afrontamiento de las **manifestaciones neuróticas** presentadas por los padres ante el proceso de independización de los hijos hasta que dejan el hogar son las técnicas expresivas.
- Al finalizar las 16 sesiones de terapia en grupo, los clientes están en capacidad de **establecer contacto saludable, darse cuenta y permanecer en el aquí y ahora**.
- Las manifestaciones neuróticas provocadas por la interrupción del ciclo de la experiencia entre las etapas de sensación y darse cuenta más frecuentes son el **actuar 'como si' y los roles de opresor y oprimido**.

## D. DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES

### D.1 Variable independiente

- **Proceso de Independización:** conjunto de experiencias naturales del desarrollo humano que lleva a los hijos a alejarse de sus progenitores, de manera gradual, favoreciendo la formación de la propia identidad cuando el/la niño/a se reconoce como ajeno/a o extraño/a al padre/madre, es capaz de asumir responsablemente su propia libertad y ejercer su derecho a decidir.
  - **Variable operacional (indicadores)**
    - **Separación de los hijos:** culminación del proceso de independización de los hijos en el que éstos dejan el hogar.

### D.2 Variable dependiente

- **Interrupción de las etapas del Ciclo de la Experiencia** (etapas hacia la satisfacción de necesidades): bloqueo del flujo regular de energía en determinado momento del ciclo debido a la inadecuada satisfacción de la necesidad presente (falta de contacto con la realidad) o su regulación “debeística” causando por lo tanto molestias que se manifiestan incluso en lo corporal ya que a través de la autorregulación orgánica, la energía atrapada intenta ser liberada para preservar la homeostasia.
  - **Variable operacional (indicadores)**
    - **Dificultad para el contacto y capacidad disminuida de darse cuenta:** implica la interacción de la persona con su ambiente en un darse cuenta sensorial y una conducta motora; sin embargo, la rutina, los hábitos y los temores llevan a la persona a evitar el contacto y el darse cuenta de lo que se experimenta, impidiendo su crecimiento, causando la interrupción del ciclo de la experiencia e imposibilitando la formación de una figura de interés contra el fondo o contexto del campo.

- **Ausencia del aquí y el ahora:** el aquí y el ahora son el punto cero psicológico no hay otra realidad más que el presente, el centro del tiempo y el espacio, el pasado y el futuro son referentes del presente y conforman el fondo de la figura; cuando la persona dirige su energía únicamente al pasado o bien al futuro, experimenta una ausencia del aquí y el ahora (presente) que permanece en el fondo sin permitir que surja la figura.
- **Manifestaciones neuróticas** (actuar como si, desempeñar roles, rol de opresor y oprimido, renuencia a ser como se es, impasse o implosión, y explosión.): la neurosis surge cuando el individuo no es capaz de alterar sus técnicas de manipulación y de interacción en un campo en constante cambio, y por lo tanto se manifiesta de manera defensiva para protegerse a si mismo de la amenaza de ser aplastado por un mundo dominante a través de conductas neuróticas como el **actuar como si** que no permite al individuo asumir lo que verdaderamente siente evitando darse cuenta. El **desempeñar roles** lleva a la persona a asumir actitudes que no le son propias. Los **roles de opresor y oprimido** que consiste en ejercer un control, abrumar, sermonear, intimidar, amenazar, saberlo todo, e imponer las propias reglas a los demás y así mismo, o bien tratar de controlar indirectamente mediante la pasividad, sabotear, olvidando, llegando tarde sin poder evitarlo, esforzándose mucho y fracasando, aplazando todo, confundiendo y huyendo del compromiso. En la **renuencia a ser como se es**, las polaridades humanas se enfrentan sin comprenderlas ni asumirlas claramente. En el **impasse o implosión** surgen sentimientos contraídos como la nada y el temor a la muerte asumiendo actitudes manipuladoras y evasivas. Y en la **explosión**, la persona responde espontánea y abruptamente, de manera incoherente y exagerada con la expresión de un sentimiento para resolver fuerzas contrarias de la misma magnitud.



## **CAPÍTULO II**

### **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **A. POBLACIÓN Y MUESTRA**

La población participante en el estudio estuvo constituida por matrimonios católicos que pertenecen al Movimiento Encuentro Matrimonial Guatemala a quienes se les invitó, a través del proceso metodológico descrito en el apartado de procedimientos, a vivenciar de manera voluntaria el proceso psicoterapéutico ofrecido en 16 sesiones de terapia Gestalt en grupo.

El grupo que participó y colaboró con el estudio asistiendo regularmente a las sesiones de psicoterapia estuvo formado por 15 parejas que pertenecen al Movimiento Católico Encuentro Matrimonial de Guatemala, que viven como matrimonio sacramentado con hijos, que los constituye como un sistema formado por subsistemas funcionales e interrelacionados comprometidos a estar juntos determinando tiempo, mismo que corresponde al proceso de independización de los hijos.

Los matrimonios oscilaban entre los 26 y 51 años de edad, experimentando el proceso de independización de los hijos desde el control de esfínteres (hijos de 2 años) hasta hijos que ya han dejado o están prontos a dejar el hogar debido a distintas razones (hijos de hasta 26 años de edad).

La conformación de las familias de los matrimonios participantes de este estudio se detalla en el Cuadro No. 1 donde se distingue entre las edades de los padres, género y edades de los hijos; además puede observarse el número de hijos que conforman cada familia donde la más numerosa está constituida por cuatro hijos, y la familia más pequeña en cuanto al número de hijos, solamente ha procreado una hija. Es importante mencionar, que con el fin de resguardar el

anonimato de los participantes, se hace uso únicamente de claves y no los nombres completos de cada miembro de la pareja.

La caracterización de las familias de los matrimonios que participaron en este estudio indica que 67% de los mismos tienen por lo menos 10 años de convivencia, mientras que el 33% son matrimonios con 7 años o menos de convivencia; además, 3 familias tienen un hijo, 7 familias tienen dos hijos, 4 familias tienen 3 hijos y solo una familia tiene 4 hijos; indicando un promedio de 2 hijos por familia; es decir que no son familias numerosas.

## Cuadro No. 1 CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN DEL ESTUDIO

FAMILIAS			EIDADES PADRES		EIDADES Y GÉNERO							
					HIJOS							
No.	CLAVE	NO. INTEGRANTES	PADRE	MADRE	HIJO A	GÉNERO	HIJO B	GÉNERO	HIJO C	GÉNERO	HIJO D	GÉNERO
1	AGP	6	48	42	20	M	18	F	15	F	14	M
2	ALA	3	30	30	7	F						
3	ESA	3	51	49	25	F						
4	GOA	4	40	45	10	F	8	M				
5	JUA	4	31	33	12	M	12	F				
6	MEA	5	41	40	17	F	15	F	13	M		
7	MIP	3	33	30	4	F						
8	MOA	5	43	40	23	M	21	F	19	F		
9	MOP	4	40	40	16	F	14	M				
10	ORA	4	26	23	4	M	2	F				
11	PAP	4	30	26	7	M	5	M				
12	PEP	3	35	30	5	F	3	M				
13	REP	5	42	39	19	M	19	F	16	F		
14	ROA	4	36	36	16	M	15	M				
15	SOP	5	50	51	26	F	23	F	20	M		

Recolectar información sobre las características de la población participando en el estudio permitió tener una idea, aunque fuera vaga, de la constitución y dinámica familiar de cada matrimonio, lo que facilitó comprender su dinámica interior, sus bloqueos, manifestaciones neuróticas, resistencias y la interrupción en distintos momentos del ciclo de la experiencia.

## **B. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS**

La información fue recolectada a través de un proceso metodológico que inició con la preparación del escenario de la investigación, se utilizó en primer lugar **la entrevista no estructurada e informativa** con las autoridades del Movimiento Encuentro Matrimonial en Guatemala presentando el bosquejo preliminar del proyecto y resolviendo dudas iniciales respecto al alcance del mismo, que se determinó incluiría la recolección de datos y el abordamiento terapéutico en 16 sesiones de terapia Gestalt en grupo.

En un segundo momento, se estableció contacto con los líderes diocesanos y coordinadores de comunidades (población de la diócesis) con quienes se compartió el tema del trabajo de investigación; sus objetivos, la metodología de abordamiento, y su alcance; indicando que el mismo estaría dirigido a matrimonios cuyos hijos ya habían dejado el hogar; sin embargo, la población solicitó la ampliación del estudio de manera que incluyera matrimonios con hijos aún dentro del hogar; de modo que se pudieran beneficiar de manera preventiva del proceso terapéutico. Se requirió a los asistentes que completaran de manera personal y sin requerimiento de devolución el **cuestionario de autodiagnóstico individual**, (Anexo 1), que permitió a la población determinar el grado de necesidad personal de participar en esta investigación; este cuestionario incluyó 15 preguntas cerradas (si-no), interpretación y mecanismo de contacto para participar en la investigación.

Se realizó un sondeo entre los coordinadores para determinar el número de posibles participantes, quienes expresaron su deseo de realizar las sesiones en el

lapso de tiempo más corto posible, acordando realizar dos sesiones semanales, lunes y jueves. Tener una idea, aunque vaga, del número de posibles participantes, nos permitió determinar el espacio adecuado para la terapia; que en un inicio se había considerado realizar en el Salón Parroquial Divino Redentor; sin embargo, debido a la necesidad de utilizar más de un salón, se procedió a realizar las gestiones necesarias para el uso de las instalaciones de Estimulación Oportuna HUELLITAS, Centro de Cuidado Infantil Diario ubicado en la 42 Avenida 3-45 zona 3 de Mixco, Lomas del Rodeo, que no queda lejos del salón regularmente usado para las actividades del movimiento.

Posteriormente, se distribuyó, entre los coordinadores, una **invitación** en forma de volante (Anexo 2) para participar en el proceso terapéutico de modo que se hiciera llegar a la mayoría de miembros de comunidades, y además, se publicó un **anuncio** en el Boletín Mensual del Movimiento “NUESTRO ESPÍRITU” (Anexo 3). Cabe mencionar que el boletín Mensual es el medio de comunicación masiva que utiliza el movimiento para mantener informada a su población; por lo que se consideró el medio idóneo para invitar a la población y seleccionar la muestra.

La sesión inicial contó con la asistencia de 26 matrimonios a quienes se les explicó la naturaleza voluntaria de su participación, y la importancia de su compromiso de asistir a todas las sesiones de manera puntual, como debe hacerse en un proceso terapéutico en grupo, requiriendo su **consentimiento informado** (Anexo 4) al momento de inscribirse definitivamente en el estudio, lográndose la inscripción y compromiso de 15 matrimonios para un total de 30 participantes iniciando así el abordamiento terapéutico y la recolección de datos.

Debido al tamaño de la población, se organizaron dos grupos al azar, uno constituido por 7 matrimonios y el otro por 8. Durante la elaboración del proyecto se pensó en trabajar con grupos de matrimonios de acuerdo a las edades de los hijos, dividiéndolo en tres grupos (niños de 3 a 12 años, adolescentes de 13 a 18 años y jóvenes de 19 a 24 años); sin embargo esto no fue posible por la limitada

disponibilidad de horario de los matrimonios. Luego de determinar que la población tenía claridad respecto a la naturaleza grupal del proceso terapéutico y la confidencialidad en el manejo de la información obtenida, se inició desarrollando los temas asignados de acuerdo al número de cada sesión, lo que llamamos **'trabajo de la terapia'** (Anexo 5) y que constituyó el eje central de la misma, marcando el recorrido hacia la asimilación del proceso de independización de los hijos, que culmina cuando los mismos dejan el hogar.

La sesión inicial incluyó el compromiso terapéutico y el acercamiento de los participantes a la teoría, definiendo las características generales del proceso correspondientes al encuadre terapéutico y la completación del **cuestionario perfil de las personalidades** (anexos 6a); la segunda sesión tuvo como eje central o trabajo de la terapia el desarrollo de ejercicios de contacto cuyo objetivo general fue ayudar a los matrimonios a crear conciencia de su persona como una totalidad; de la tercera a la octava sesión se trabajó sobre el contacto, primero con su yo bebé, luego su yo preescolar, y finalmente su yo escolar; permitiendo a los matrimonios una experiencia de interiorización que les facilitara el darse cuenta de los momentos de separación de los hijos en su proceso de independización en cada una de las anteriores edades. De la novena a la duodécima sesión se trabajó el darse cuenta de su yo adolescente y su yo adulto respectivamente, potenciando la capacidad de los matrimonios de reconocer e identificar su propia experiencia de separación de modo que pudieran comprender y tomar las acciones necesarias para modificar sus comportamientos en beneficio del proceso de independización de sus hijos. La decimotercera y decimocuarta sesión se enfocaron en la despedida de sus padres y la bienvenida a una nueva experiencia; proveyendo a los matrimonios la oportunidad de completar una Gestalt abierta con sus padres de modo que facilitara la despedida de los propios hijos y tomar acción hacia la bienvenida a una nueva experiencia y nuevo sentido de vida en pareja.

Finalmente en la decimoquinta y decimosexta sesión se promovió el compartir abierto sobre la experiencia individual del proceso terapéutico y se

solicitó a los participantes que quienes así lo desearan, enviaran por escrito su compartir respecto al proceso psicoterapéutico vivenciado (se recibieron 7). También se completó el **cuestionario perfil de las personalidades final** (anexo 6b), que sirvió para evaluar el proceso psicoterapéutico que fortaleció el establecimiento del contacto y el darse cuenta en el aquí y el ahora, cerrando ciclos de la experiencia (Gestalt abierta) en la resolución del propio proceso de evolución, liberó la energía atrapada por su interrupción, favoreció el surgimiento de la figura y el fondo, y finalmente facilitó el crecimiento personal de cada uno de los participantes.

El **cuestionario perfil de las personalidades** (Anexos 6a y 6b) a los que se hace referencia anteriormente y que fue elaborado para esta investigación considerando los criterios de Ginger<sup>37</sup> en cuanto a los rasgos de personalidad, consta de 26 preguntas ponderables de 1 a 10 que permiten identificar el nivel de cada rasgo presente en los participantes a través del promedio entre dos o más preguntas; así para identificar el rasgo de paranoia se hace el promedio de los punteos obtenidos en las preguntas 1 a 4; para obsesión corresponde el promedio de las preguntas 5 a 8; histeria de 9 a 15; para masoquismo el promedio de las preguntas 16 y 17; para dominación se considera el promedio de las preguntas 18 a 20, depresión de las preguntas 21 y 22; manía las preguntas 23 y 24; y esquizofrenia 25 y 26.

**La rueda de personalidad Gestalt** que aparece en el anverso, se utilizó para graficar el perfil de la personalidad en dos ejes; el eje representado por la cruz griega (+) corresponde a los rasgos psicóticos de la personalidad, mientras el eje representado por la cruz de San Andrés (X) corresponden a los rasgos neuróticos de la personalidad que se sitúan de forma subjetiva a lo largo de cada eje desde el centro en cuyo caso el rasgo está ausente, personalidad pobre;

---

<sup>37</sup> Ginger S., *op. cit.* p. 161

seguido de la zona de normalidad; hacia la exageración del rasgo, borderline, y la zona de patología.<sup>38</sup>

**La hoja de observación** (Anexo 7), tuvo como objetivo identificar el momento de interrupción del ciclo de la experiencia, que surge a partir del registro de síntomas físicos, la interpretación y discurso de los clientes, que evidenció las manifestaciones neuróticas, y por consiguiente las resistencias.

Se realizó un registro más detallado de lo ocurrido en cada intervención durante la sesión terapéutica a través del **Diario de Campo** (Anexo 8) que contiene apartados para la recolección de datos generales de cada sesión, de la intervención de cada cliente central que incluye su clave, género, la manifestación de la energía, los hechos relevantes de la sesión, y la frase utilizada por el cliente, es decir, su discurso principal. Además se registro una apreciación general del grupo participante. Lamentablemente los participantes en la investigación prefirieron que no se usaran grabadoras para registrar su discurso; decisión que se respetó; limitando el registro a la hoja de observación y el diario de campo.

Se desistió del uso de los cuestionarios de historia de vida en pareja propuestos en el proyecto, debido a que se evaluó que los mismos aportaban información fuera del alcance del estudio, ya que el proceso psicoterapéutico se diseñó para ser realizado en grupo con el propósito principal de identificar la interrupción del ciclo de la experiencia de cada participante, según se haya producido; identificar las manifestaciones neuróticas generadas por la exageración de resistencias, motivar el darse cuenta y el contacto de cada padre con respecto al proceso de independización de sus hijos desde su propia experiencia de vida; y lograr la integración que le permita a la persona continuar funcionando adecuadamente.

---

<sup>38</sup> Ginger S., *op. cit.* p. 160

## C. TÉCNICAS

El grupo de encuentro gestáltico se convirtió en un espacio para que los integrantes se exploraran a sí mismos como son, se buscó que se diera un encuentro, un proceso de crecimiento, un acontecimiento de resolución de problemas, un proceso de aprendizaje y una exploración de toda la gama de aspiraciones al cambio. Con el objetivo de que el grupo llegara a descubrir sus procesos y de sensibilizarlos al darse cuenta, se emplearon técnicas que pueden aplicarse en cualquier momento del proceso grupal como:

- **Asuntos inconclusos:** se solicita al miembro del grupo que tiene algo inconcluso, que lo manifieste de forma directa.
- **Yo asumo la responsabilidad:** después de cada oración el cliente deberá añadir “y yo me hago responsable”, con el fin de que tome conciencia de que es él quien decide su propia conducta.
- **Invertir roles:** el cliente ejecutará el rol opuesto al que ha estado realizando.
- **Contacto/separación:** se le pide a la persona que escape de la realidad pero con conciencia, con el fin de que se de cuenta de cuándo y cómo escapa o se ausenta y cuándo y cómo mantiene el contacto. Luego relata su experiencia ante el darse cuenta.
- **Ensayo:** esta técnica se utiliza cuando un miembro del grupo teme manifestar sus emociones por lo que se le pide a la persona que imagine qué ocurrirá si le revela al grupo lo que siente.
- **Exageración:** se le pide a la persona que repita y exagere un movimiento determinado. Con el fin de que el participante incremente su percepción del medio que utiliza para bloquear el darse cuenta de sus procesos afectivos.

- **Puedo ofrecerle una frase:** se solicita al participante que repita una frase elaborada por el terapeuta para ver si le sirve en su proceso.
- **Naturalmente y es obvio que:** se le solicita al participante que construya una frase que comience con “es obvio que...” o que añada al final de cada oración “...naturalmente”, esta técnica se utiliza cuando el participante busca en los otros el soporte de sus comunicaciones.
- **Puede usted quedarse con sus emociones:** se utiliza cuando el participante escapa de su sentimientos, por lo que se le solicita que se quede con la emoción del momento, que mantenga el continuo darse cuenta.
- **La silla vacía:** se solicita al cliente que exprese lo no expresado ante una silla vacía; que luego es ocupada por el cliente en un juego de roles (silla caliente).



## CAPÍTULO III

### PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

El propósito de la investigación fue determinar si 16 sesiones de terapia Gestalt serían suficientes para dar respuesta a las manifestaciones neuróticas que presentaban los padres respecto al proceso de independización de los hijos, así como identificar el momento de interrupción del ciclo de la experiencia entre padres y madres que viven este proceso. Se realizó el análisis del discurso de los participantes de acuerdo a la información recolectada a través de todo el proceso terapéutico confrontando cuidadosamente la teoría con la práctica para determinar la capacidad de los participantes de **establecer contacto y darse cuenta** de su proceso de crecimiento a través del uso de las estrategias implementadas durante la terapia. Por último, también se identificó la **manifestación neurótica** que corresponde a cada **interrupción del ciclo de la experiencia**.

Se presentan los resultados obtenidos siguiendo el curso del proceso terapéutico experimentado por los participantes, de tal manera que la gráfica No. 1 que incluye la **rueda de personalidad**, reflejan el **perfil de las personalidades a manera de evaluación inicial**; revelando el porcentaje por rasgo que conforma la totalidad de la personalidad de cada participante. En la recolección de datos se completó una rueda de las personalidades por participante a través del cuestionario diseñado para el efecto (Anexo 6ª descrito en el Capítulo II); sin embargo, para el análisis e interpretación de resultados, se presenta el consolidado grupal haciendo distinción únicamente por género.

Para comprender mejor los resultados de la gráfica en mención, es conveniente aclarar que Ginger describe 'normalidad' como el equilibrio de los rasgos de la personalidad, determinando que aquellos que se localizan en la escala de 1-3 se consideran poco desarrollados; es decir de la "personalidad pobre", los que se ubican en la escala de 3.1-6 corresponden a la "personalidad

normal”, de 6.1-7.9 la escala de “exageración del rasgo”, el 8 determina el límite “borderline”, y de 8.1 en adelante como “zona de sobre-exageración” (término explicativo utilizado en esta investigación correspondiente a la “zona de patología” acuñado también por Ginger). Debe entonces mantenerse en mente que todos los rasgos de personalidad incluidos en la gráfica son rasgos que aparecen y se manifiestan en cada individuo de manera equilibrada; y que la persona es mucho más que la suma de sus partes. También vale la pena mencionar que la ausencia de un rasgo, cualquiera que sea, es indicador de personalidad “pobre” y también debe ser atendido en psicoterapia al igual que la exageración y sobre-exageración de cualquier otro rasgo; de la misma manera en que las resistencias que deben ser utilizadas equilibradamente.

Es importante recalcar que la escala vertical del 1 al 10 indica la intensidad del rasgo, considerando lo ‘normal’ entre los punteos de 3.1 a 6; y los porcentajes muestran cuánto de cada rasgo compone la personalidad; por lo tanto, a mayor porcentaje, mayor presencia del rasgo.

La gráfica No. 2 muestra la **localización del bloqueo** de la energía en los participantes, diferenciada por género, según lo manifestaron durante las 16 sesiones de psicoterapia en grupo al llamar su atención sobre sus sensaciones corporales, o bien sobre movimientos o tensiones corporales evidentes.

La gráfica No. 3 señala el uso de **manifestaciones neuróticas** diferenciadas entre padres y madres que coincide con el uso exagerado de **resistencias** presentado en la gráfica No. 4, y que tiene relación con la frecuencia de las **interrupciones del ciclo de la experiencia** que se presenta en la gráfica No. 5, tanto para padres como para madres.

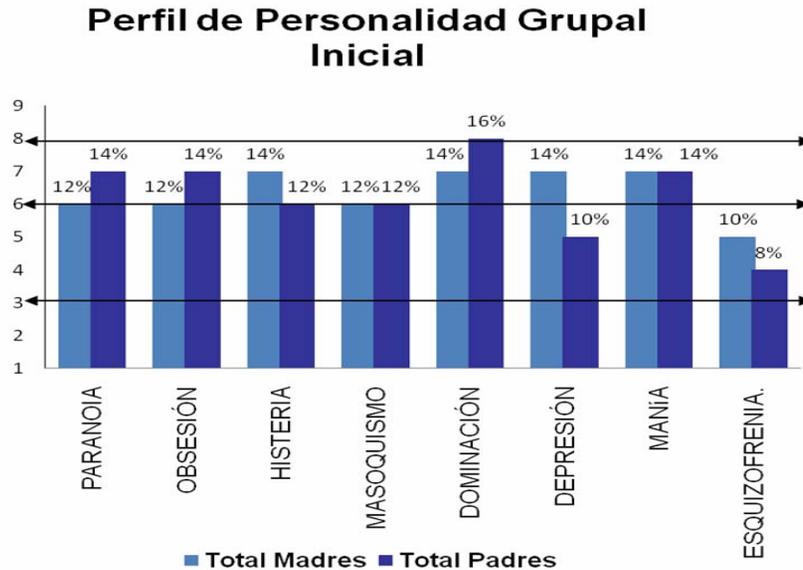
La gráfica No. 6 muestra el **perfil de la personalidad diferenciando entre padres y madres al final** del proceso psicoterapéutico de acuerdo a los resultados obtenidos en la evaluación final según la información recolectada a

través del cuestionario del perfil de la personalidad (Anexo 6b). La gráfica No. 7 muestra la **comparación de los resultados del perfil de la personalidad inicial y final por grupo** de madres y de padres; las gráficas No. 8 y 9 muestran la **comparación del perfil de personalidad por género**, padres y madres, al **inicio y al final** del proceso psicoterapéutico.

Al leer cada gráfica debe mantenerse en mente la irreductibilidad y unicidad de la persona, su contexto y el contacto que ejerce consigo mismo y su entorno. Por otro lado, no debe caerse en la tentación de generalizar a partir de los resultados de esta investigación, ya que los mismos aplican y corresponden únicamente al grupo que participó en el proceso investigativo bajo las circunstancias individuales y particulares.

El análisis del discurso se realizó contrastando continuamente la teoría con la práctica, y fue sistematizado a través de una hoja electrónica creada para que, a partir de las manifestaciones neuróticas que se desprendieron del discurso de los participantes, o significado asignado a las manifestaciones corporales identificadas; se reflejara automáticamente las resistencias utilizadas. Este discurso o significado no surgió de manera espontánea, sino es el producto del proceso psicoterapéutico que cada uno de los participantes, en su momento y de acuerdo a su necesidad, fue experimentando en el curso de las 16 sesiones. La significación de la **manifestación neurótica** fue retroalimentada a los participantes y ratificada por los mismos., para prevenir el sesgo por parte de terapeutas.

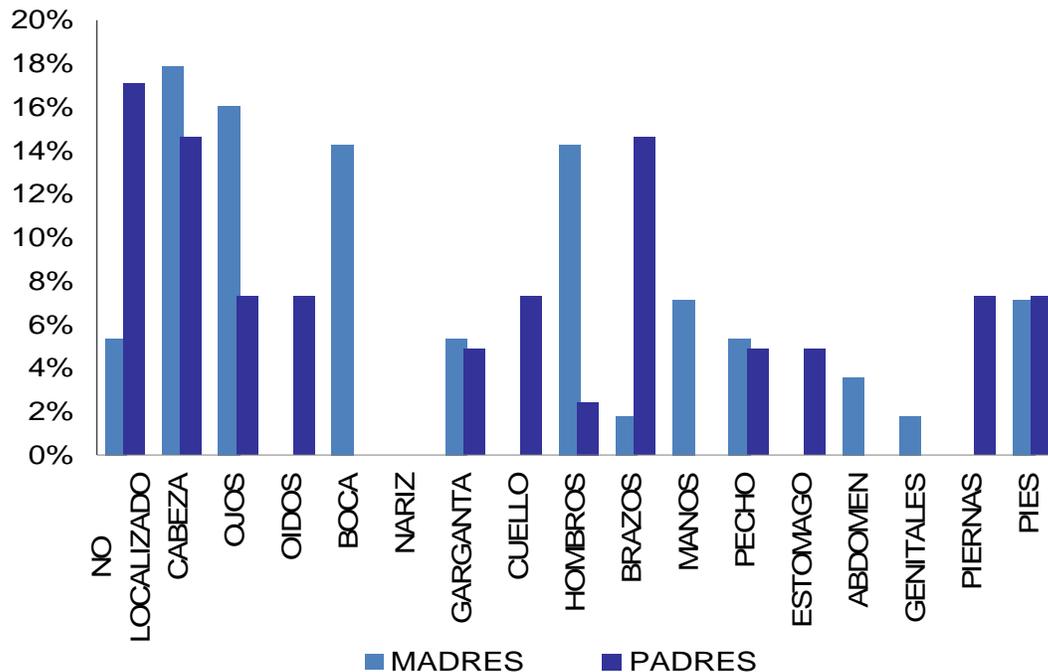
## Gráfica No. 1



La exageración de rasgos entre la población atendida se hace evidente, tanto en la gráfica de barras como en la Rueda de las Personalidades, donde las madres mostraron alto porcentaje en rasgos tales como histeria, dominación, depresión, y manía; lo que significa que las madres, al inicio del estudio, presentaban una personalidad inclinada hacia la actividad en función a ser amadas, asumiendo actitudes de sumisión; sin embargo la actividad no estaba orientada a la satisfacción de sus necesidades debido a que se encontraba limitada por la depresión que les impedía un darse cuenta. Los padres, mostraban altos porcentajes en rasgos como paranoia, obsesión, dominación y manía que corresponde a la persona con actitudes rígidas, organizadoras, cuya prioridad es el trabajo, y estar en constante actividad, mostrando una excesiva responsabilidad que les impedían darse cuenta, estar abiertos a experimentar y aceptar sentimientos, limitando el establecimiento de un contacto pleno (interior y exterior).

Gráfica No. 2

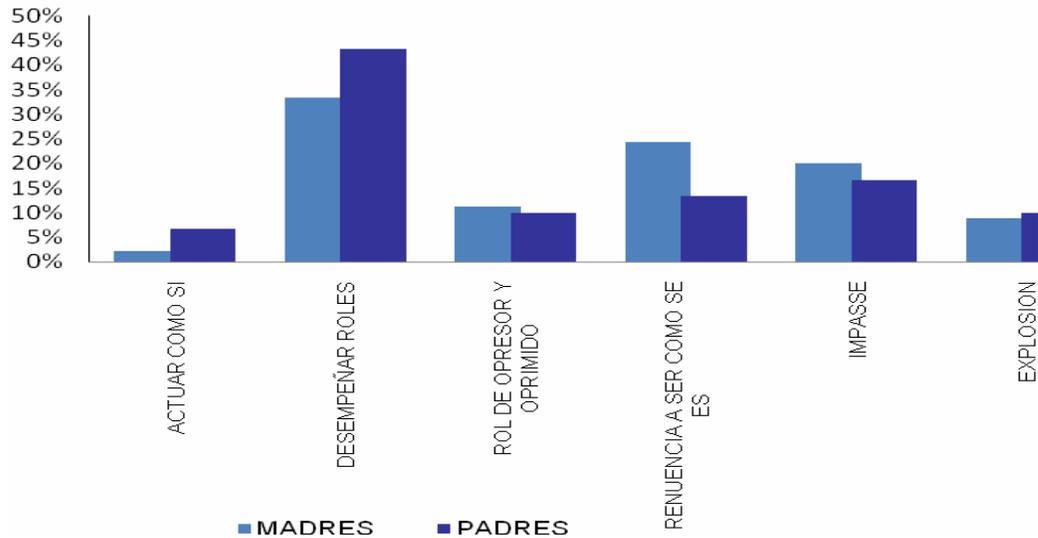
## LOCALIZACIÓN DE LA ENERGÍA BLOQUEADA



El ciclo psicofisiológico se lleva a cabo continuamente, lo que implica que en todo momento estamos experimentando sensaciones en nuestro organismo; mismas que pueden ser ignoradas, no determinadas, mal interpretadas, identificadas únicamente como necesidades biológicas (hambre, sed, sueño, etc.), lo que ocurre con mayor frecuencia, o bien, ser comprendidas en su significado profundo y particular a través de un darse cuenta (¿Qué me dice mi cuerpo?); por ello se hace necesario que el cliente sea capaz de identificar su sensación corporal y su localización (¿Dónde radica la energía bloqueada?). La gráfica muestra que las madres identificaron energía bloqueada principalmente en la **cabeza, ojos, boca y hombros**; mientras que los padres la localizaron en la **cabeza y los brazos**. También hubo mayor dificultad entre los padres para identificar la localización del bloqueo de la energía (No localizado).

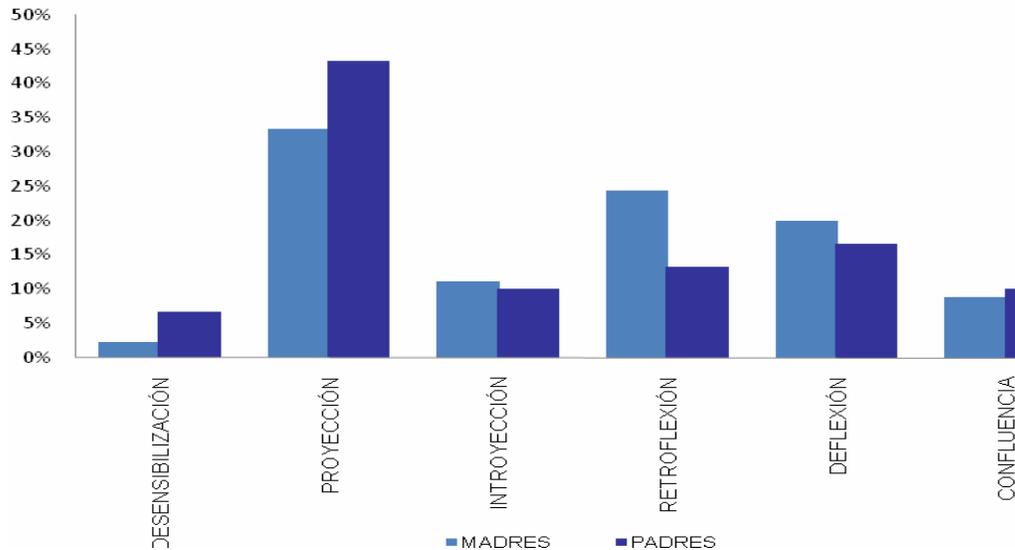
### Gráfica No. 3

## MANIFESTACIONES NEURÓTICAS



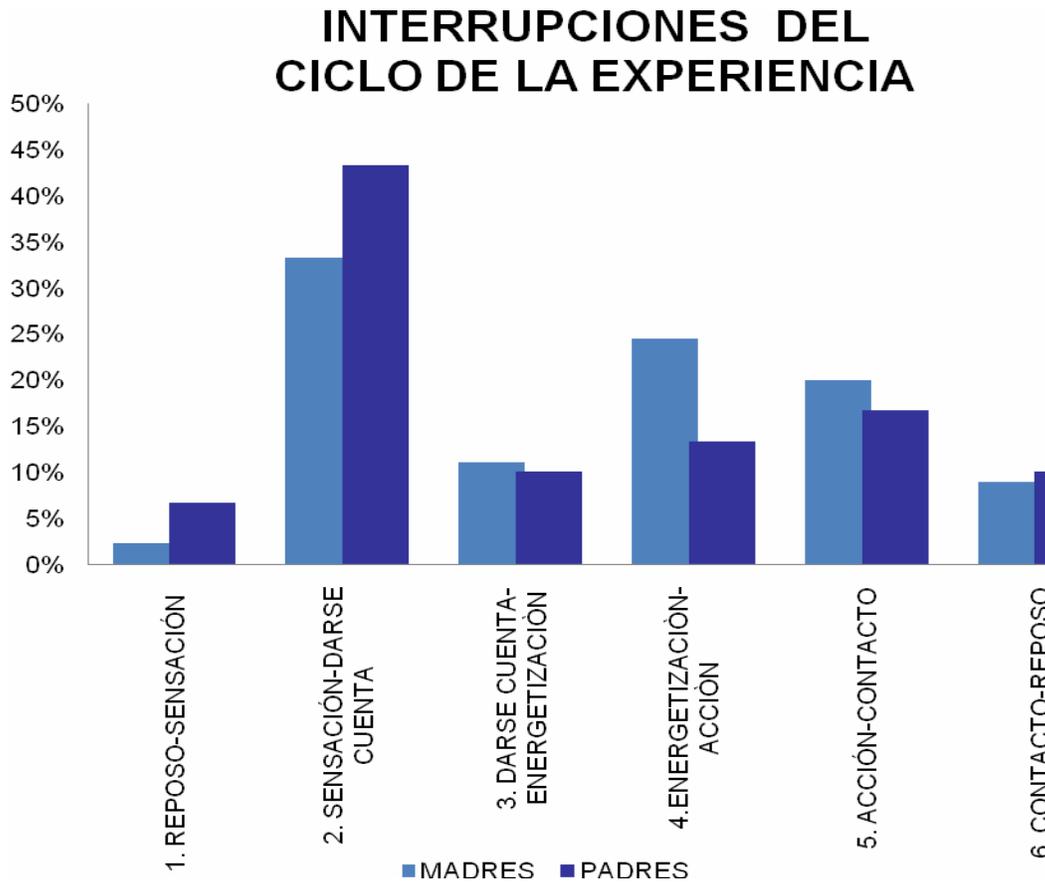
Las **manifestaciones neuróticas** son consecuencia del uso exagerado no conciente de resistencias que se expresan a través del cuerpo, y cuyo significado permite su deducción, por lo tanto, la persona puede presentar toda una gama de manifestaciones neuróticas en diferentes niveles dependiendo de la resistencia que esté siendo más utilizada en determinadas situaciones; esta gráfica muestra los porcentajes en los que se presenta cada manifestación neurótica, tanto en padres como en madres, la más frecuente en ambos padres fue el **desempeñar roles**, 43% y 33% respectivamente, que es cuando la persona asume actitudes que no le son propias impidiéndole darse cuenta de la realidad objetiva, mientras las madres evidenciaron **renuencia a ser como se es** en un 24%; lo que ocurre cuando la persona experimenta sentimientos que no puede aceptar hacia otras personas, por lo que los niega dirigiéndolos hacia si misma. El 17% de los padres presentaron **impasse** lo que significa que sus sentimientos contraídos, como el temor a la nada y a la muerte, impidiéndoles dejarse ver tal y como son, por lo que asumen actitudes manipuladoras y evasivas.

## Gráfica No. 4 RESISTENCIAS



Al igual que las manifestaciones neuróticas; las **resistencias** son utilizadas indistintamente por las personas de acuerdo al momento, circunstancia y contexto que estén viviendo, influenciado por la historia individual que hace del afrontamiento de las interrupciones del ciclo de la experiencia un evento único e irreplicable, como la persona misma; sin embargo, la teoría nos permite deducir que a cierta manifestación neurótica corresponde la exageración de una determinada resistencia; de tal manera que la gráfica de arriba nos permite deducir que tanto padres como madres hacían uso exagerado de la **proyección** en un 44% y 34% respectivamente, lo que quiere decir que la población atendida respondía a sus necesidades trasladando a otros lo que les era difícil de aceptar de si mismos. Los papás usaban también la **deflexión** en un 17%; esto es un contacto frío y distante, cuidando la expresión de sus emociones de acuerdo a lo que considera apropiado social y culturalmente; y la **retroflexión** en un 14%, que es no actuar deseos o impulsos debido a los introyectos. Las madres por su parte hacen uso de la **retroflexión** en un 24% y la **deflexión** en un 20%.

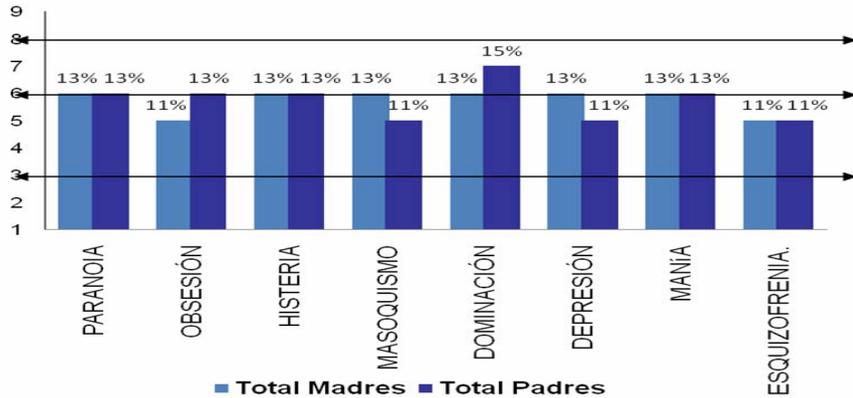
**Gráfica No. 5**



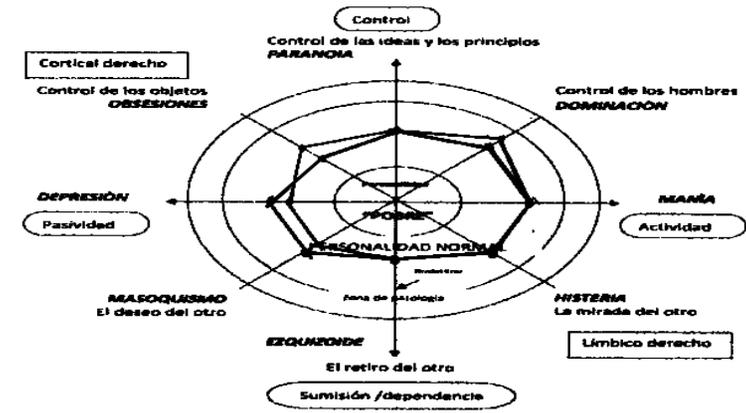
A partir de las manifestaciones corporales y el discurso de los clientes, se identificaron las manifestaciones neuróticas que corresponden a resistencias específicas para luego identificar que la interrupción del ciclo de la experiencia más frecuente entre madres y padres se localiza entre **sensación-darse cuenta** (33% y 43% respectivamente). Por otro lado, las madres (24%) evidenciaron interrupción entre **energetización-acción** lo que impedía a las madres tomar las acciones necesarias que les permitieran satisfacer sus necesidades. Los padres (17%) manifestaron interrupción entre **acción-contacto** evitando el contacto con las personas y el entorno que le rodea, relativizando y desdramatizando el presente con la intención de no confrontarlo.

## Gráfica No. 6

**Perfil de la Personalidad Grupal Final**



**LA RUEDA DE LAS PERSONALIDADES\*  
GESTALT**

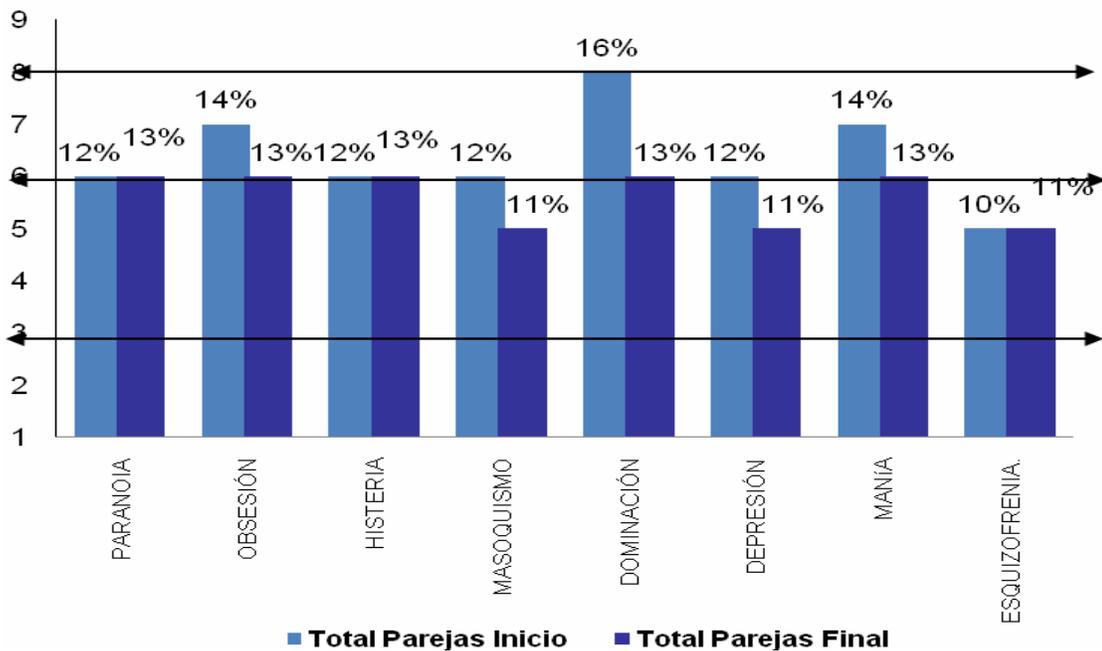


\*Ginger, Serge

Con el propósito de evaluar el progreso alcanzado por los clientes a través del proceso psicoterapéutico realizado en 16 sesiones de 90 minutos cada una, se completó el Perfil de la Personalidad Final que muestra, según se puede observar en la gráfica, un equilibrio o balance entre la mayoría de los componentes de la personalidad. Tanto padres como madres muestran una escala de 6 en rasgos como paranoia, histeria, y manía; las madres también presentan masoquismo, dominación y depresión en la misma escala, y rasgos como obsesión y esquizofrenia en la escala de 5; mientras que los padres muestran una escala de 7 en dominación (exageración del rasgo) y de 5 para los rasgos de masoquismo, depresión y esquizofrenia. De esto se infiere que la personalidad de la población participante en este estudio tuvo cambios significativos hacia el equilibrio de los diferentes rasgos que la componen; sin embargo, el rasgo de dominación entre los padres, aunque bajó un punto, aún está siendo exagerado por los padres, lo que es congruente por la influencia de la cultura machista imperante en nuestro entorno.

Gráfica No. 7

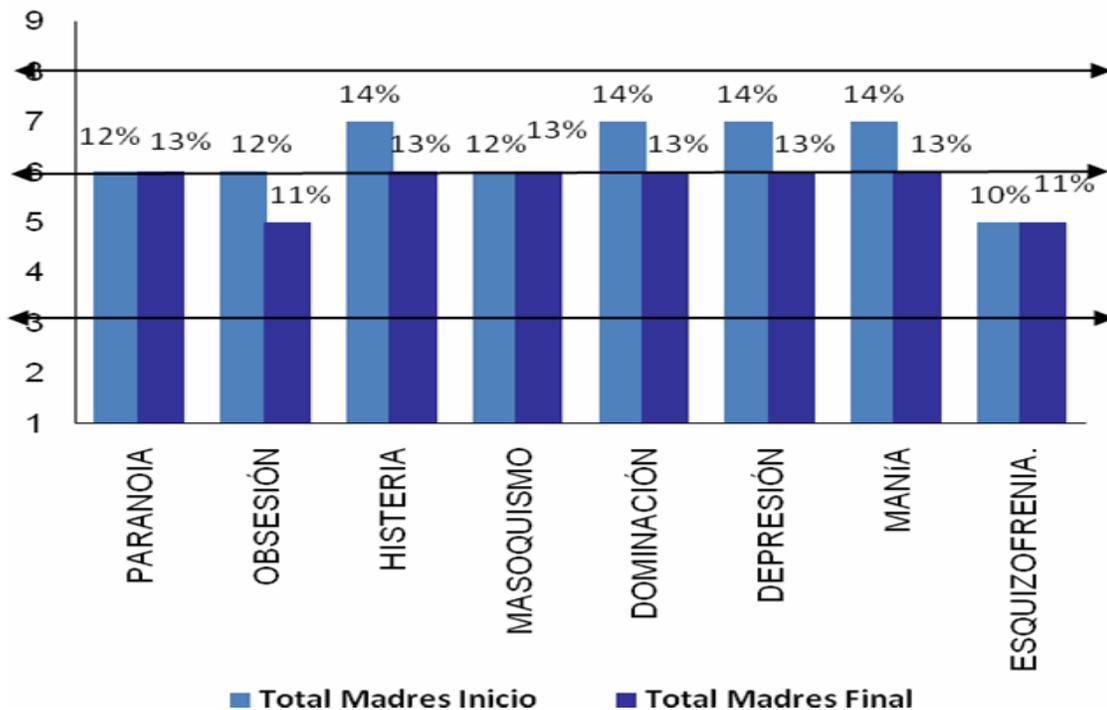
### Perfil de la Personalidad Grupal Comparación Inicio - Final



Esta gráfica muestra el Perfil de la Personalidad grupal (padres y madres) al inicio del proceso psicoterapéutico y al final del mismo. Según se puede observar, al inicio, el grupo mostraba rasgos de personalidad exagerados; el rasgo de dominación alcanzaba el límite de borderline. La evaluación final grupal muestra un **equilibrio armónico entre los rasgos que se mantienen dentro de los rangos de 'normalidad'** de acuerdo con los parámetros establecidos por Ginger. De lo anterior se deduce que el abordamiento psicoterapéutico permitió a los clientes equilibrar los rasgos de personalidad y el uso de resistencias.

Gráfica No. 8

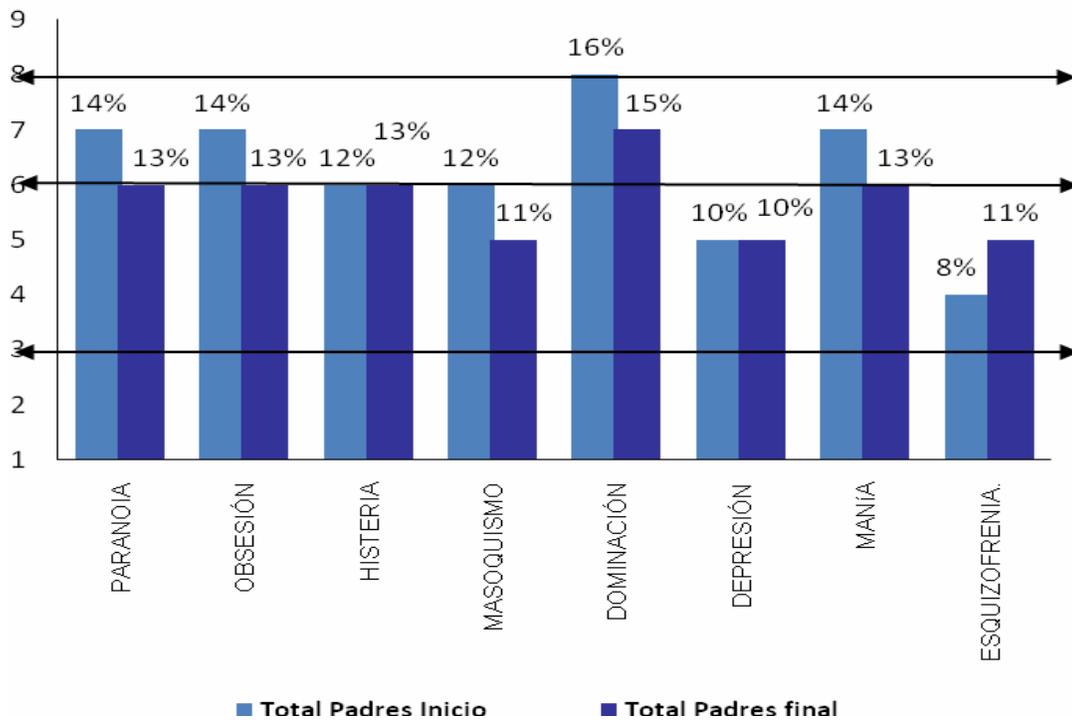
### Perfil de la Personalidad Madres Inicio - Final



La gráfica anterior muestra el nivel de los rasgos de personalidad entre las madres que participaron en el proceso psicoterapéutico tanto al inicio como al final del mismo, según se observa, al finalizar las 16 sesiones del proceso, los rasgos de personalidad entre las madres **alcanzaron un equilibrio dentro del rango de normalidad**, de estos datos se infiere que el proceso permitió a las madres alcanzar la homeostasis fortaleciendo la autorregulación orgánica que contribuye al darse cuenta, la movilización de la energía, y el logro del contacto pleno y por lo tanto completar satisfactoriamente el ciclo de la experiencia.

**Gráfica No. 9**

**Perfil de Personalidad  
Padres  
Inicio - Final**



De acuerdo con los resultados que muestra la gráfica en cuanto al perfil de la personalidad, los padres participantes del estudio lograron, a través del proceso psicoterapéutico, el equilibrio de la mayoría de rasgos que componen la personalidad. El **rasgo de dominación** aún se ubica por encima de la 'normalidad', lo que es consistente con la cultura machista de nuestro país; sin embargo su intensidad disminuyó en 1%. Los resultados permiten inferir que los padres que participaron en el estudio tenían tendencia a ejercer el control a través de la actividad, lo que es congruente con la interrupción del ciclo entre acción-contacto. Los padres se entretienen y prolongan la acción evitando establecer contacto y disfrutar del logro alcanzado.

## A. ANÁLISIS GLOBAL

Los matrimonios que participaron en este estudio son parejas con un promedio de 8 a 9 años de convivencia que pertenecen a familias pequeñas con un promedio aproximado de dos hijos cada uno; al inicio del estudio, los padres de las familias presentaban características de la cultura machista con un alto porcentaje de dominación y la madres por su parte presentaban elevado porcentaje de histeria, dominación, depresión y manía sugiriendo una lucha de poder, utilizando distintos medios y con fines diferentes dentro del seno familiar. Los padres para mantener su autoridad y las madres para ser amadas.

La manifestación neurótica más comúnmente evidenciada entre los participantes fue el **desempeñar roles**, correspondiente a la **interrupción entre la sensación-darse cuenta**, que significa que los matrimonios asumían actitudes que no les eran propias, impidiéndoles darse cuenta de sus sensaciones y de la realidad objetiva en la que estaban inmersos. Tal es el caso de un padre que debido a su temor a ser olvidado, desempeñaba el rol de hijo con sus hijos; diciendo “es normal que esto ocurra...” como consecuencia de su experiencia de niño. O bien el caso de una madre que desconfía del novio de su hija, vigilándola de manera hostigadora, por temor a que contraiga matrimonio muy joven, desempeñando el rol de guardaespaldas con ella expresando que debe hacerlo por culpa de la hija que es muy pequeña para tener novio. De lo anterior se infiere que tanto padres como madres evitaban darse cuenta de lo que experimentaban tanto interior como exteriormente.

Los matrimonios se dejaban agobiar por la rutina y los afanes diarios, sin experimentar profundamente en cada una de sus actividades; así, el proceso de independización de los hijos era un ciclo del cual los padres no se percataban, al que no le prestaban importancia alguna, que generaba molestias en ellos y que no disfrutaban, puesto que su capacidad de establecer contacto pleno era limitada. Todo esto debido a situaciones inconclusas en su propio proceso de

independización que les llevaban a repetir conductas que en la mayoría de los casos ni ellos mismos reconocían, utilizando la resistencia de la **proyección** que les permitía evitar saber y trasladando a otros lo que les era propio, evitando al mismo tiempo el surgimiento del darse cuenta.

Además, las madres presentaban interrupción también entre la **energetización-acción** que les impedía reunir las fuerzas necesarias para satisfacer sus necesidades; esto significa que se afanaban en tareas que les ocupaban y cansaban pero que no les llevaban a la satisfacción de necesidades, al contacto pleno, y menos aún al reposo. Esto se determinó al identificar la manifestación neurótica de la **renuencia a ser como se es**; las madres tenían dificultades en aceptar las polaridades humanas (el desear y no desear, el negar un sentimiento por considerarlo inaceptable o que no le era propio) sucede de esta manera a una madre que se afanaba obsesivamente por las actividades de sus hijos y los quehaceres de su hogar, negando así su deseo de seguir estudiando y convertirse en profesional, utilizando de este modo la **retroflexión** como resistencia para no actuar conforme a sus impulsos cayendo en la auto-agresión y/o la depresión rasgo predominante entre las madres (como se muestra en la evaluación inicial).

Los padres por su parte también mostraron **interrupción entre la acción-contacto** presentando **impasse o implosión**; esto significa que los padres experimentaban sentimientos contraídos como el temor a la nada, al vacío y a la muerte, asumiendo actitudes manipuladoras, evitando el contacto directo con el aquí y el ahora, estableciendo un contacto frío y distante; esto es común en los padres que pretenden mantener la imagen de fuertes; como si al no establecer contacto directo y pleno, los hijos no crecieran, no se independizaran y no llegara el momento de enfrentar la soledad, la nada, el vacío y eventualmente la muerte. Esto le ocurrió a un padre que ocupaba la mayor parte de su tiempo en actividades fuera de su casa que consideraba importantes (trabajo, deporte, iglesia, estudio, etc.), que le desviaban de su experiencia en el aquí y el ahora;

estando convencido que, aunque era cierto que no establecía contacto con sus hijos y sus experiencias comunes, todo lo que realizaba lo hacía por el bienestar de su familia aunque significara que debía 'perderse' de esos momentos especiales en la vida familiar, desviando así sus deseos y necesidades hacia actividades y responsabilidades que les distrajeran del darse cuenta y el establecimiento de contacto, y que además son socialmente aceptadas y promovidas, poniendo en marcha de manera exagerada la resistencia de la **deflexión** que implica un contacto distante y la expresión con propiedad de las emociones, evitando el contacto en el aquí y el ahora.

Los resultados del proceso psicoterapéutico con los matrimonios participantes, permitió confirmar el uso de resistencias específicas para cada interrupción del ciclo de la experiencia, y además condujo a la relación de manifestaciones neuróticas con resistencias determinadas de acuerdo al discurso de los clientes; de tal manera que a cada interrupción le corresponde una resistencia (de acuerdo a diferentes teóricos de la Gestalt) y a cada resistencia le corresponde una manifestación neurótica (Ver cuadro Bases Teóricas de las Manifestaciones Neuróticas en Anexo A).

El proceso psicoterapéutico en grupo se realizó ubicando a los participantes y terapeuta en círculo. Las primeras dos sesiones se llevaron a cabo con el grupo completo (30 participantes y 2 terapeutas) realizando ejercicios de imaginación en los cuales se introdujeron los elementos básicos de la Gestalt que incluyen: darse cuenta, sensaciones, expresión de emociones, localización de energía, ¿Qué me dice mi cuerpo?, aquí y ahora, etc., en las subsiguientes sesiones, el grupo se dividió en dos, iniciando el trabajo de la terapia en el cual durante cada sesión hubo clientes centrales quienes recibieron atención yo-tú (terapeuta-cliente), que, a través de diferentes técnicas les permitió darse cuenta, establecer contacto, asumir su responsabilidad y reelaborar sus experiencias hacia el desarrollo de sus potencialidades y su crecimiento personal.

Los participantes al descubrir **técnicas** que pueden aplicar por su propia cuenta, para hacer frente al uso de resistencias, situarse en el aquí y en el ahora, darse cuenta, y establecer contacto sano con su entorno, afrontan la vida de manera plena y segura. Las técnicas que más se utilizaron fueron la **exageración** utilizada cuando se pidió un cliente central que sobreactuara el movimiento con sus dedos pulgares y en el momento apropiado se le preguntó: “Si sus dedos pudieran hablar, ¿Qué le dirían?” a lo que respondió: “que preferiría no estar aquí”, dándose cuenta de su deseo de evitar sus emociones. Otra técnica que facilitó la expresión de situaciones inconclusas fue el **invertir roles**, donde un padre, desde el rol de hijo, expresó su inconformidad ante los permisos tan limitados que tiene; al terminar, se solicitó al cliente que expresara de qué se había dado cuenta en el aquí y ahora. Por otro lado, en la **silla vacía**, un padre expresa a su madre su resentimiento por haber sido abandonado; al ocupar la silla vacía se responde lo que le permite reelaborar su experiencia. También fue de utilidad para los participantes la técnica **puede usted quedarse con sus emociones** que se utilizó en todos los casos con clientes centrales, a quienes al llegar a un punto de seguridad, reposo, tranquilidad y confianza, se les pidió que conservaran esa emoción, estableciendo contacto prolongado con ella; lo que permitió atender a otros clientes centrales.

De esta manera, los matrimonios tuvieron la oportunidad de experimentar un darse cuenta interno que promovió el auto-conocimiento, el fortalecimiento del equilibrio entre los rasgos de la personalidad, el entendimiento de actitudes, conductas, ideas y sentimientos que surgieron en los distintos momentos del proceso de independización, abordados desde su propia experiencia, que a su vez les ayudó no solo a cerrar sus propios ciclos en cuanto a su proceso de independización, sino a comprender la experiencia por la cual están atravesando, han pasado o están por vivir sus hijos, dependiendo de las edades de los mismos, motivándolos a establecer contacto positivo con ellos y vivir la vida en un aquí y ahora constante.

# CAPÍTULO IV

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### A. CONCLUSIONES

Luego de haber realizado el proceso psicoterapéutico en grupo, y manteniendo en mente la ideología de los matrimonios participantes, el proceso de independización y la teoría Gestalt respecto a los ciclos de experiencia, y los elementos de la terapia; se realiza el análisis de la información obtenida en el transcurso de esta investigación, concluyendo que:

1. El ciclo de autorregulación orgánica permite la experiencia adaptativa de los cambios; sin embargo, cuando el organismo interpreta que debe protegerse de ellos, reacciona con la exageración de **resistencias** que llevan a la **interrupción del ciclo de la experiencia** expresada a través de **manifestaciones neuróticas**; este estudio evidenció que la mayoría de los participantes presentó **interrupción entre sensación-darse cuenta**, por el uso exagerado de la **proyección** manifiesta a través del **desempeño de roles** que ocurre al identificar características inaceptables de sí mismo en el entorno, adjudicándose atribuciones que no le corresponden dificultando el darse cuenta de sus sensaciones, sus experiencias diarias y su sentido.
2. La **renuencia a ser como se es** se presentó entre las madres del estudio dificultándoles aceptar sus polaridades por no poder comprenderlas, negando tales sentimientos y volviéndolos contra si; por la resistencia de la **retroflexión** causando bloqueo entre **energetización-acción** es decir que desviaban su energía hacia metas que les distraían de sus necesidades y las molestias que generaban.

3. El **impasse o implosión** se dio entre los padres de este estudio, quienes experimentaron sentimientos contraídos, evitando el contacto directo con el aquí y el ahora, como consecuencia de la resistencia de la **deflexión** llevando a la **interrupción entre acción-contacto**, lo que es congruente con el estereotipo cultural de hombre en nuestro país.
4. El proceso psicoterapéutico permitió a los matrimonios adquirir la capacidad necesaria para darse cuenta, **permaneciendo en el aquí y ahora**, liberar energía atrapada, realizar las acciones necesarias hacia la satisfacción de sus necesidades, **establecer contacto saludable** con el entorno cerrando ciclos de la experiencia (Gestalt abierta) en la resolución del propio proceso de evolución, disminuyendo el uso de resistencias, favoreciendo el surgimiento de la figura y el fondo, y finalmente facilitó el crecimiento personal de cada uno de los participantes lo que se evidenció en el equilibrio entre los rasgos de personalidad.
5. La terapia Gestalt en grupo necesitó de objetivos específicos por sesión para cerrar situaciones inconclusas y resolver la **interrupción de los ciclos de la experiencia** en matrimonios católicos ante el **proceso de independización de los hijos** en un número determinado de sesiones que no puede generalizarse para otros temas y grupos.
6. Las **estrategias gestálticas** adecuadas para el afrontamiento de las manifestaciones neuróticas por parte de los padres y madres ante el **proceso de independización** no son solamente las técnicas expresivas, como se había supuesto, sino que tanto el uso de **técnicas supresivas como integrativas y expresivas** de manera interdependiente, ya que cada tipo de técnicas tiene un propósito definido. El uso frecuente de tales estrategias (técnicas) psicoterapéuticas por los matrimonios participantes permite inferir el adecuado desarrollo de la capacidad de los mismos para

establecer contacto y darse cuenta de su propio proceso de crecimiento en el afrontamiento de la **independización de los hijos**.

7. Como producto de este estudio se elaboró el Cuadro A, Bases Teóricas de las **Manifestaciones Neuróticas** (Córdova-Morales), que presenta la relación entre las **interrupciones del ciclo de la experiencia** y las **resistencias** correspondientes de acuerdo a la teoría; constituyéndose en un aporte a la ciencia psicológica al proponer que a cada resistencia le corresponde una **manifestación neurótica** que puede identificarse a partir del discurso del cliente según se indica en el mismo.

## **B. RECOMENDACIONES**

Las siguientes recomendaciones surgen del análisis de los resultados de este estudio, la teoría, la experiencia de campo, y las conclusiones:

1. A la organización del Encuentro Matrimonial, promover espacios psicoterapéuticos que ayuden a sus miembros a profundizar en la aplicación de **técnicas gestálticas** en cada ciclo de la experiencia favoreciendo el darse cuenta, la movilización de la energía, la acción, el establecimiento del **contacto** para la satisfacción plena de sus necesidades, y alcanzar la etapa del reposo que prepara a la persona para la resolución de la siguiente necesidad.
2. A los participantes de esta investigación, acudir a las reuniones de seguimiento mensuales, aplicar constantemente las técnicas aprendidas durante el proceso psicoterapéutico, para fortalecer su capacidad de sentir, el darse cuenta, localización de su energía y tomar las acciones necesarias que conduzcan a la satisfacción de su necesidad actual y el establecimiento continuo de un **contacto pleno** y sano en el **aquí y el ahora**.

3. Estudiar la relación entre **resistencias-manifestaciones neuróticas** establecidas en esta investigación y éstas con el **discurso** de los clientes hasta ahora definido, para el fortalecimiento de la teoría facilitando la identificación de la interrupción del ciclo de la experiencia.
4. Se hace necesaria la ayuda de un co-terapeuta para observar las actitudes corporales y necesidades de participación de otros miembros del grupo fuera del alcance del terapeuta, de modo que pueda recibir la atención como cliente central.
5. La terapia Gestalt en grupo debe limitarse a 8 ó 10 participantes puesto que su dinámica requiere de la relación yo-tú con los clientes centrales, fortaleciendo el trabajo de la terapia otorgando a cada uno el tiempo que necesita para cerrar Gestalt abiertas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Caruso, Igor A., **“LA SEPARACIÓN DE LOS AMANTES, UNA FENOMENOLOGÍA DE LA MUERTE”**, 18 edición, Guatemala, Siglo Veintiuno Editores, 1992. 281 pp.
- Castañeda Secada, Celedonio, **“TERAPIA GESTALT”**, Barcelona, Herder, 1988. 225 pp.
- Co-editores Católicos de México, **“CATECISMO DE LA IGLESIA CATÓLICA”**, México, Ediciones Paulinas, 2001. 982 pp.
- Dicaprio, N.S. **“TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD”**, 2ª. Edición, México, Mc Graw Hill, 2002. 559 pp.
- Encuentro Matrimonial, **“CARTA SOBRE CRITERIOS GENERALES”**, Secretariado Latinoamericano, 2002. 130 pp.
- Fadiman, James **“TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD”**, México, Harla, 1979. 526 pp.
- Fagen, J. Ann, y Shepard, I., **“GESTALT UNA TERAPIA DEL AHORA”** Argentina, Amorrortu, 1990. 175 pp.
- Fagen, J. Ann, y Shepard, I., **“TEORIA Y TÉCNICA DE LA TERAPIA GESTALTICA”**, Argentina, Amorrortu, 1993. 130 pp.
- Fernández, Liria, **“INTERVENCIONES SOBRE DUELO”**, Madrid, Escosura Producciones, 2001. 117 pp.
- Frankl, Victor, **“LOGOTERAPIA Y ANALISIS EXISTENCIAL”**, España, Herder, 1994. 319 pp.
- Ginger, Serge, **“GESTALT, EL ARTE DEL CONTACTO”**, España, Integral, 2005. 160 pp.
- **“LA BIBLIA LATINOAMERICANA”**, Edición Revisada 1995 XXVIII Edición, Autorizada por Antonio J. González Z., Arzobispo de Quito, Presidente de la Conferencia Episcopal Ecuatoriana, Quito, Editorial Verbo Divino, 1989. 622 pp.

- Naranjo, Claudio, "**GESTALT DE VANGUARDIA**", Argentina, Sala Ediciones, 2002. 526 pp.
- Naranjo, Claudio, "**LA VIEJA Y NOVISIMA GESTALT**", 8ª. Edición, Madrid, Cuatro Vientos, 2004. 277 pp.
- Midori Hanna, Suzanne y Joseph Brown, "**LA PRACTICA DE LA TERAPIA DE FAMILIA**", España, Desclée De Brouwer, 1998. 269 pp.
- Monzón García, Samuel Alfredo, "**INTRODUCCIÓN AL PROCESO DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA**", 1ª. Edición, Guatemala, Oscar de León Palacios, 2000. 232 pp.
- Papa Benedicto XVI, "**CARTA ENCÍCLICA DEUS CARITAS EST DEL SUMO PONTIFICE BENEDICTO XVI A LOS OBISPOS A LOS PRESBITEROS Y DIÁCONOS, A LAS PERSONAS CONSAGRADAS Y A TODOS LOS FIELES LAICOS SOBE EL AMOR CRISTIANO**" Impreso con autorización eclesiástica, Kyrios, 2006. 104 pp.
- Perls, Laura. "**EL ENFOQUE DE UNA TERAPIA GESTALTICA**", Argentina, Amorrortu, 1979. 205 pp.
- Pierret, G., "**LA TERAPIA GESTALT**", España, Dilema, 2007. 126 pp.
- Prada Rafael, "**ESCUELAS PSICOLÓGICAS Y PSICOTERAPÉUTICAS**", Colombia, San Pablo, 1998. 221 pp.
- Salama Penhos, Héctor, "**EL ENFOQUE GESTALT**", México, D.F., El Manual Moderno, S.A. de C.V., 1992. 213 pp.
- Sinay S. y Blasberg Pablo "**GESTALT PARA PRINCIPIANTES**", Argentina, 2000. 176 pp.
- Stevens, John, "**EL DARSE CUENTA**", México, Cuatro Vientos, 2000. 286 pp.
- Yalom, Irwin, "**PSICOTERAPIA EXISTENCIAL Y TERAPIA DE GRUPO**", España, Paidos, 2000. 197 pp.
- Zinker, Joseph. "**EL PROCESO CREATIVO EN LA TERAPIA GUESTALTICA**", España, Paidos, 2004. 190 pp.

## **ANEXOS**

### **Instrumentos**

1. Cuestionario Personal de Autodiagnóstico
2. Invitación
3. Boletín
4. Consentimiento Informado
5. Trabajo de Terapia
- 6a Cuestionario Perfil de la Personalidad
- 6b Cuestionario Perfil de la Personalidad Final
- 6c Rueda de las Personalidades
7. Hoja de Observación
8. Registro de Diario de Campo

Cuadro No. A: Bases Teóricas de las Manifestaciones Neuróticas



# Anexo 1

## Cuestionario Personal de Autodiagnóstico

Instrucciones: responda Si o No a las siguientes preguntas. Este cuestionario es solo suyo, NO deberá devolverse por lo que le pedimos sea sincero (a) al responder.

1. ¿Casado por la Iglesia Católica? si no
2. ¿Al menos uno de sus hijos ha dejado o esta por dejar el hogar? si no
3. ¿Desde que sus hijos empezaron a dejar el hogar ha pensado alguna vez que su vida no esta completa? si no
4. ¿Se ha sentido con demasiado tiempo disponible? si no
5. ¿Ha buscado otras actividades que ocupen más de su tiempo? si no
6. ¿Ha buscado la compañía de otras personas o comparte la casa con otros familiares o amigos? si no
7. ¿Le parece que vive en una casa muy grande? si no
8. ¿La partida de su (s) hijo(s) le causó sentimientos de alegría, pero en ocasiones le provocó tristeza? si no
9. ¿Busca comunicarse frecuentemente (3 veces o más por semana con sus hijos? (no importa el motivo por el que los llame) si no
10. ¿Recuerda con bastante frecuencia la infancia y adolescencia de sus hijos, aún cuando está solo (a)? si no
11. ¿Le gustaría volver a la época en la que estaba rodeado(a) de sus hijos en el hogar? si no
12. ¿Ha pensado alguna vez tener otro hijo a pesar de que su hijo menor es adolescente? si no
13. ¿Se pregunta constantemente o le preocupa el bienestar actual de sus hijos (si ya regresaron a casa por las noches, o si comieron, si están siendo bien cuidados)? si no
14. ¿Siente o ha sentido la necesidad de cuidar de alguien ahora que sus hijos están dejando el hogar, o bien se esmera más en el cuidado de los hijos que aún viven con ustedes? si no
15. ¿Cree usted que ha afrontado positivamente la partida de sus hijos? si no

¡Si usted o su cónyuge respondió Si a la pregunta No. 1 y la mayoría de sus respuestas son Si, o bien su respuesta a la pregunta 15 es No, los estamos buscando! Y si respondió (uno o ambos) a la pregunta 15 con un Sí, nos gustaría que compartiera con nosotros cómo han superado esta etapa de sus vidas.

Por favor inscribese en el proyecto de investigación llamando a los teléfonos 55104488 y 57505059 con Any de González y/o Patricia de Escalante y benefíciense del mismo. Para mayor información siéntase libre de llamar.

## **INVITACIÓN ESPECIAL**

Concientes de la función primordial de los padres en la formación de familias que vivan los valores de nuestra iglesia; hemos decidido enfocar nuestro trabajo de investigación en esta área, por lo que cordialmente invitamos a matrimonios encontrados que desean profundizar en su rol de padres y potenciar su capacidad de experimentar acertivamente las etapas de crecimiento y madurez de sus hijos en el proceso de independización, a participar en la oportunidad única de vivenciar un proceso psicoterapéutico que les ayude a encontrarse consigo mismos, aceptarse y mejorar la relación con la familia desde un enfoque existencial.

Lugar: 42 Avenida 3-45, zona 7, Lomas del Rodeo

Duración: 16 sesiones (lunes y jueves) de 7:30 a 9:00 p. m. del 1 de octubre al 22 de noviembre

**Les agradeceremos confirmar su participación con Patty de Escalante al 5750-5059 o con Any de González al 5510-4488 lo antes posible.**

¿Le gustaría saber que es Encuentro Matrimonial? Alejandro y Katy Pérez Tel. 2473-5559



# el ESPIRITU del ENCUENTRO

BOLETIN No. 57

SEPTIEMBRE 2007

Editores: 2483-2927, josericaram@yahoo.com

Impresores: 2443-1336



¿Le gustaría saber que es Encuentro Matrimonial? Alejandro y Katy Pérez Tel. 2473-5559

Matrimonial? Gustavo y Carol Delcompare, Tel. 5401-1121



### EL SERVICIO CON AMOR

Somos Fredy y Violeta Gallo, nuestro FDS es el 427 y lo vivimos el 26, 27 y 28 de noviembre del 2004 por el cual formamos parte de la comunidad "Dios con nosotros".

Tenemos 2 lindos hijos, Pamela de 10 años y Emmanuel de 2.

La llegada de Encuentro Matrimonial a nuestras vidas ha sido de muchas bendiciones para nuestro hogar. Después de vivir nuestro FDS nos inquietó mucho llevar a otras parejas a conocer el movimiento, y así compartir con otros matrimonios un poco del amor de Dios brindado a nosotros. Pero no sabíamos que Dios tenía preparado para nosotros otro gran regalo que era poder participar en Pre-encuentro en el sub apartado de Padrinos. Y que ya hace un año con humildad aceptamos servir y contribuir a que otras parejas vivan la experiencia de apadrinar con amor.

El conocer a muchas parejas comprometidas a servir con amor nos anima y alienta a seguir caminando por este sendero por el que Dios nos guía y que nos causa un sentimiento de emoción como cuando supimos que nuestro segundo hijo nacería el mismo

día que nuestra hija, porque es de esa manera que Dios se manifiesta en cada noche de crecimiento de padrinos la que preparamos con alegría y amor para que el Señor obre en el corazón de cada pareja que apadrinará a un matrimonio para que vivan la experiencia única del FDS. Tratamos de que los padrinos disfruten no solo una noche de información sino más bien que disfruten el servicio, la convivencia y el crecimiento de servir y que de esta manera sientan la presencia de Dios al ver la expresión de amor de las parejas que salen del FDS, **ese momento es el pago más grande de Dios para nosotros los padrinos.**

Que Dios bendiga este movimiento el cual hace que nuestro santo sacramento de matrimonio se fortalezca día a día.

### Freddy y Violeta Gallo SUB-APARTADO DE PADRINOS

#### INVITACIÓN ESPECIAL

Patty de Escalante  
y Any de González

Les invitan cordialmente a participar en la oportunidad única de vivenciar un proceso psicoterapéutico que les ayude a encontrarse consigo mismos, aceptarse y mejorar la relación con la familia.

Para mayor información y confirmar su asistencia a los teléfonos:  
**5750-5059 y 5510-4488**

## Anexo 4

### CONSENTIMIENTO INFORMADO FICHA DE INSCRIPCIÓN

Los datos que a continuación se solicitan son de carácter confidencial.

Nombre de la Esposa: \_\_\_\_\_ Cel. \_\_\_\_\_  
Nombre del Esposo: \_\_\_\_\_ Cel. \_\_\_\_\_

Especifique la edad y género de cada uno de sus hijos: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Otorgamos el consentimiento informado para participar en la investigación sobre **“LAS INTERRUPCIONES DEL CICLO DE LA EXPERIENCIA EN LOS PADRES DURANTE EL PROCESO DE INDEPENDIZACIÓN DE LOS HIJOS HASTA QUE DEJAN EL HOGAR”** y nos comprometemos a asistir puntual e ininterrumpidamente durante las 16 sesiones de terapia en grupo.

\_\_\_\_\_  
F. de la Esposa

\_\_\_\_\_  
F. del Esposo

## TRABAJO DE TERAPIA

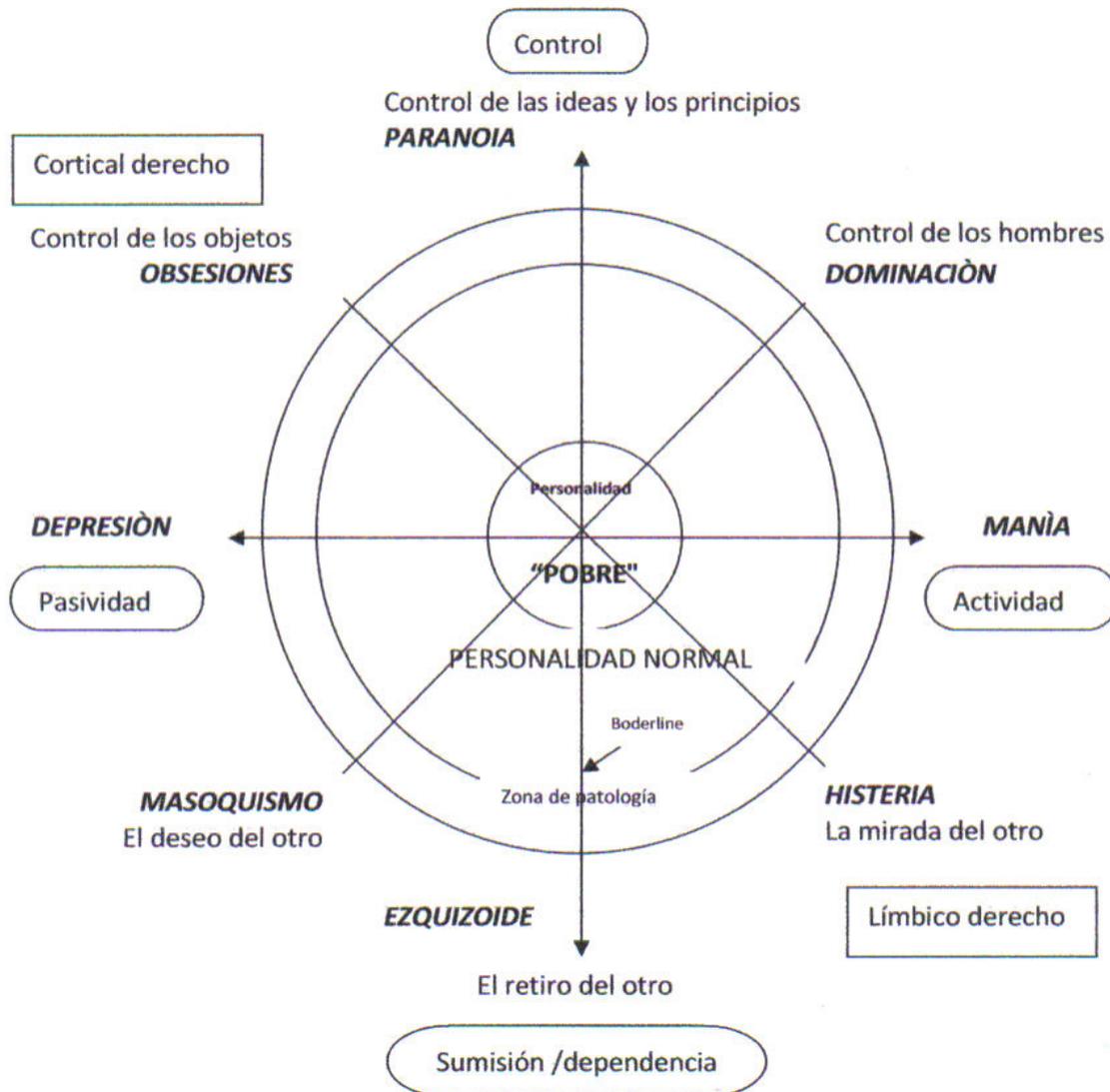
<b>No. De Sesión</b>	
1	<i>Sesión inicial, compromiso terapéutico</i>
2	<i>Ejercicios de contacto (imaginación y relajación), Cuestionario Perfil de la Personalidad Inicial</i>
3 y 4	<i>Contacto con su yo bebe</i>
5 y 6	<i>Contacto con su yo preescolar</i>
7 y 8	<i>Contacto con su yo de edad escolar</i>
9 y 10	<i>Darse cuenta de su yo adolescente</i>
11 y 12	<i>Darse cuenta de su yo adulto</i>
13 y 14	<i>Despedirse de los padres y bienvenida a una nueva experiencia</i>
15 y 16	<i>Cierre, Testimonios y Cuestionario Perfil de la Personalidad Final.</i>





### LA RUEDA DE LAS PERSONALIDADES\*

#### GESTALT



\*Ginger, Serge



### **REGISTRO DEL DIARIO DE CAMPO** **Grupo X**

**Fecha:** \_\_\_\_\_ **Sesión No.** \_\_\_\_\_  
**Inicia a las:** 19:30 hrs. **Finaliza a las:** 21:15hrs.  
**Participantes:** Colocar aquí las iniciales de los participantes de acuerdo a la clave, indicar entre paréntesis cuando solo un miembro del matrimonio asiste.  
**Trabajo de Terapia:** Colocar aquí el tema central del día.  
**Observación:** indicaciones generales sobre la sesión.

**Intervenciones:**

**Cliente:** Iniciales \_\_\_\_\_ **Sexo:** M o F  
**Manifestación de la energía:** Según fue referido por el/la cliente.  
**Hechos relevantes de la sesión:** Registrar lo que ocurrió durante la intervención.  
**Frase utilizada:** Anotar según lo refiere el/la cliente.

**Intervenciones:**

**Cliente:** \_\_\_\_\_ **Sexo:** \_\_\_\_\_  
**Manifestación de la energía:** \_\_\_\_\_  
**Hechos relevantes de la sesión:** \_\_\_\_\_  
**Frase utilizada:** \_\_\_\_\_  
**Apreciación general:** Mencionar las generalidades de la terapia en grupo, de acuerdo con la percepción del terapeuta.  
**Terapeuta Encargado:** Nombre del terapeuta responsable de la sesión.

Nota: utilizar un cuadro de intervención por cliente central durante la sesión, dejando de ultimo el cuadro de "Terapeuta Encargado".

**BASES TEÓRICAS DE LAS MANIFESTACIONES NEURÓTICAS**

ETAPAS DEL CICLO DE EXPERIENCIA	ETAPAS CICLO DE EXPERIENCIA OTROS AUTORES	RESISTENCIA	DESCRIPCIÓN	MANIFESTACION NEURÓTICA	DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN	FRASES CARACTERÍSTICAS	AUTOR
1. REPOSO-SENSACIÓN	Reposo-Sensación	Desensibilización	No sentir ni lo interno ni lo externo, intelectualizar, racionalizar la falta de contacto	ACTUAR COMO SI	Se refiere al tipo de conducta que permite a la persona no asumir lo que verdaderamente siente (actuar como si estuviera enojado aun cuando su sentimiento sea otro) y esta relacionado con la desensibilización	"No siento"	Perls
	Desensibilización					"No oigo nada.....", "No veo nada...", No Siento..."	Pierret
	Pre Contacto						Ginger
	Retraimiento-Sensación						Zinker
2. SENSACIÓN-DARSE CUENTA	Sensación-Darse Cuenta	Proyección	Trasladar a otros lo propio.	DESEMPEÑAR ROLES	Es cuando la persona asume actitudes que no le son propias, por ejemplo los celos exagerados o enfermizos de un papá a hacia su hija o de una madre hacia su hijo (como si fuera el/ella mismo/a el/la novio/a) que les impide darse cuenta de la realidad objetiva; impidiéndole darse cuenta de su sensación.	"Por tu culpa"	Perls
	Sensación-Toma de Conciencia	Introyección	Evitar saber, al hacer suyos, sin cuestionar, elementos del exterior.			"Esto es normal", "en la vida es preciso siempre...", "no se debe nunca...", "mi padre siempre dice....", "mi madre me enseñó..", "el terapeuta siempre me dice...."	Pierret
	Compromiso					"Acepto lo que mi padre..... dice"	Ginger
	Sensación-Conciencia	Represión	No permite que a partir de simples datos de los sentidos surja la conciencia.				Zinker

*\*ANÁLISIS SOBRE LA RELACIÓN ENTRE INTERRUPTIÓN-RESISTENCIA (DE ACUERDO A LOS AUTORES SEÑALADOS) – MANIFESTACIÓN NEURÓTICA POR CÓRDOVA, A. Y MORALES, P.*

**CUADRO COMPARATIVO**

**ANEXO A**

**BASES TEÓRICAS DE LAS MANIFESTACIONES NEURÓTICAS**

ETAPAS DEL CICLO DE EXPERIENCIA	ETAPAS CICLO DE EXPERIENCIA OTROS AUTORES	RESISTENCIA	DESCRIPCIÓN	MANIFESTACION NEURÓTICA	DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN	FRASES CARACTERÍSTICAS	AUTOR
3. DARSE CUENTA-ENERGETIZACIÓN	Darse Cuenta-Energetización	Introyección	Engullir las influencias externas.	<b>ROL DE OPRESOR Y OPRIMIDO (TOP DOG Y UNDER DOG)</b>	Consisten en la adopción de opuestos polares y universales, top dog es directivo, abrume, saborea, amenaza, sabe todo e impone sus propias reglas a los demás y a si mismo por el uso de palabras; el under dog controla mediante la pasividad, sabotea, olvida, y llega tarde, se esfuerza mucho y fracasa, aplaza, se confunde, y no se compromete. El objetivo es la manipulación del si mismo y de los demás para obtener control, lograr lo que se desea y evitar lo que no se desea	"Debo pensarlo o hacerlo así....."	Perls
	Toma de Conciencia-Energetización	Proyección	La persona no es el sujeto de la acción, traslada o ve en otros lo que le es suyo.			"eso me pone nervioso...", "mis padres no me quieren...", "la película me aburre.." "el o ella me enoja".	Pierret
	Contacto						Ginger
	Conciencia-Energía	Introyección	Tragarse las ideas de otros sobre lo que esta bien y lo que esta mal, incapaz de localizar su propia energía			"Tu debes y no puedo.."	Zinker
4.ENERGETIZACIÓN-ACCIÓN	Energetización-Acción	Retroflexión	No actuar deseos o impulsos debido a las introyecciones, dirigiéndose a sí mismo, autoagresión, depresión, Tx. Psicósomáticos, desvalorización.	<b>RENUENCIA A SER COMO SE ES</b>	Ocurre cuando las polaridades humanas se enfrentan sin comprenderlas ni asumirlas claramente (el si pero no) como el cliente que expresa un enojo que niega inmediatamente por no aceptarlo como propio (el odiar al otro) por lo que prefiere atribuírselo a si mismo	"me odio para no odiarte", "quiero y no quiero"	Perls
	Energetización-Acción		La persona es objeto y sujeto de acción, y tiene a reprimir sus emociones.			"controlarse", "piensa antes de actuar", "el/ella tiene razón me quedo callado"	Pierret
							Ginger
	Energía-Acción		Hacerse a sí mismo lo que debe hacer a su ambiente			"si por lo menos..."	Zinker

***\*ANÁLISIS SOBRE LA RELACIÓN ENTRE INTERRUPTIÓN-RESISTENCIA (DE ACUERDO A LOS AUTORES SEÑALADOS) – MANIFESTACIÓN NEURÓTICA POR CÓRDOVA, A. Y MORALES, P.***

**BASES TEÓRICAS DE LAS MANIFESTACIONES NEURÓTICAS**

ETAPAS DEL CICLO DE EXPERIENCIA	ETAPAS CICLO DE EXPERIENCIA OTROS AUTORES	RESISTENCIA	DESCRIPCIÓN	MANIFESTACION NEURÓTICA	DESCRIPCIÓN DE LA MANIFESTACIÓN	FRASES CARACTERÍSTICAS	AUTOR
5. ACCIÓN-CONTACTO	Acción-Contacto	Deflexión	Contacto frío y distante, expresión "apropiada" de las emociones	<b>IMPASSE O IMPLOSIÓN</b>	Es cuando surgen sentimientos contraídos como el temor a la nada y a la muerte (el proceso de independización de los hijos es un constante anuncio de la proximidad de enfrentar la nada como el vacío existencial y el fin de la propia existencia) que ocultan al si mismo, asumiendo actitudes manipuladoras y evasivas; el impasse o implosion esta asociado con la deflexion puesto que el tipo de contacto que la persona ejerce es frío y distante, sin involucrarse	Eufemismos (fallecido por murió, etc.), "tiro la piedra y escondo la mano"...	<b>Perls</b>
	Acción-Contacto	Desviación (evitación)	Evitar el contacto directo con el aquí y el ahora.			"si pero..." , hacer preguntas en lugar de dar su opinión , escribir en lugar de hablar de frente, no volver a preguntar aunque la respuesta no haya sido satisfactoria.	<b>Pierret</b>
		Deflexión	Desviación de Mi deseo o necesidad.				<b>Ginger</b>
		Despersonalización	No es capaz de relacionar la actividad con la experiencia.				<b>Zinker</b>
6. CONTACTO-REPOSO	Contacto-Reposo	Confluencia	Fusión con el otro, debilitar el Yo, adoptar sin crítica, decisiones, posturales, etc. Abdicar a la propia responsabilidad, estar de acuerdo con el otro de manera pasiva.	<b>EXPLOSIÓN</b>	se da cuando padre o madre de manera espontánea y abrupta responden con la expresión de un sentimiento (llanto, golpes, risa, y otros) de manera incoherente o exagerado (reír al relatar una experiencia triste, llorar al recordar una situación cotidiana, etc.), para resolver fuerzas opuestas de la misma magnitud. Hay cuatro tipos esenciales de explosión: estallidos de ira, alegría, aflicción y orgasmo; los estallidos no pueden controlarse y cuando suceden con mayor frecuencia e intensidad se convierten en una respuesta o actitud de desahogo ante la confluencia	"Acéptame no discuto"	<b>Perls</b>
	Contacto-Realización	Desvalorización	Minimizar, relativizar, no disfrutar del logro.			"Ah!, no es para tanto", "no hay que exagerar", "pero si no es nada", "no vale la pena hacer tanto ruido por tan poco", "como tu digas", "siempre de acuerdo", "por supuesto me quedo contigo", "haremos todo juntos".	<b>Pierret</b>
	Realización-Retirada	Confluencia	Dificultad para terminar algo, acabar, retirarme y encontrarme solo, prolongar el contacto. Eclipsarme y quedarme en un segundo plano.				<b>Ginger</b>
	La asimilación de la Experiencia						<b>Zinker</b>
	Contacto, retraimiento y acción.						

*\*ANÁLISIS SOBRE LA RELACIÓN ENTRE INTERRUPTIÓN-RESISTENCIA (DE ACUERDO A LOS AUTORES SEÑALADOS) – MANIFESTACIÓN NEURÓTICA POR CÓRDOVA, A. Y MORALES, P.*



## RESUMEN

La persona durante su vida experimenta cambios en su entorno que requieren de un proceso adaptativo que le permita asumirlos de manera adecuada; sin embargo, cuando el organismo interpreta que debe protegerse de tales cambios por considerarlos peligrosos, reacciona con la exageración de **resistencias** que llevan a la **interrupción de ciclos de la experiencia** que se expresan a través de lo que llamamos **manifestaciones neuróticas** impidiendo el contacto pleno en el aquí y el ahora.

Con el propósito de identificar las interrupciones del ciclo de la experiencia en los padres durante el proceso de independización de los hijos hasta que dejan el hogar, se desarrolló un proceso psicoterapéutico en grupo, en una relación yo-tú, durante 16 sesiones. Se utilizó el **Cuestionario Perfil de las Personalidades** que identificó el nivel de los rasgos de personalidad inicial de cada participante; se completó la **hoja de observación** y el **diario de campo** que registró la información y discurso más relevante de cada cliente central. Se familiarizó a padres y madres con el uso de términos de la Gestalt lo que favoreció la implementación de **técnicas expresivas, supresivas e integrativas** que les condujeron, a través de objetivos específicos para cada sesión, a cerrar situaciones inconclusas desde su proceso de independización, dándose cuenta del contacto que establecían ante la independización de sus hijos, permaneciendo en el aquí y ahora. Por último se aplicó el Cuestionario Perfil de las Personalidades final que evidenció el equilibrio entre los rasgos de personalidad así como el crecimiento personal de cada uno de los participantes.

Esta investigación reveló que la mayoría de los participantes presentaban interrupción entre las etapas de **sensación-darse cuenta**, debido al uso exagerado de la resistencia de la **proyección** que se manifestó a través del **desempeñar roles** lo que implicaba dificultad para darse cuenta de sus sensaciones, sus experiencias diarias y su sentido, sin experimentar plenamente el aquí y el ahora.