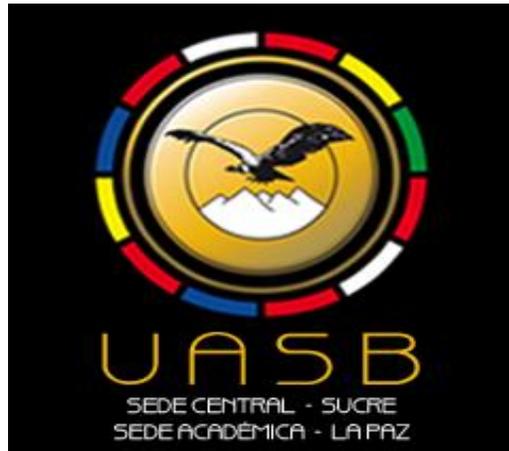


UNIVERSIDAD ANDINA “SIMON BOLIVAR”  
MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA GESTÁLTICA



ESTUDIO DE CASO

**LA EDUCACION DE LA RABIA**

**TRABAJO PSICOTERAPÉUTICO GESTÁLTICO CON  
JÓVENES QUE VIVENCIARON EN SU HOGAR UNA  
EDUCACION BASADA EN LA AGRESION**

**JAIME HUGO ARDILES ARRAYA**

La Paz, julio de 2013

*A mis hijas, Pamela y Gabriela, mis princesas,  
por que me dieron dos grandes razones para vivir motivado...  
Ainhoa y Valentina.*

# INDICE

## ESTUDIO DE CASO

RESUMEN.....	5
--------------	---

## CAPÍTULO 1 INTRODUCCION..... 6

1.1 Planteamiento del problema.....	6
-------------------------------------	---

1.2 Objetivos .....	7
---------------------	---

1.2.1 Objetivo general.....	7
-----------------------------	---

1.2.2 Objetivos específicos.....	7
----------------------------------	---

1.3 Justificación.....	7
------------------------	---

## CAPÍTULO 2 MARCO TEÓRICO..... 9

2.1 Principios básicos del Trabajo terapéutico gestáltico.....	9
--	---

2.1.1 La escucha gestáltica.....	10
----------------------------------	----

2.1.2 El darse cuenta.....	10
----------------------------	----

2.1.3 Polaridades.....	10
------------------------	----

2.1.4 La neurosis en gestalt.....	10
-----------------------------------	----

2.1.5 Mecanismos neuróticos.....	11
----------------------------------	----

2.1.6 El ciclo gestáltico.....	12
--------------------------------	----

2.2 Técnica gestáltica.....	12
-----------------------------	----

2.3 Recursos y estrategias de afrontamiento.....	13
--	----

2.3.1 Afrontamiento.....	13
--------------------------	----

2.3.2 Recursos de afrontamiento.....	14
--------------------------------------	----

2.3.3 Estrategias de afrontamiento.....	14
---	----

2.3.4 Clasificación de las estrategias de afrontamiento.....	14
--	----

2.3.5 Otras clasificaciones del afrontamiento.....	15
--	----

2.4 Infancia y adolescencia en la PG.....	15
---	----

2.5 La Rabia.....	16
-------------------	----

2.5.1 Su interpretación.....	16
------------------------------	----

2.5.2 Agresividad y Agresión.....	17
-----------------------------------	----

2.5.3 La amígdala y su papel en la respuesta de rabia .....	18
2.5.4 Secuestro emocional .....	19
2.6 La Rabia según la Psicoterapia Gestaltica.....	19
2.7 Las polaridades en la PG.....	20
2.8 Las interrupciones del contacto en la PG.....	22
2.8.1 Primeros Introyectos.....	23
2.8.2 Perro de arriba – Perro de abajo.....	23
2.8.3 Cuatro formas de evitación del contacto.....	24
2.8.4 Asuntos inconclusos.....	26
2.8.5 La función rabia y el duelo gestáltico.....	28
2.9 Trabajos terapéuticos con la función rabia.....	29
2.9.1 Terapia de los introyectos.....	31
2.9.2 Terapia de la proyección.....	34
2.9.3 Terapia de la retroflexión.....	34
2.9.4 Terapia de la confluencia.....	35
<b>CAPÍTULO 3        METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>37</b>
3.1 Tipo de estudio y diseño de la investigación.....	37
3.2 Descripción de la muestra.....	39
3.3 Técnicas e instrumentos de la investigación.....	39
<b>CAPITULO 4        CASO CLÍNICO.....</b>	<b>41</b>
4.1 Presentación del caso.....	41
4.2 Identificación.....	41
4.3 Particularidades .....	41
4.4 Proceso terapéutico.....	42
<b>CAPITULO 5        SESIONES DE PSICOTERAPIA.....</b>	<b>43</b>
Fecha:.....	43
Numero de sesión:.....	43

Persona / Grupo:.....	43
Investigaciones: Estudios pertinentes.....	43
Temas tratados:.....	43
Observaciones del practicante:.....	43
Reflexiones del practicante:.....	43
Intervenciones del practicante:.....	44
Aprendizaje del practicante:.....	44
<b>CAPITULO 6 CONCLUSIONES.....</b>	<b>58</b>
Referente al proceso del caso.....	58
Referente a los objetivos.....	60
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>63</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>65</b>

## RESUMEN

La expresión natural de la rabia se da a través del aumento de la **agresividad** sentida como fuerza o ímpetu con la que emprender una acción, organizando la conducta, y aumentando la competitividad y la motivación para conseguir objetivos.

Una conducta cargada de agresividad puede derivar en **agresión**, tendencia a modificar, intimidar, coaccionar o dañar mediante el gesto, la palabra o la acción.

La **agresión hostil** está motivada por la rabia y puede ser apropiada al estímulo, pero una **interpretación distorsionada** de la amenaza o el obstáculo, puede dar lugar a una respuesta desproporcionada y fuera de control, con graves consecuencias tanto para la propia persona como para su entorno.

En este estudio se presenta el caso de un grupo de estudiantes de la Universidad Pública de El Alto (UPEA) de diferentes carreras que forman parte de un curso Taller sobre Liderazgo Coaching y a sugerencia de ellos mismos proponen consulta por problemas relacionados a agresión y hostilidad en el hogar durante su educación de niños y adolescentes, abordando el caso desde la Psicoterapia Gestaltica la cual nos proporcionó estrategias terapéuticas, centradas en buscar las causas de las soluciones más que las causas de los problemas.

## CAPÍTULO 1 INTRODUCCION

En la sociedad posmodernista las personas viven en un mundo cambiante, donde las interacciones se han vuelto más simétricas, incluso en el tema de la violencia. Ante estos cambios socioculturales la dinámica de los problemas personales se han transformado, por lo tanto su abordaje terapéutico también. En este estudio se presenta el caso de un grupo de estudiantes de la Universidad Publica de El Alto (UPEA) de diferentes carreras que forman parte de un curso Taller sobre Liderazgo Coaching y a sugerencia de ellos mismos proponen consulta por problemas relacionados a agresión y hostilidad en el hogar durante su educación de niños y adolescentes, abordando el caso desde la Psicoterapia Gestaltica la cual nos proporcionó estrategias terapéuticas, centradas en buscar las causas de las soluciones más que las causas de los problemas.

### 1.1 Planteamiento del problema

El problema concreto que se sitúa en el centro del caso es que el grupo de estudiantes de la UPEA al recibir una educación cargada de agresión hostil en su infancia y adolescencia motivada por la rabia de sus padres, en su interpretación distorsionada pudo dar lugar a una respuesta desproporcionada y fuera de control por parte de los mismos que podría tener graves consecuencias tanto para las propias personas como para su entorno; tal como dice la teoría de la rabia que la cronificación de la respuesta de rabia en ausencia de capacidad de autorregulación o modulación, puede derivar en un fracaso de las relaciones de la persona, así como en la aparición de trastornos psicológicos y somáticos.

El problema concreto del caso es importante manifestarlo claramente por que por medio de las sesiones se pudo percibir un resentimiento escondido o reprimido que los pone inconformes y con mala relación hacia si mismos.

Pueden existir muchas hipótesis sobre el por que ocurrió esto, sin embargo bajo un enfoque de la Psicoterapia Gestaltica es mas importante saber el **como** esta ocurriendo este fenomeno en el grupo que el **por que**.

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 Objetivo general**

- Determinar los efectos de la Psicoterapia Gestaltica Grupal en un grupo de estudiantes universitarios de la UPEA participantes de un taller de Liderazgo Coaching.

### **1.2.2 Objetivos específicos**

- Motivar a los participantes mediante teoria pertinente al tema de la Educacion de la Rabia y sus consecuencias en las personas.
- Permitir el acceso a todos los participantes a las diferentes intervenciones que se den en la practica.
- Valorar los resultados que se obtengan mediante experimentos sugeridos a cada participante según su resistencia percibida.

## **1.3 Justificación**

En la infancia, el bebé pasa de un estado fusional a otro en el que paulatinamente experimenta la tensión del movimiento contacto retirada. Este movimiento se da a medida que se configura el Yo. Uno de los recursos básicos utilizados por el organismo para llevar a cabo el desarrollo de esta función es la rabia. Experiencias del ambiente interno y externo que por ser desagradables, sean vividas como agresiones, estimularán al bebé a desarrollar su propio arsenal de recursos para relacionarse con él: rabia, agresión, huida, parálisis, sumisión, alegría, tristeza, miedo y otros; cuando la satisfacción de sus necesidades y la adaptación a los límites impuestos por el ambiente encuentren equilibrio, estos recursos se integrarán funcionalmente.

Sin embargo, si las experiencias vividas son excesivamente hostiles, sea por privación o por exceso, la adaptación se dará de manera patológica, respondiendo el organismo de forma rígida y disfuncional, aunque pueda ser útil

para la situación concreta, inhibiendo el organismo la expresión y el contacto con la función rabia al experimentar sus consecuencias como amenazantes, siendo alienada de la incipiente estructura del Yo; “solo donde y cuando se encuentra el Si mismo con lo que es ajeno a él empieza a funcionar el Ego, surge a la vida y demarca la frontera entre el campo personal y el impersonal” <sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Erving y Miriam Polster. (2005). *Terapia Gestáltica*. Madrid España: Amorrortu Editores España SL. pg. 107.

## CAPÍTULO 2 MARCO TEÓRICO

### 2.1 Principios básicos del Trabajo terapéutico gestáltico

Es importante, para el trabajo en Gestalt la valoración de: La actualidad temporal, espacial y sustancial; la atención a y la aceptación de la experiencia; y la valoración de la propia responsabilidad.

#### Principios básicos

Es importante iniciar esta parte mencionando que la filosofía gestalt trasciende el reducido concepto de moralidad hacia el concepto de moralidad como la conveniencia de ciertas actitudes ante la vida y la experiencia, una “moralidad más allá del bien y del mal”. (Peñarrubia, 2008, p.95). Es decir, no juzgar.

Por su parte **Naranjo (1990)** menciona que entre los principios de la filosofía gestalt para un estilo de vida se encuentran el vive ahora es decir en el presente, vive aquí, deja de imaginar, abandona los pensamientos innecesarios, expresa antes de manipular, entrégate al desagrado o al placer, no aceptes otro debería o tendría, responsabilízate de tus acciones y acepta ser como eres.

Por lo tanto la filosofía gestáltica es una filosofía de lo obvio. El presente y el aquí y ahora son un principio, la experiencia como segundo principio significa estar atento a lo que me sucede y aceptarlo; y la responsabilidad es un tercer principio, es responsabilizarse de nosotros mismos.

A decir de **Erving y Miriam Polster (2005)** otros principios del enfoque gestáltico son que el terapeuta es su propio instrumento en la terapia, y que la terapia es demasiado beneficiosa para limitarla a los enfermos; es decir la terapia gestáltica tiene la idea de generar salud más que intervenir en la enfermedad.

Por último **Naranjo (1990)**, añade que es importante transmitir los principios mencionados con anterioridad mediante actitudes como respetar la enfermedad más que tratar de cambiarla, es decir aceptar lo que uno es.

Otra actitud es la de no ayudar más de la cuenta para no sustituir la propia responsabilidad, el propio crecimiento o autoapoyo; la confianza básica en nuestra naturaleza sin manipularnos a nosotros mismos y reconocer las propias

limitaciones como terapeuta; por último el desprecio por las explicaciones, interpretaciones y justificaciones.

### **2.1.1 La escucha gestáltica**

A decir de **Peñarrubia (2008)** se trata de percibir, de estar despierto, de afinar la atención. Este atender en doble dirección: hacia adentro y hacia afuera.

### **2.1.2 El darse cuenta**

El darse cuenta es entendida como tomar conciencia, percatarse, estar alerta y atento. “El darse cuenta es más difuso que la atención, implica una percepción relajada y es llevada a efecto por la persona total”. (**Peñarrubia, 2008, p. 114**).

### **2.1.3 Polaridades**

Se entiende como un sistema de opuestos los cuales se complementan, en palabras de los Polster.

“La existencia de polaridades en el hombre no es ninguna novedad, lo nuevo en la perspectiva gestáltica es la concepción del individuo como una secuencia interminable de polaridades.” (**Polster, 2005, p.17**).

Es decir, en un proceso terapéutico se trata de descubrir, reconocer, recuperar e integrar todas estas polaridades; lo cual es un signo de salud, el poder elegir y decidir entre sus polaridades, es decir vivir todas sus polaridades, según el momento.

### **2.1.4 La neurosis en gestalt**

Para Peñarrubia “la neurosis supone un oscurecimiento de la conciencia, un deterioro del darse cuenta, con distintos grados de perturbación...”. (**2008, p.139**). La neurosis es una fijación, figurativamente se podría decir “el río de la conciencia ya no fluye”.

Es importante comprender la sociedad en general está sujeta a una contaminación ambiental lo cual en cierto modo lleva a una sociedad neurótica. Es decir la sociedad experimenta también sus propias fijaciones u oscurecimientos de la conciencia colectiva.

### **2.1.5 Mecanismos neuróticos**

Es lo que en psicoanálisis se entiende como mecanismo de defensa, es decir es una manera de permanecer fijo. Es un mecanismo para permanecer fijo.

En la Gestalt, los mecanismos de defensa son la proyección, introyección, deflexión, retroflexión y confluencia, que trascienden el ser inconcientemente ciego.

#### **a) Proyección**

Se da en la fase de formación de figura. La persona atribuye a algo externo lo que le pertenece. La tendencia a hacer a otros responsables de lo que tiene origen en la persona misma, implica una renuncia a los impulsos, deseos conductas, colocando lo que pertenece al sí mismo en el exterior.

#### **b) Introyección**

Se da en la fase de movilización de la energía. En el proceso psicológico se asimilan conceptos, datos, patrones de conducta y valores morales, familiares educativos, etc, que provienen del mundo externo. Introyectar es tragar todo sin comprenderlo y asimilarlo. Es el mecanismo por el cual se incorporan prototipos, actitudes, creencias, etc, que no nos pertenecen.

#### **c) Deflexión**

Se da en la fase de acción o pre- contacto. Es una maniobra tendiente a soslayar el contacto directo con otra persona, un medio de enfriar el contacto real. El organismo evita enfrentar el objeto relacional dirigiendo su energía a objetos que son alternativos o no significativos, la acción pierde fuerza y efectividad.

#### **d) Retroflexión**

Se da en la fase de acción. Retroflexión significa doblar hacia atrás. Mediante este mecanismo, la persona se hace a sí misma lo que le gustaría hacer a los demás. Está en relación con la energía agresiva.

#### **e) Confluencia**

Se da en la fase de contacto. En la confluencia la persona no distingue límite alguno entre el sí mismo y el medio, lo cual hace imposible un ritmo sano de contacto y retirada. La confluencia prohíbe cualquier contacto verdadero.

### **2.1.6 El ciclo gestáltico**

Es entendido como un proceso que acontece cuando una necesidad organísmica emerge y lucha para su satisfacción. Este ciclo sigue de forma ideal el proceso de sensación, conciencia, energetización, acción, contacto, retiro y reposo.

### **2.2 Técnica gestáltica**

A decir de **Peñarrubia (2008)**, se entiende por técnica gestáltica la metodología con la que la terapia gestalt aborda la tarea de la conciencia. En Gestalt las técnicas son inseparables de quien las utiliza, están subordinadas a la adecuada actitud del practicante.

“El profesional con habilidad en psicoterapia es, sobre todo, aquel que puede producir acción real, más allá de las acciones superficiales, las cuales, si no están respaldadas por la actitud apropiada, no son más que un ritual vacío....Cualquier libro puede describir una técnica, pero una actitud deber ser transmitida por una persona.” **(Naranjo, 1990, p.13).**

Es importante entender que en Gestalt el terapeuta es su técnica. Se trata de no imitar una técnica sino ser uno mismo y estar entero frente al paciente.

El mismo Naranjo (1990) dice que prácticamente todas las técnicas gestálticas pueden considerarse plasmaciones de dos principios: percatarse (awareness) y

hazte responsable de tus vivencias. La terapia gestáltica tiene como objetivo la capacidad de vivenciar (experience). Todo esto para que el paciente integre todas sus partes olvidadas, reprimidas o rechazadas.

Perls (1975) en su obra “Yo, hambre y agresión” propone el nombre de la “concentración” como método para su terapia, a la que explica como un despertar del organismo, mas tarde lo denomina el continuo atencional (continuum of awareness).

Perls (1978), propone que los conflictos del paciente sólo tienen la pauta de identificación/alienación. Se identifica con muchas de sus acciones, ideas y emociones, pero dice no a otras.

Por lo tanto la meta es la integración y su método es la ampliación de la conciencia para reapropiarse de lo alienado, p.ej. recuperar su otra polaridad.

Para esto el experimento favorece las vivencias que son neurotizadas por el miedo, la vergüenza, el disgusto y la ansiedad, las cuales se transforman en barreras desensibilizadas. Su metodología es el experimento y la conciencia.

Por otra parte **Perls, Hefferline y Goodman (2006)**, hablan de una serie de experimentos de contacto, así como de técnicas para el darse cuenta. También hablan sobre los mecanismos neuróticos como la retroflexión, proyección, introyección, deflexión y confluencia.

**Levitsky, A y Perls, F (1977)** mencionan propuestas actitudinales en torno a dos conceptos el primero como reglas y el segundo como juegos. Las reglas como condiciones del encuadre gestáltico, los juegos como técnicas o experimentos.

## **2.3 Recursos y estrategias de afrontamiento**

### **2.3.1 Afrontamiento**

Para **Lazarus (1986)** el afrontamiento o coping se entiende como esfuerzos afectivos, cognitivos y psicosociales que una persona emplea para poder controlar las situaciones estresantes a fin de reducirlas o eliminarlas.

Las formas como el individuo hace frente a experiencias percibidas como estresantes constituyen las estrategias de afrontamiento, estas muchas veces

operan en el nivel consciente; en tanto que los denominados mecanismos de defensa son básicamente inconscientes.

Esta diferenciación hace que el afrontamiento sea entendido como un proceso consciente.

### **2.3.2 Recursos de afrontamiento**

En el trabajo de **Jansen (2010a)**, el término recursos se refiere a propias características, personas, cosas u ocasiones, que pueden servir de apoyo o ser útiles en situaciones estresantes, impactantes y/o conmovedoras.

Por estos recursos las personas pueden afrontar eventos traumáticos, seguir adelante y soportar estas situaciones o eventos.

### **2.3.3 Estrategias de afrontamiento**

A decir de **Lazarus (1986)**, las estrategias de afrontamiento son procesos cognitivos, afectivo-emocionales y comportamentales de regulación interactiva entre las necesidades internas con las necesidades externas, que pueden manifestarse a través de la capacidad de resolución de problemas, regulación de estas necesidades en relación con los demás, o búsqueda de soluciones mediante formas improductivas.

### **2.3.4 Clasificación de las estrategias de afrontamiento**

Los mismos **Lazarus y Folkman (1986)**, realizan esta clasificación que es reconocida en este campo de investigación.

**a) Afrontamiento cognitivo**, que significa buscar un significado al suceso, comprenderlo, valorarlo de manera que resulte menos aversivo, o enfrentarlo mentalmente.

**b) Afrontamiento afectivo**, lo que implica centrarse en mantener el equilibrio afectivo, o aminorar el impacto emocional de la situación estresante.

**c) Afrontamiento conductual**, lo que es afrontar la situación estresante de forma directa, a través de un proceso que optimice el resultado, o bien no reaccionar de ninguna manera, ni empleando ninguna estrategia de las anteriores.

### **2.3.5 Otras clasificaciones del afrontamiento**

Entre los más conocidos se pueden mencionar.

- Aceptación, autoanálisis, humor, poder mental, preocupación, reestructuración cognitiva.
- Agresión pasiva, aislamiento, apoyo social, autocontrol, catarsis, escape/evitación, supresión.
- Afrontamiento directo, anticipación, autoafirmación, falta de afrontamiento, planificación, postergación.

### **2.4 Infancia y adolescencia en la PG**

La infancia se empieza a contemplar como una época diferenciada de la etapa adulta a partir del Renacimiento (S. XV-XVI). El inicio de la intervención infanto-juvenil es a finales del S.XVII cuando las familias de mayor nivel socioeconómico empiezan a preocuparse por el desarrollo de niños y adolescentes.

Los primeros estudios sobre niños son observaciones sobre sujetos excepcionales motivados por preocupaciones pedagógicas, médicas o filosóficas. Posteriormente se realizan observaciones biográficas sobre sujetos normales. A finales del XIX, los trabajos relacionados con la infancia son de tipo estadístico. En 1882 Preyer publica el que es considerado primer estudio científico sobre el desarrollo infantil (“El alma del niño”).

En 1896 en EEUU, Witmer funda la primera clínica psicológica para el tratamiento de niños y adolescentes, centrándose en los trastornos del aprendizaje. Durante la primera mitad del S.XX se da un patrón en la práctica clínica infanto-juvenil porque los contemporáneos de Witmer creen que es más importante la investigación que la práctica. Además, nace en Europa a principios de ese siglo la psicoterapia, siendo la teoría freudiana y el psicoanálisis la corriente predominante

hasta los años 50; es así que Leo Kanner en 1935 publica el primer texto de psiquiatría infantil.

## **Gestalt e Infancia**

El enfoque gestáltico tiene amplia trayectoria en el ámbito de los adultos y las aplicaciones terapéuticas a la práctica infanto-juvenil derivan de los gestaltistas de la tercera y cuarta generación. Su iniciadora y principal exponente es Violet Oaklander, quien retomó los supuestos de la Gestalt y desarrolló un modelo de terapia dirigido al desarrollo saludable del niño, al funcionamiento armónico de sus sentidos, cuerpo, emociones e inteligencia. Para esta autora, el niño tiene que aprender a utilizar todos sus sentidos, primero para sobrevivir y después para aprender acerca de su mundo. El niño sano ejercita su cuerpo y sentidos para utilizarlos con habilidad; aprende a expresar sus sentimientos con congruencia, desarrolla su intelecto rápidamente y descubre el lenguaje como un medio para expresar sus sentimientos, necesidades, pensamientos e ideas.

Desde esta perspectiva, la salud se logra a través del desarrollo holístico constante y armónico de los sentidos, cuerpo, emociones e intelecto. Así, el niño confía en él y en su fuerza interior que lo lleva a la autorrealización y a adquirir un sentido de ser en el mundo.<sup>2</sup>

## **2.5 La Rabia**

### **2.5.1 Su interpretación**

La rabia es un estado emocional que varía en intensidad y cualidad desde la leve molestia, hacia la irritación y el enfado, llegando hasta la cólera y la furia. Esta respuesta **energetiza** y modifica nuestro organismo **movilizando** nuestros recursos según la situación ambiental ante la que debemos responder.

---

<sup>2</sup> Violet Oaklander, *Ventanas a nuestros niños, terapia gestáltica para niños y adolescentes*, Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, Agosto 2004, pg. 17.

Instintivamente, la rabia se da ante estímulos que el organismo interpreta como amenazas para su supervivencia psíquica o física, o para salvar obstáculos que dificultan la satisfacción de una necesidad; es así que “El niño aprende a prohibirse el llanto cuando le acarrea desagradables reacciones de sus padres”.<sup>3</sup>

### **2.5.2 Agresividad y Agresión**

La expresión natural de la rabia se da a través del aumento de la **agresividad** sentida como fuerza o ímpetu con la que emprender una acción, organizando la conducta, y aumentando la competitividad y la motivación para conseguir objetivos.

Una conducta cargada de agresividad puede derivar en **agresión**, tendencia a modificar, intimidar, coaccionar o dañar mediante el gesto, la palabra o la acción.

La **agresión hostil** está motivada por la rabia y puede ser apropiada al estímulo, pero una **interpretación distorsionada** de la amenaza o el obstáculo, puede dar lugar a una respuesta desproporcionada y fuera de control, con graves consecuencias tanto para la propia persona como para su entorno.

La **agresión instrumental**, en cambio, puede llevarse a cabo con una mínima participación del sentimiento de rabia, para modificar, salvar o eliminar un obstáculo en la consecución de una meta sin dañar a otros siendo perfectamente adecuada a la situación. Sin embargo, utilizada sin tener en cuenta al receptor de la acción agresiva, y sin medir las consecuencias de la misma, la agresión instrumental puede tener un carácter marcadamente patológico.

La cronificación de la respuesta de rabia en ausencia de capacidad de autorregulación o modulación, puede derivar en un fracaso de las relaciones de la persona, así como en la aparición de trastornos psicológicos y somáticos por medio de una llamada **resistencia** y “se llama así a cualquier obstáculo intrapersonal que estorbe el movimiento oponiéndole una barrera pertinaz y ajena

---

<sup>3</sup> Erving y Miriam Polster, *Terapia Gestaltica*, Amorrortu Editores España SL, Madrid España, Diciembre 2005, pg. 63.

a la conducta natural del sujeto”.<sup>4</sup>

### **2.5.3 La amígdala y su papel en la respuesta de rabia**

La amígdala es el centinela emocional del organismo y tiene un papel esencial en las reacciones de rabia, interpretando y reconociendo estímulos del ambiente, y activando reacciones corporales que preparan al organismo para la huida o la lucha.

Ante un hecho actual en el que se den estímulos que la amígdala reconoce, puede activarse un recuerdo emocional primitivo disparándose la respuesta del organismo, funcionando la amígdala como un almacén de memoria emocional primitivo capaz de determinar la respuesta de rabia en la edad adulta, aunque esta sea en ocasiones desproporcionada al estímulo recibido del ambiente, puesto que la respuesta se da a partir de la conexión entre estímulo actual y recuerdo primitivo.

El tipo de conexión con la experiencia de la emoción de rabia que se irá estableciendo en el bebé, se verá determinada por el tipo de vínculo que mantenga con su figura principal de apego.

La capacidad de autorregulación emocional se desarrolla cuando el bebé experimenta sintonía afectiva con la figura de apego y sus reacciones de rabia son regularmente precedidas de consuelo. El bebé aprende que la sensación desagradable da paso a otra agradable y que a través de la presencia protectora de la figura de apego, la frustración, la rabia y la ansiedad darán paso a la calma y el bienestar.

En el otro extremo, puede que el niño sienta y exprese la emoción de rabia, y repetidamente no reciba respuesta alguna, o perciba que su expresión emocional

---

<sup>4</sup> Erving y Miriam Polster, *Terapia Gestaltica*, Amorrortu Editores España SL, Mdríd España, Diciembre 2005, pg. 63.

es peligrosa por el tipo de respuesta que recibe del ambiente. Ante la descarga de rabia del niño, la figura de apego puede responder con frialdad, miedo o rabia, pudiendo actuar éstas respuestas como **refuerzo** de la reacción del bebé, pero puede también suceder que la respuesta de rechazo de la madre de la expresión de rabia del bebé sea tal que éste aprenda a **inhibir** la respuesta y a largo plazo, el contacto con la emoción.

Cualquiera de estas situaciones, pueden tener como consecuencia el empobrecimiento de los recursos emocionales del niño, así como dificultades en el desarrollo de la capacidad de autorregulación; es así que *“en la actuación del organismo, algún suceso tiende a perturbar su equilibrio a cada momento, y simultáneamente una tendencia contraria surge para volver a conseguirlo. Según la intensidad de esta tendencia la llamamos deseo, impulso, necesidad, carencia, pasión y si su realización efectiva se repite regularmente, la llamamos hábito”*.<sup>5</sup>

#### **2.5.4 Secuestro emocional**

La descarga de la amígdala puede dificultar o anular las funciones del pensamiento, debido a la interrupción de las conexiones entre el área prefrontal y sistema límbico. A esta situación se la denomina “secuestro emocional del pensamiento”, quedando la capacidad de empatía de la persona bloqueada.

#### **2.6 La Rabia según la Psicoterapia Gestaltica**

En el ser humano, el Yo nace como **función de contacto** del organismo con su ambiente, al reconocer y establecer sus límites a través de la función **identificación alienación**. Las fuerzas de unión impulsan el movimiento de identificación con aquello que se vive como beneficioso para el organismo, siendo

---

<sup>5</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresión*, Fondo de Cultura Económica, México, Diciembre 1975, pg. 63.

alienado mediante las fuerzas de separación aquello que es reconocido como amenazante.

En la búsqueda de ajuste con el ambiente al que deberán someterse ambos sistemas surgirán perturbaciones, tanto internas como externas, que requerirán cierta cantidad de **rabia**. La interrupción artificial de esta función produce a la larga disfunciones en el organismo.

La función **identificación/alienación**, que nos permite discriminar, opera según un sistema de dualidades polares. El Yo surge como **límite** en el encuentro de distintas identificaciones y alienaciones. En el Yo sano, este límite es **flexible**, respondiendo al encuentro con el ambiente de forma dinámica, siendo cohesión y agresión dos fuerzas **interdependientes**. Asimismo, la rabia es necesaria para desestructurar los contenidos que llegan del ambiente, discriminando y reorganizando los elementos orgánicamente necesarios y rechazando aquellos que no lo son. Según F. Perls la función descrita corresponde a que *“la agresión es ante todo una función del instinto de hambre. Cuando la tensión de hambre se hace alta, el organismo ordena las fuerzas a su disposición. Se experimenta el aspecto emocional de este estado primero como irritabilidad no diferenciada, después como ira y finalmente como rabia. La rabia no es idéntica a la agresión, pero encuentra su desahogo en la agresión, en la inervación del sistema motor como el medio para conquistar el objeto necesitado.”*<sup>6</sup>

## **2.7 Las polaridades en la PG**

Un acercamiento útil para entender el proceso de formación del Yo a partir del movimiento **identificación/alienación** es el modelo de polaridades.

Frente a cualquier evento que pueda despertar en nosotros una respuesta, podemos situarnos en un punto de equilibrio dentro de una línea en cuyos extremos se encontrarían dos polos opuestos. Si imaginamos una línea cuyos

---

<sup>6</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresión*, Fondo de Cultura Económica, México, Diciembre 1975, pg. 152.

polos fueran *la rabia y la compasión*, frente a un evento potencialmente molesto, desde un punto central de equilibrio podríamos desplazarnos ligeramente a izquierda y derecha oscilando entre la compasión y la rabia. **(Friedlander, S., *Indiferencia creativa*).**

Sin embargo, la tendencia del organismo inmaduro a establecer polaridades rígidas refuerza en la cultura occidental tradicional, a través del antagonismo en que se oponen las atribuciones que comúnmente hacemos de la realidad: lo bueno, se opone a lo malo, lo justo a lo injusto, y así sucesivamente; según Peñarrubia “las polaridades se pelearan fácilmente y se paralizaran mutuamente. Al integrar rasgos opuestos, completamos nuevamente a la persona; pej. Debilidad y bravuconería se integran como una silenciosa firmeza”.<sup>7</sup>

El Yo inmaduro, en su movimiento polar **identificación/alienación**, tiende a constituirse en un punto cercano al polo de la correspondiente línea de polaridad, que se corresponderá, a una atribución, un juicio, una actitud, una emoción y así sucesivamente.

Los contenidos introyectados durante la infancia contribuyen poderosamente a la identificación y fijación con una posición polar, alienando su opuesto. Por ejemplo, las expresiones de censura parental que el niño interpreta como “expresar rabia es malo” pueden ser el origen de decisiones adaptativas inconscientes, (“inhibiré mi rabia”) con consecuencias dañinas para el Yo al inhibir una función necesaria.

Una decisión inconsciente como “inhibiré mi rabia” se corresponde con la fijación en un punto de ese continuo funcional, a través de la identificación del Yo con un aspecto “permitido” por el ambiente, sea este la actitud de sumisión, la cordialidad o el silencio, y otros materializándose éstas como cualidades, siendo alienada y negada la rabia como polo opuesto, quedando excluida del Yo como cualidad

---

<sup>7</sup> Francisco Peñarrubia, *Terapia Gestalt, La vía del vacío fértil*, Alianza Editorial, Madrid, 2da. Edición 2008, pg. 123.

propia; según Peñarrubia “derecha no existe sin izquierda. Si pierdo mi brazo derecho mi centro se desplaza hacia la izquierda”.<sup>8</sup>

## 2.8 Las interrupciones del contacto en la PG

Cuando en la búsqueda de satisfacción de sus necesidades, y el organismo encuentra la oposición o agresión de otro organismo, apareciendo el conflicto el individuo sano podrá apreciar adecuadamente las posibles consecuencias de sus opciones de actuación, y hará un uso funcional y flexible de sus recursos.

Sin embargo, en el organismo en que se han producido fijaciones del Yo en uno u otro extremos de las polaridades relacionadas con la rabia, ésta será inhibida o utilizada en exceso y en forma disfuncional.

Perls distinguió tres formas básicas de fijación en el uso de la rabia:

La primera, “**neurosis**”, se caracteriza por la inhibición de la rabia, prefiriendo el organismo la evitación del contacto agresivo.

La segunda, “**delincuencia**” se caracteriza por el uso excesivo y disfuncional de la rabia, con la consecuencia de daño inapropiado del otro o del ambiente.

La tercera es la **agresión del Yo a su propio ambiente interno**. La persona que queda fijada en una emoción opuesta a la rabia, como por ejemplo la amabilidad, aceptada por el Yo como ideal de conducta, percibirá la rabia como un estado peligroso e inaceptable, generándose energía de agresión. En el caso contrario, la persona que queda fijada en la utilización excesiva de la rabia como forma ideal de relación con el ambiente, habrá escindido la cordialidad, la amabilidad o la dulzura de su Yo funcional, generándose asimismo agresividad inconsciente hacia esos polos.<sup>9</sup>

Cualquiera de estas fijaciones del Yo en un polo idealizado, en relación a la función rabia, tendrá como consecuencia la pérdida de contacto con éste polo

---

<sup>8</sup> Francisco Peñarrubia, *Terapia Gestalt, La vía del vacío fértil*, Alianza Editorial, Madrid, 2da. Edición 2008, pg. 124.

<sup>9</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresión*, Fondo de Cultura Económica, México, Diciembre 1975, pg. 151.

escindido, manifestándose la rabia de forma inconsciente y al interrumpirse el contacto con el interior de la persona o con el ambiente durante el ciclo de satisfacción de necesidades, surgirá una Gestalt inacabada.

### **2.8.1 Primeros Introyectos**

Si durante la formación de la función Identificación-Alineación la persona vive experiencias continuadas de censura, desaprobación, prohibición o amenaza hacia la expresión de su rabia, surgirán emociones de vergüenza o miedo hacia ese polo, que impulsaran la formación de una frontera rígida alienándose la función rabia. La situación de **hostilidad interna** que vive la persona tiene su expresión en el enfrentamiento del “perro de arriba” con el “perro de abajo”.

### **2.8.2 Perro de arriba – Perro de abajo**

El perro de arriba representa la tiranía del Yo virtuoso con sus aspectos idealizados relacionados con los introyectos. Se manifiesta de forma exigente, amenazando con catástrofes, y prohibiendo agresiva y autoritariamente.

El perro de abajo controla desde la culpa, la manipulación, la exageración y el victimismo, siendo hábil y astuto.

Esta forma de dialogo interno representa la dialéctica entre el agresor y el oprimido, el tirano y la victima o el virtuoso y el transgresor en forma de agresión interna.

En relación al ambiente, en la medida en que la parte virtuosa identificada con una emoción idealizada exige relacionarse con el ambiente de una cierta manera (“tienes que, debes, no puedes...”) rechazando a la parte escindida, aumentará la rabia en el interior de la persona. A esta situación muchos autores llaman el juego de la autotortura. <sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Francisco Peñarrubia, *Terapia Gestalt, La vía del vacío fértil*, Alianza Editorial, Madrid, 2da. Edición 2008, pg. 145.

### 2.8.3 Cuatro formas de evitación del contacto

Las formas de evitación del contacto descritas aquí son la **introyección**, la **proyección**, la **retroflexión** y la **confluencia**.

En la **introyección**, el polo virtuoso funciona de manera exagerada, convirtiéndose en la emoción privilegiada. Cuando la persona experimenta una adaptación patológica al efecto inhibitor de los introyectos por miedo a perder el vínculo de las figuras de apego, privilegiará uno de los polos inhibiendo la rabia. Al eliminar la función rabia, o de “agresión dental”, la persona “se traga sin masticar parte de sus experiencias sin que éstas sean degustadas ni sometidas a crítica”.<sup>11</sup>

La segunda la **proyección**, puede tener una primera manifestación en la proyección de atribuciones que en etapas muy tempranas de la infancia hacemos sobre los objetos, proyectando sobre los que nos satisfacen la etiqueta de bueno, y sobre aquellos que nos frustran la etiqueta de malo.

La persona que excluye la rabia de las funciones del Yo, queda en una situación real de vulnerabilidad y susceptible de ser dañado. Desde ésta posición de víctima, y desde la negación inconsciente de la función rabia, el ambiente es experimentado como amenazante o malvado, proyectando sobre él las agresividad que el Yo virtuoso siente hacia la función negada.

Cuando sentimos y expresamos rabia aumentan los niveles de excitación del organismo. Adaptándose a los introyectos recibidos del entorno, el niño aprende a interrumpir éste aumento de excitación cuando ésta alcanza cierto umbral que él percibe como peligroso. La energía emergente de rabia ya activada por el ambiente y no reconocida, es literalmente arrojada fuera del Yo, junto con la hostilidad interior que despierta percibir aquella emoción. El deseo de arrojar fuera del Yo una parte de nosotros mismos que se vive como respuesta emocional

---

<sup>11</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresion*, Fondo de Cultura Economica, Mexico, Diciembre 1975, pg. 166.

inadmisible, nos llevará a reconocerla en el exterior en forma de proyección. La vivencia alucinatoria y paranoide de la función rabia no hace sino confirmar aquello que se teme y se niega: “ El agresivo es el otro, no yo.”, al provocar frecuentemente la agresividad proyectada una respuesta del ambiente cargada de la misma cualidad agresiva.<sup>12</sup>

La tercera de las formas de evitación del contacto, la **retroflexión**, es también una disfunción de la rabia. En el intento del Yo de inhibirla, ésta no es transformada sino simplemente desviada su dirección, de modo que en lugar de dirigirse hacia el ambiente se vuelve en contra de la propia persona. El deseo de la persona de agredir a quien le amenaza se transforma en autoagresión, el deseo de controlar el ambiente se convierte en autocontrol, el deseo de criticar al otro se convierte en autocrítica, etc...

La rabia retroflectada se manifiesta muscularmente en las corazas que contienen la expresión de la rabia, quedando ésta energía de agresión activada y retenida en el organismo, teniendo con frecuencia como consecuencia a largo plazo la somatización de este conflicto.<sup>13</sup>

En la cuarta de las formas de evitación, la **confluencia**, en lugar de producirse el ciclo contacto-retirada que posibilitaría el cierre de la Gestalt en curso, ésta queda inconclusa. Los límites del Yo que en su función sana posibilitan diferenciarse del ambiente, en la confluencia no están establecidos de forma suficiente , de modo que la persona no puede experimentar dónde acaba su límite y dónde empieza el del otro. En una persona que vive la función rabia de forma sana, la experiencia

---

<sup>12</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresion*, Fondo de Cultura Economica, Mexico, Diciembre 1975, pg. 224.

<sup>13</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresion*, Fondo de Cultura Economica, Mexico, Diciembre 1975, pg. 225.

fusional que se vive a veces en el amor puede ser percibida como pérdida temporal de los límites del Yo, recuperándose el límite sin dificultad.

El conflicto que subyace a la confluencia patológica es la incapacidad que experimenta la persona en llevar a cabo la necesaria función identificación alienación, al haberse ésta visto perturbada en un período temprano del desarrollo.

Una madre que vivió el periodo fusional con el bebé como compensatorio de carencias afectivas importantes, podrá dificultar de forma severa la paulatina adquisición de autonomía del bebé al no alentarla, o castigar la misma, prolongándose ésta dependencia de la madre hacia el niño durante meses e incluso años. Esta forma patológica de la madre de dificultar de manera inconsciente que el bebé exprese la rabia necesaria para colocar un límite manifestando el rechazo de lo que no es suyo, tendrá como consecuencia que en etapas posteriores, de joven y adulta, la persona encuentre graves dificultades para distinguir sus límites en las relaciones que establezca. En las relaciones amorosas, vivirá la ausencia del otro como vacío interior angustioso, es decir, como ausencia de sí mismo.

Ésta sensación de pérdida pondrá en marcha la rabia de forma inconsciente, orientada a obtener lo que se percibe del otro como necesario para la supervivencia física o psíquica, experimentándose los límites del otro como una amenaza para ello. La consecuencia de este proceso es que la persona sentirá rabia hacia la persona de la que depende, manifestándose en enfado, crítica, culpabilización, exigencia, amenaza y otros.<sup>14</sup>

#### **2.8.4 Asuntos inconclusos**

Una cualidad de los procesos vivos, que se manifiesta en el movimiento cíclico de

---

<sup>14</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresion*, Fondo de Cultura Economica, Mexico, Diciembre 1975,

apertura y cierre, es la tendencia a formar configuraciones con significado, o Gestalts. Cuando una Gestalt no se cierra, se produce un “asunto inconcluso” dándose rabia que se manifestará en forma de resentimiento. Así como lo indica el autor F. Peñarrubia en su libro sobre Terapia Gestalt “*es la expresión simbólica que tiene sus raíces en la historia infantil y constituye compromisos entre el deseo y la defensa*”.<sup>15</sup>

En el marco de las relaciones interpersonales, se da con frecuencia la acumulación de asuntos inconclusos al quedar las personas fijadas en el bloqueo de la bipolaridad amor-resentimiento. La inhibición y negación de la función rabia impide expresar el resentimiento acumulado. Al quedar fijados en el resentimiento, se vuelven incapaces de contactar y expresar el amor que ciertamente podrían experimentar, exagerando el resentimiento acumulado el miedo a las terribles consecuencias de una expulsión de rabia, emoción de por sí prohibida.

El duelo es una forma apropiada para cerrar estas situaciones, poner fin adecuadamente a relaciones que propician la aparición de asuntos inconclusos a la vez que los acumulan, y en último término, restaurar en la persona la capacidad de expresar en cada situación la emoción espontánea y funcional, y sentirse responsable de esa emoción y de su expresión.

Esta ruptura con una relación dañina implica también renunciar a aquello que de agradable o beneficioso recibían los integrantes de la relación.

La renuncia a la relación puede también entenderse como renuncia a vivir la propia vida desde el conflicto interno irresuelto, originado por la alienación de una parte del yo.

El proceso del duelo permitirá a la persona afrontar la angustia que implicará enunciar a seguir negando su emoción de rabia, en el caso de ser la rabia la emoción prohibida, o a seguir empleándola para manipular o coaccionar, si es la

---

<sup>15</sup> Francisco Peñarrubia, *Terapia Gestalt, La vía del vacío fértil*, Alianza Editorial, Madrid, 2da. Edición 2008, pg. 145.

rabia la emoción en que la persona ha quedado fijada. La persona podrá así, vivir una nueva experiencia del yo, “estrenando” una nueva parte de si mismo, hasta ahora negada.

### **2.8.5 La función rabia y el duelo gestáltico**

De manera general, la emoción de la rabia, con su función energetizadora, cumple un importante papel en la resolución y aceptación de la pérdida de una relación y también cumple la función conflictiva, como indica el mismo F. Perls “*los resentimientos son posiblemente las peores situaciones inacabadas o gestalt incompletas. Si se está resentido no se puede ni soltar ni seguir adelante*”.<sup>16</sup>

Es así que la rabia aparece debido a tres circunstancias:

**1.- Como forma de protesta o manifestación de enfado por la pérdida.** La consecuencia de una ruptura es la interrupción del equilibrio homeostático, y esta interrupción es vivida como una agresión. La rabia surgirá como respuesta adecuada, orientada a energetizar a la persona y llevar a cabo la reestructuración necesaria para alcanzar un nuevo equilibrio.

**2.- Como respuesta a los aspectos dañinos o negativos de la relación.** A través del apoyo y el permiso terapéutico, la persona podrá expresar la rabia sentida por las carencias, decepciones, humillaciones, engaños, etc.. que sufrió durante la relación.

**3.- Como forma de evitar sentir el miedo y la angustia que implica abandonarse al proceso del duelo,** y encarar una vida que se abre ante nosotros sin la presencia de la relación a la que ahora se dice adiós.

---

<sup>16</sup> Fritz Perls, *Sueños y Existencia*, Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 22a. Edición 2012, pg. 56

Sólo expresada la rabia en profundidad la persona podrá avanzar en los siguientes pasos del proceso del duelo sin la interferencia de una emoción no expresada que estaría a su vez generando otro asunto inconcluso.

## **2.9 Trabajos terapéuticos con la función rabia**

El objetivo de los trabajos terapéuticos que se describen a continuación es ayudar a integrar las áreas escindidas, en particular la **función rabia**, para que la persona pueda vivir confiando en sus propios recursos, utilizando todas las funciones del Yo.

Los trabajos gestálticos posibilitan que la persona pueda explorar, contactar, reconocer, expresar, asimilar e integrar aquellas funciones y contenidos que escapan a su conciencia, trabajando con la resistencia interna inconsciente de la persona a contactar, reconocer y aceptar su función rabia negada.

Perls subrayó que antes de comenzar esa tarea, el terapeuta debe ayudar a la persona que reconozca las valiosas cualidades de la polaridad interna idealizada, como recurso que permitió a la persona una adaptación del allí y entonces.<sup>17</sup>

### **Carta**

El resentimiento es la emoción que caracteriza los asuntos inconclusos. La redacción de una carta al destinatario de nuestro resentimiento, visualizando que es entregada y leída por él mismo, pone en marcha un proceso de energización y contacto con la emoción de rabia que en su momento quedó retenida.

La crítica y la hostilidad o la frialdad parental del allí y entonces pueden ser corregidas en el ahora por la empatía y el apoyo del terapeuta.

El resentimiento es una emoción que contamina y bloquea el sentimiento de amor. El trabajo de la carta posibilita expresar, además del resentimiento, el dolor, el miedo o la tristeza que surgieron en su momento y quedaron retenidos, por culpa o miedo a las consecuencias de ser expresados, siendo esta técnica una

---

<sup>17</sup> Fritz Perls, *Sueños y Existencia*, Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 22a. Edición 2012, pg. 65.

herramienta de enorme valor en el trabajo del duelo.

El contacto con las emociones retenidas implica la toma de conciencia por parte de la persona de lo retenido, el contacto con la función rabia inhibida y la autoexpresión de la persona desde emociones inhibidas o negadas.

### **Fantasía del rosal**

El trabajo de la “fantasía del rosal” es descrito como técnica proyectiva que permite explorar la función rabia, sea ésta un polo negado o una emoción en la que la persona está fijada.

Las características del rosal son idóneas para este propósito: Las espinas tienen un carácter defensivo y agresivo, a la vez que su polo opuesto, la flor, está asociada a la belleza, el perfume, la suavidad, el colorido y la sensualidad, permitiendo trabajar las dos polaridades al contactar la persona con aquel que está más negado, además poder de valorar y apreciar aspectos positivos propios. La técnica del rosal, como expresión plástica, permite a través de su concreción formal, un análisis formal estructural y de contenidos por parte del terapeuta, así como un reexamen de la persona de los aspectos proyectados. El ejercicio permite la toma de contacto con la función rabia, además de propiciar la autoexpresión ayudando a integrar la emoción negada.

### **Cuentos**

Los cuentos, (cuento clásico y cuento inventado) permiten que la persona que vive la función rabia como extremadamente peligrosa y la niega, pueda contactar con ella y reconocerla. A través del cuento la persona facilita también información acerca del tipo de contacto interno y externo que establece, y de aspectos y atribuciones que reciben tanto la función rabia negada como aquella o aquellas aceptadas o idealizadas. Además, se da autoexpresión.

### **Sueños**

La terapia con los sueños permite trabajar con estos mensajes, y con las emociones que emerjan durante la sesión ya que la persona contacta con los contenidos surgidos en el sueño, referidos a la forma en que la función rabia es aliada y proyectada sobre el ambiente, retrofectada sobre sí mismo,

etc...Asimismo, la persona puede contactar con sus conductas evitativas o repetidas, sus áreas conflictivas, etc.

Por último, posibilita el trabajo no sólo sobre las emociones, sino sobre las conductas y pensamientos que emergen durante la sesión de trabajo.<sup>18</sup>

Cuatro técnicas propuestas para trabajar la función rabia surgida a través de un sueño.

**Técnica de la silla vacía:** La persona ocupa alternativamente el polo virtuoso y el de la rabia, estableciéndose un diálogo entre ellos. Posibilita tanto el contacto con la rabia negada, como el contacto con el polo virtuoso origen de la crítica, a la vez que experimenta la energía movilizadora de la rabia.

**Técnica del ir y venir:** empleada en trabajo grupal, utiliza un elemento simbólico significativo aparecido en el sueño relacionado con la rabia. Se pide al soñante que lo transforme en una frase, repitiéndosela individualmente a los miembros del grupo. De este modo el soñante recupera contenidos antes implícitos en símbolos y sensaciones, haciéndolos explícitos.

**Técnica de proyección, identificación:** El soñante incorpora el rol de una persona que emerge en el sueño, hablando como él, expresándose como él, viviendo los conflictos que él tendría con la rabia, etc.

**Técnica con sensaciones físicas surgidas durante la sesión:** El soñante es invitado a contactar, mantener o exagerar sensaciones surgidas durante el trabajo con el sueño. Esto permite que, sensaciones que pasan desapercibidas, reciban atención consciente reconociéndolas como expresión de contenidos emocionales inhibidos.

### **2.9.1 Terapia de los introyectos**

La persona que vive bajo la influencia inhibidora de introyectos patológicos, se ha

---

<sup>18</sup> Fritz Perls, *Sueños y Existencia*, Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 22a. Edición 2012, pg. 223.

adaptado transformando en muchos casos la rabia en queja. Cuando en el trabajo terapéutico, la queja puede volver a transformarse en rabia, la persona siente aumentar su vitalidad. La expresión de la función rabia, que puede ser inicialmente vivida con culpa por la persona, dará paso, con el apoyo terapéutico y la protección afectiva adecuada, al reconocimiento de lo negado, y a medida que se vayan deshaciendo los introyectos, a la responsabilización paulatina de las emociones expresadas.

Desde esta activación la persona puede desestructurar y reestructurar las creencias, actitudes y emociones de los introyectos. Éstas se manifiestan en los niveles somático y emocional, siendo observables a través del lenguaje al utilizar la persona expresiones verbales implicando órdenes, prohibiciones críticas o amenazas internas que se interponen en la consecución del contacto con la necesidad y la función interna.

Perls observaba el afecto paralizador de los introyectos en el resentimiento (rabia no expresada) que se convertía en el principal obstáculo interno para que la persona contactara con sus necesidades y respondiera a sus requerimientos del ambiente. Otra característica que dificulta el reconocimiento de las áreas negadas y escindidas, es la tendencia de los organismos a retirar la atención de lo desagradable.<sup>19</sup>

En la medida en que existe crítica y hostilidad hacia una parte de nosotros mismos, mantenidas por los introyectos, se dificulta el reconocimiento e integración de las funciones escindidas.

Para poder contactar con estos aspectos, el terapeuta puede ayudar al paciente a concentrarse en distinguir la necesaria diferencia entre realidad y fantasía. La persona anticipa en su imaginación la angustiosa experiencia del contacto con la función rabia.

El trabajo del terapeuta es permitir al paciente descubrir dónde retira la atención,

---

<sup>19</sup> Fritz Perls, *Sueños y Existencia*, Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 22a. Edición 2012, pg. 56.

volviéndose evitativo, ayudándole a permanecer en contacto con lo desagradable. Si la persona permanece atenta a las percepciones sensoriales y emocionales, sin atender al pensamiento, irá descubriendo tensiones que corresponderán con situaciones inconclusas internas. Las sensaciones desagradables o angustiosas, son el resultado de la activación inconsciente de la función rabia negada.

Focalizándose en ellas, la persona puede darse cuenta de cómo hace para pelear consigo mismo, primer paso para resolver la escisión interna.

En la medida en que la escisión interna vaya resolviéndose, se irá pasando de la evitación del contacto con la rabia negada, y con el ambiente, a poder elegir actuar según la situación, desde cualquier punto entre uno y otro polos de forma flexible.

En ocasiones, los polos no están tanto negados, como disociados. Un diálogo entre uno y otro polos permite que cada uno descubra más plenamente la existencia del otro, y posibilita la expresión plena de cada uno de ellos. Así, la rabia se puede cargar de la delicadeza de la vulnerabilidad, la cólera prestará su calor y energía a la inacción, y así sucesivamente ayudando a la integración.

### **Responsabilizarse de la rabia**

A medida que la persona empieza a relacionarse con su función rabia, la persona puede empezar a aceptar su propia responsabilidad.

En lugar de decir, “esto me produce rabia”, dirá “me hago responsable de sentir rabia”. En un segundo paso, se procede al trabajo con la expresión de la función rabia: Se pide a la persona que intensifique el gesto que anuncia la expresión de la emoción para que la persona pueda darse plena cuenta de la función negada.

Si existe incoherencia entre lenguaje verbal (“estoy bien”) y lenguaje corporal (crispación), ésta se puede trabajar mediante un diálogo en “silla caliente”.

A la vez que la persona se responsabiliza paulatinamente de su función rabia negada, y de cómo ésta se expresa de manera inconsciente pero dañina, comienza a tener en cuenta las fricciones que la satisfacción de sus necesidades causan en los demás. Cuando la persona comienza a sustituir el “no puedo” de la víctima por el “no quiero” del yo con mayor nivel de integración, aumenta la posibilidad de anticipar y responsabilizarse de las consecuencias de sus acciones.

### **2.9.2 Terapia de la proyección**

Cuanto mas extrema es la escisión existente entre uno y otro polos, más percibido es el ambiente como amenaza por la persona que proyecta. La sensación de amenaza exterior se alimenta desde la atribución interna de la función rabia como emoción indeseable y peligrosa, y de la falta de contacto con la energía de la función rabia, sintiéndose internamente autoagresión y vulnerabilidad.

Si la proyección y la rabia negada son muy intensas, cualquier intento del terapeuta de alentar al paciente a acercarse a esa emoción presentida como altamente peligrosa, podrá provocar una respuesta defensiva extrema. Será preciso que la persona afiance el vínculo afectivo de confianza con su terapeuta antes de poder comenzar a contactar con la emoción de rabia alienada.

La persona podrá entonces comenzar a trabajar con técnicas proyectivas ( sueños, fantasía guiada ), para después contactar con la función rabia colocándose en el rol de agresor, en lugar de colocarse en su rol habitual de víctima. Esto facilita la percepción de cómo polaridad virtuosa, la función rabia está siendo castigada con mucha hostilidad interior, a la vez que podrá darse cuenta de cómo, desde su rol de víctima se defiende del ambiente con fuerte agresividad inconsciente.

La terapia grupal puede ser un contexto especialmente indicado para trabajar esta dificultad, debido a la fuerza que tienen las devoluciones grupales frente a las proyecciones.<sup>20</sup>

### **2.9.3 Terapia de la retroflexión**

El trabajo con las sensaciones corporales es una opción muy adecuada para pacientes con mecanismo de evitación de retroflexión. Utilizando la exageración de la sensación o del gesto, o a través del diálogo con el cuerpo, se puede descubrir dónde se interrumpe el contacto reteniendo la rabia. Se invita al paciente

---

<sup>20</sup> Fritz Perls, *Sueños y Existencia*, Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 22a. Edición 2012, pg. 27.

a contactar con el modo en que se abraza a sí mismo, cómo aprieta las mandíbulas, como retiene la respiración, cómo se encoge y otros.

En una segunda etapa, podrá imaginar hacia quién querría dirigir la energía agresiva que surge de la función rabia hasta ahora negada. De esta focalización de la rabia en el ambiente, podrá emerger el miedo a las consecuencias de la expresión de la rabia, introyectos, siendo la técnica de la silla caliente adecuada para trabajar estos contenidos emergentes.<sup>21</sup>

#### **2.9.4 Terapia de la confluencia**

La persona que experimenta la confluencia como modo de evitación del contacto no puede establecer con claridad la diferencia entre sus límites y los del ambiente, así que es importante comenzar el proceso terapéutico reforzando el vínculo paciente - terapeuta a través del apoyo, para que la persona pueda comenzar a darse cuenta de sus necesidades sin sentirse culpable de ello, ni sentir miedo por poner sus propios límites, haciendo uso de la función rabia tan largamente negada.

Esta protección limita el riesgo de que el miedo o la culpa le lleven a retroflectar la emoción negada de rabia pudiendo producirse somatizaciones, abriéndose un conflicto añadido.

A medida que se fortalece la confianza en el vínculo establecido con el terapeuta, el paciente podrá comenzar trabajando los introyectos a través del diálogo con silla caliente, cartas, etc, fortaleciendo la expresión asertiva con independencia de las expectativas del ambiente.

Los cambios vividos a través del descubrimiento e integración de las funciones sensoriales, emotivas y cognitivos hasta ahora negadas, tendrán un efecto a nivel biológico, manifestándose en la activación de redes neuronales hasta ahora no establecidas.

---

<sup>21</sup> Fritz Perls, *Sueños y Existencia*, Editorial Cuatro Vientos, Santiago de Chile, 22a. Edición 2012, pg. 56.

El niño que incorporó el recurso del autoconsuelo después de haber sido amorosamente consolado por su figura de apego, pudo establecer conexiones emocionales y cognitivas autorreguladoras, gracias al vínculo de apego seguro y a la confianza experimentados con la madre, aprendiendo a soportar frustración y ansiedad.

A través de la terapia, apoyado en el vínculo de apego seguro y confianza establecido con su terapeuta, la persona podrá transformar ese apoyo externo en apoyo interno, pasando de la dependencia y el miedo al ambiente, a la autonomía y la confianza.<sup>22</sup>

---

<sup>22</sup> Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresion*, Fondo de Cultura Economica, Mexico, Diciembre 1975, pg. 284.

## CAPÍTULO 3 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

### 3.1 Tipo de estudio y diseño de la investigación

Se mencionara de manera general los principios fundamentales de la Psicoterapia Gestaltica Grupal que fue la que se utilizo en esta experiencia, para la comprensión de las intervenciones.

Estos principios si bien son utilizados similarmente con los de la psicoterapia individual tienen sus particularidades como lo mencionan en el libro “Guia breve de psicoterapia de Grupo” los autores Sophia Vinogradov e Ivin D. Yalom quienes comentan que “aunque la psicoterapia individual y la psicoterapia de grupo utilizan con frecuencia tecnicas psicoterapeuticas similares – **tales como escuchar enfaticamente, aceptar sin emitir ningun juicio e interpretar** – hay una serie de intervenciones que son especificas de la psicoterapia de grupo. Estas incluyen el trabajo en el aquí y ahora, la utilizacion de la transparencia del terapeuta y el empleo de varias ayudas de procedimiento que potencian el trabajo de grupo”.<sup>23</sup>

A continuacion se indican las características especiales de la Psicoterapia Gestaltica Grupal adoptados en la investigacion:

- **Trabajo en el “aquí-ahora”**; referido a que un aprendizaje interpersonal en la psicoterapia de grupo requiere un lider versado en tecnicas terapeuticas especificas del trabajo en el seno del “aquí-ahora” y que proponga los siguientes criterios:
  - Centrarse en el presente; referido a lograr que las intervenciones del grupo se den en “como” los participantes estan sintiendo lo expuesto en el presente.
  - Experimentacion y examen del afecto (en sus componentes cognitivo y corporal),

---

<sup>23</sup> Sophia Vinogradov e Ivin D. Yalom, traduccion de Olga Dominguez, *Guía Breve de Psicoterapia de Grupo*, Ediciones Paidós Iberica, S.A., Año 2006, pg. 97, Barcelona España.

- Sumergir al grupo en el “aquí-ahora”, dando la pauta el terapeuta,
  - Comprender el “aquí-ahora” de las expresiones emocionales de los componentes del grupo; tratando de evitar a) los procesos cargados de mucha ansiedad y b) los que implican normas grupales antiterapeúticas, ambos por considerarse obstáculos para el trabajo terapéutico.
- **Utilización de la transferencia y la transparencia;** donde el terapeuta se maneja bajo los siguientes criterios:
    - Responder con fidelidad
    - Compartir sentimientos de manera juiciosa y responsable
    - Admitir o refutar motivos y sentimientos que le atribuyan.
  - **Utilización de ayudas de procedimiento;** referidos a los resúmenes escritos que ayudan a proporcionar contacto adicional con el grupo.

Respecto a cómo funciona una Psicoterapia Grupal se indicarán los siguientes factores psicoterapéuticos:

- **Infundir esperanza;** es decir fe de que va a funcionar el proceso,
- **Universalidad;** el mensaje es que mi problema no es único y no estoy solo,
- **Transmitir información;**
- **Altruismo;** es decir ofrecer ayuda mutua, insights y sentir que se ayuda,
- **Desarrollo de técnicas de socialización;** significando desarrollar habilidades sociales,
- **Comportamiento imitativo;** referido a que el ejemplo de otros me ayuda a mí,
- **Catarsis;** es decir poder dar rienda suelta a las emociones,
- **Recapitulación correctiva del grupo familiar primario;** realizando el trabajo con padres, hermanos y referentes del participante,
- **Factores existenciales;** referido a que se puede estar cerca de los demás pero que existe una inevitable soledad,

- **Cohesion del grupo;** es decir el atractivo que los participantes ejercen sobre el grupo,
- **Aprendizaje interpersonal;** donde a cada miembro se le proporciona un conjunto unico de interacciones interpersonales que debe explotar.

Ademas se tomaron en cuenta los criterios que se utilizan par la creacion de un grupo de Psicoterapia Gestaltica, los cuales dicen que es necesario:

- Evaluar las limitaciones clinicas
- Establecer la estructura basica del grupo
- Formular objetivos especificos para el grupo
- Determinar el escenario y tamaño exacto del grupo
- Establecer el marco temporal exacto del grupo
- Decidir sobre el empleo de un coterapeuta
- Combinar la terapia con otros tratamientos cuando sea necesario.

### **3.2 Descripción de la muestra**

Protagonistas: Grupo de estudiantes de diferentes carreras de la UPEA y de edades que osilan entre los 20 y 28 años reunidos en un curso Taller sobre Liderazgo Coaching que se impartio en forma extraordinaria en la UPEA.

### **3.3 Técnicas e instrumentos de la investigación**

La Psicoterapia Gestaltica se centra activamente en los recursos de los pacientes, es decir, en aquellas ocasiones en las que no se da el problema (excepciones) o en aquellos aspectos relacionados con un futuro relacionado sin el problema (objetivos). En otras palabras el terapeuta apenas se interesa por la problemática o lo que no funciona, sino que se ocupa principalmente de analizar aquello que si funciona y satisface a los pacientes.

Se toma en cuenta en una entrevista inicial basarse en el concepto de figura-fondo donde se trata de recoger información acerca de lo que cada participante hace de

figura y fondo (características personales que en ese momento no les da importancia, no quieren hablar de ello o se les “olvida”).

Como reglas se tienen el principio del ahora, el yo-tú, el lenguaje personal, el empleo del continuo atencional, no murmurar y convertir las preguntas en afirmaciones.

Como juegos se tienen: los diálogos, el hacer la ronda, los asuntos pendientes, “me hago responsable”, “yo tengo un secreto”, juego de las proyecciones, juego de los opuestos, contacto-retirada, ensayo teatral, exageración, “¿puedo ofrecerte una frase?”, asesoramiento matrimonial, “¿Puedes quedarte con este sentimiento?”.

Por otra parte, la silla caliente y la silla vacía, más allá que una técnica es un espacio para la conciencia, un escenario para la experiencia. La silla favorece el contacto con el mundo y consigo mismo. (ver 2.2 Técnica gestáltica, 2.3 Recursos y estrategias de afrontamiento, 2.3.1 Afrontamiento, 2.3.2 Recursos de afrontamiento, 2.3.3 Estrategias de afrontamiento, 2.3.4 Clasificación de las estrategias de afrontamiento y 2.3.5 Otras clasificaciones del afrontamiento del presente documento).

## **CAPITULO 4**

## **CASO CLÍNICO**

### **4.1 Presentación del caso**

El caso plantea la situación de agresión hostil que vivenciaron durante su infancia y adolescencia en la educación en sus hogares un grupo de estudiantes de la UPEA que se compartió durante un curso de Liderazgo Coaching impartido en forma extraordinaria en la Universidad.

### **4.2 Identificación**

Protagonista: Grupo de estudiantes de diferentes carreras de la UPEA reunidos en un curso Taller sobre Liderazgo Coaching.

Características físicas y psicológicas: La mayoría son de origen aymara, piel cobriza, estatura mediana, ambos sexos, cabellos y ojos oscuros y contextura mediana a debil. Como Rasgos psicologicos presentan en general una timidez y vergüenza por su procedencia humilde y autoctona.

Aspectos claros y oscuros de su carácter: en general presentan una ingenuidad y poca malicia hacia el extraño como rasgo claro. Como rasgo oscuro se percibe un resentimiento y vergüenza reprimidos y no concientes.

Respecto a antagonistas a este tipo de grupo de puede mencionar que el estrato económico los puede diferenciar un poco; es decir, si tienen procedencia de un hogar de comerciantes tienden a ser mas pudientes y se vuelven un poco mas atípicos a las características arriba mencionadas.

### **4.3 Particularidades**

El entorno familiar, educativo, social y económico del grupo protagonista corresponde a familias campesinas de extracto aymara en su mayoría que emigraron del campo a la ciudad y se establecieron en El Alto, su nivel educativo resulta bastante deficiente hasta talvez corresponda en la mayoría de los casos a gente analfabeta y de bajos o muy escasos recursos económicos.

Los hechos o personas que han influido en el problema actual son básicamente los padres que debido a su poca educación, constantes presiones económicas y

también por hábitos culturales educaron a sus hijos como si estos les debieran “algo” y que son siempre fuente de demanda sin nada a cambio y que siempre les hacen renegar. Es así que los tratan con mucha “rabia”.

El apoyo que reciben básicamente los protagonistas se los brindan entre hermanos, es decir los mayores a los menores y en algunos casos reciben apoyo de tíos o parientes cercanos. De parte de las personas con mas recursos (antagonistas) como estas proceden de padres que ya no tienen tanta presión económica y es por este motivo que su educación es un poco mas relajada y de esta forma reciben de algún tipo de apoyo.

#### **4.4 Proceso terapéutico**

Es importante tomar en cuenta que respecto al hecho de tener previstas varias soluciones validas sobre el problema, las soluciones tienen que estar dirigidas a la Terapia Grupal como una herramienta inmediata y de resultados efectivos para este tipo de casos.

Es así que se estableció un contrato terapéutico por diez sesiones y se les explicó el enfoque del trabajo que se realiza desde la perspectiva de la Psicoterapia Gestaltica Grupal acordando que las sesiones serán de una vez por semana en un número acordado de 10 sesiones, así como la presencia de co-terapeutas que pueden intervenir elaborando mensajes o sugerencias y la existencia de tareas a realizar en el contexto familiar.

Así mismo las consultas se realizaron en un espacio amplio y bien iluminado, con una mesa por si fuera necesario la aplicación de determinados test psicológicos (los sugeridos por Salama en su libro). También se tuvo a mano los materiales necesarios para la aplicación de diversas técnicas (folios, lápices de colores, témperas, arcilla, plastilina, familia de personas y mucha simbología).

Se planteó el tema de las entrevistas con los padres (de ser posible); y para empezar, fue conveniente realizar una entrevista de evaluación general; donde se identificó al autor de la demanda terapéutica; sus antecedentes personales, antecedentes familiares, situación familiar actual, motivo de consulta, desarrollo evolutivo, relaciones interpersonales, personalidad y otros.

## CAPITULO 5

## SESIONES DE PSICOTERAPIA

### Primera Sesion

Fecha: 04/06/2011

Numero de sesión: 1

Persona / Grupo: 4/15

#### Temas tratados:

Conocimiento del grupo, presentacion entre los componentes, el principio de confidencialidad y trabajo con la respiracion como herramienta de relajacion.

#### Observaciones del practicante:

Se pudo percibir un nerviosismo muy tipico de la primera sesion, asi como mucha expectativa por lo que venga mas adelante.

#### Reflexiones del practicante:

La primera percepcion del grupo fue la de un grupo variado y homogneo a la vez; variado por el estado civil de los participantes ya que habian casados, convivientes y solteros (no se penso encontrar casados en grupos de estudiantes), variedad en genero donde ligeramente dominaban las mujeres (8/15), variado tambien por lo que representaban los mismos ya que habian participantes socialistas, indigenistas, amas de casa, solteros fiesteros y otros; grupo homogneo por la procedencia marcada de hijos de padres aymaras en su mayoria que emigraron del campo a la ciudad de El Alto, de condicion economica pobre y con una identificacion cultural confusa en su mayoria.

Intervenciones del practicante:

Se trabajo principalmente en animar a cada uno de los participantes del grupo a improvisar algun movimiento corporal que los caracterize y compartirlo con el resto indicando su nombre y lo que quisieran compartir.

Se comunico que por principio la confidencialidad es lo mas importante que se va a establecer a lo largo de las sesiones, que tuvieran la confianza necesaria para compartir lo que les aflije y que tendrian la seguridad que “lo que se escuche en las sesiones no saldra afuera por ningun motivo”.

Se les realizo una demostracion de cómo utilizar la respiracion para la relajacion y por que es importante estar relajado cuando uno quiere compartir sus emociones al grupo (el metodo de respiracion compartido fue el de inhalar por una fosa de la nariz cubriendo la otra fosa con el dedo pulgar; para luego cambiar cubriendo la otra fosa y expirando por la fosa anteriormente cubierta; todo por un espacio de por lo menos 3 min.).

Aprendizaje del practicante:

Se pudo percibir que muchos participantes no solo tienen responsabilidades como estudiantes sino tambien tienen responsabilidades como padres de familia; asi mismo dentro la aparente sumision y timidez de muchos participantes se percibia bastante resentimiento en general.

## Segunda Sesion

Fecha: 11/06/2011

Numero de sesión: 2

Persona / Grupo: 5/14

Temas tratados:

Teoria sobre la rabia. Reconocimiento corporal de emociones (autoconciencia), ira, rabia, agresividad y agresion. Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que

quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?

Observaciones del practicante:

De las dos modalidades de interaccion con los participantes vale decir, la teorica y la vivencial, esta ultima resulta de mayor desafio para un practicante por lo dificil de poder mantenerse en uno mismo y no caer en la confluencia con los participantes por lo doloroso de los temas.

Reflexiones del practicante:

Durante la sesion de Psicoterapia Grupal y en el proceso de acompañamiento a los voluntarios sobre situaciones de agresion y agresividad, se percibio en varios de ellos un resentimiento muy oculto y reprimido hacia la vida (sus progenitores?) con desbordes de llanto y lastima, que en la mayoria de los casos solamente salia a flote cuando beben o en situaciones de demasiado descontrol (peleas con sus parejas por ejemplo). Un hecho curioso que se pudo percibir es que la mayoria de los participantes se quejan de que sus padres les hacian sentir culpables de cómo se comportaban y la carga que significaba para ellos su crianza, por lo cual tenian que estar agradecidos de por vida (según sus palabras).

Intervenciones del practicante:

Se informo sobre la parte teorica de la Rabia, qué es agresion y agresividad según la Psicoterapia Gestaltica, el cerebro y su parte emocional, que es la Amigdala y su papel en la respuesta de la rabia y otros temas; seguidamente se paso a ubicar donde se situa corporalmente esta emocion, para lo cual se pidio a los participantes que ubicaran cuando sienten ira donde la perciben y cómo. En la parte vivencial y dentro la metodologia de Psicoterapia de Grupos se solicito describir, cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Donde

participaron 5 personas con las cuales se realizo el acompañamiento respectivo.

Aprendizaje del practicante:

Se ha podido evidenciar la importancia del tema de la Educacion de la Rabia en segmentos de poblacion muy vulnerable en su niñez al maltrato y abandono asi como a una educacion basada en la agresion inconciente por parte de los padres y/o responsables del cuidado.

### Tercera Sesion

Fecha: 18/06/2011

Numero de sesión: 3

Persona / Grupo: 4/12

Temas tratados:

Teoria sobre las polaridades según la PG; la compasion como polaridad de la rabia. Trabajo corporal y dinamicas sobre valoracion y confianza de si mismo. Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?

Observaciones del practicante:

Se pudo observar particularmente en el trabajo corporal la dificultad que tienen los participantes de contactarse con si mismos al realizar los ejercicios fisicos por la torpeza y descoordinacion de sus movimientos que tienen muchos de ellos.

Reflexiones del practicante:

Se percibio algo muy llamativo cuando se trabajo con la polaridad "compasion" y todo lo que significa y es la escasa familiaridad y los pobres recuerdos que tienen respecto a dicha polaridad en la mayoria de

los participantes; se podría decir que no se acuerdan haber sido tratados con compasión (cortesía, consideración, afecto físico) de niños.

Intervenciones del practicante:

Se trabajó en tres direcciones la primera informativa dirigida a compartir temas sobre las Polaridades según la Psicoterapia Gestáltica y principalmente sobre la polaridad compasión – rabia; la segunda con trabajo corporal y dinámicas respecto a la valoración y confianza en sí mismo, como por ejemplo la búsqueda física del punto de apoyo en sí mismo (el “Jara” como se denomina en Aikido) y la tercera el trabajo con la Psicoterapia Gestáltica Grupal sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesión de hoy? Donde participaron 4 personas con las cuales se realizó el acompañamiento respectivo destacándose la valentía que tuvo un participante de narrar un acontecimiento de agresión personal con intento de violación que tuvo en su infancia.

Aprendizaje del practicante:

Se percibe una marcada tendencia a no estar familiarizados con temas como ser la cortesía, la consideración del otro, la “buena educación” y otros.

#### Cuarta Sesión

Fecha: 25/06/2011

Número de sesión: 4

Persona / Grupo: 5/15

Temas tratados:

Teoría sobre las interrupciones del contacto en la PG. Trabajo corporal y dinámicas sobre autocontrol y adaptabilidad (autoregulación). Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que

quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?

Observaciones del practicante:

Se pudo percibir la dificultad que ocasionan las dinamicas en el trabajo corporal por la pobre familiaridad que tienen los participantes con el ejercicio fisico en general y el temor a darse a conocer publicamente en particular.

Reflexiones del practicante:

Se pudo percibir en el proceso de Psicoterapia Gestaltica de Grupos el impacto que causó en los participantes la concepcion del conflicto como una “pelea de perros dentro uno mismo” como denominaron ellos mismos, pero que tambien lo sienten asi a veces.

Intervenciones del practicante:

Se trabajo informando sobre las interrupciones del contacto según la Psicoterapia Gestaltica, que son los introyectos o prejuicios que tenemos y la raiz del conflicto personal según la PG la dualidad del perro de arriba – perro de abajo; asi mismo se realizo el trabajo corporal con dinamicas respecto a al autocontrol y la habilidad de la adaptabilidad para finalmente realizar el Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?. Donde participaron 5 personas con las cuales se realizo el acompañamiento respectivo, particularmente se acompañó a un participante que compartio las continuas disputas que tiene con sus padres por ser tratado de “mala manera” como él mismo confiesa.

Aprendizaje del practicante:

Se pudo percibir el conflicto personal de la dualidad perro de arriba – perro de debajo de cada uno de los participantes, pudiendo evidenciarse lo asombroso y dramático que resulta este hecho según cada persona.

#### Quinta Sesión

Fecha: 02/07/2011

Numero de sesión: 5

Persona / Grupo: 5/14

Temas tratados:

Teoría sobre los asuntos inconclusos. Dinámicas sobre la motivación de logro (autoregulación). Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesión de hoy?

Observaciones del practicante:

Se percibe en los participantes la dificultad que tienen con las dinámicas sobre la automotivación, principalmente según ellos mismos comentan, por la baja autoestima que tienen.

Reflexiones del practicante:

Se percibe la confusión y dificultad que tienen en poder expresar las emociones que sienten, en la mayoría de los casos se confunde emociones con sensaciones o con recuerdos y resulta muy difícil llegar con ellos a percibir lo que están sintiendo en el “aquí y ahora”.

Intervenciones del practicante:

Se trabajó primero informando la teoría respecto a los asuntos inconclusos y la función rabia y el duelo gestáltico (ver Marco Teórico respecto al tema); seguidamente se realizaron dinámicas respecto a cómo automotivarse en

las actividades que realizamos y finalmente se trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?; donde participaron 5 personas con las cuales se realizo el acompañamiento respectivo; se destaca entre las participaciones el caso de una persona que le cuesta mucho automotivarse por que considera que no vale nada, desbordandose en agitacion y llanto.

Aprendizaje del practicante:

Se puede percibir nitidamente la baja autoestima que en realidad tienen los participantes; aunque muchos de ellos indican que son muy seguros y que se valoran lo suficiente.

#### Sexta Sesion

Fecha: 09/07/2011

Numero de sesión: 6

Persona / Grupo: 4/13

Temas tratados:

Teoria sobre la introyeccion. Trabajo corporal y dinamicas sobre empatia (conciencia social). Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?

Observaciones del practicante:

Se nota en los participantes una evidente dificultad de reconocer las emociones en el lenguaje corporal del otro ya que no tienden a tomar en cuenta “esos detalles” como ellos mencionan en su comunicación.

Reflexiones del practicante:

Se percibe que las introyecciones o “prejuicios” como ellos mejor entienden, los han acompañado mucho tiempo y que no hay ningún trabajo al respecto, principalmente por que no tienen conciencia de los mismos y en algunos casos desconocen cómo reconocerlos.

Intervenciones del practicante:

Se trabajo primeramente en compartir teoria sobre la Introyección según la PG, seguidamente se trabajo corporalmente con dinamicas sobre la Empatía como principio para poder “entender” al otro para finalmente realizar el Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?; donde participaron 4 personas con las cuales se realizo el acompañamiento respectivo, donde se debe señalar el reconocimiento de muchos de ellos que les es muy difícil entender “cómo pueden actuar ellos por medio de los prejuicios” y dónde estan los prejuicios? Según palabras de ellos.

Aprendizaje del practicante:

Se puede percibir que esta es la parte que hasta el momento levanta mas polémica entre los participantes por la dificultad de trabajar con el tema; se les indico que es un proceso que toma mas tiempo y que empieza con el “darse cuenta” del hecho y querer cambiar.

## Septima Sesion

Fecha: 16/07/2011

Numero de sesión: 7

Persona / Grupo: 6/12

Temas tratados:

Teoría sobre la proyección. Dinámicas sobre conciencia organizativa (conciencia social). Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesión de hoy?

Observaciones del practicante:

Se percibió que los participantes están más familiarizados con las dinámicas planteadas y se muestran más participativos y más desinhibidos en las mismas, aumentando el número de demandas para ser incluidos en los trabajos.

Reflexiones del practicante:

Se percibe una variedad de recursos en los participantes para salir de situaciones estresantes que habían empleado desde niños, es así que se intentó hacerles “dar cuenta” de las mismas para ser reconocidas y utilizadas conscientemente.

Intervenciones del practicante:

Se trabajó primero con la parte teórica referida a la Proyección según la PG, así mismo se realizaron dinámicas dentro del trabajo corporal sobre cómo auto organizarse y su sentido que tiene en nosotros y finalmente se trabajó con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesión de hoy?; donde participaron 6 personas con las cuales se realizó el acompañamiento respectivo destacándose el trabajo que se realizó con un participante respecto a las proyecciones donde se le solicitó que evocara una persona que él siente que lo conoce muy bien desde niño, a continuación se le pidió que se pusiera en ese papel y que le comentara lo que siente a una “silla vacía” donde supuestamente se encuentra él mismo; seguidamente se le pidió que vuelva a sí mismo, terminando el experimento

para “asombro del participante”, que ése es su “juez interno” y el que inicia el conflicto interno en sí mismo.

Aprendizaje del practicante:

Se percibe que los participantes habian conocido varias estrategias para salir de la tristeza y depresión desde niños y la tarea es que sean reconocidas y aceptadas por ellos mismos.

### Octava Sesion

Fecha: 23/07/2011

Numero de sesión: 8

Persona / Grupo: 6/14

Temas tratados:

Teoria sobre la retroflexion. Trabajo corporal la influencia como habilidad social. Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?

Observaciones del practicante:

Se puede notar que los participantes realizan las dinamicas con mayor motivacion y ganas de compartir sus situaciones, percibiendo que sienten seguridad en que lo que digan allí no se enterará nadie más.

Reflexiones del practicante:

Se puede percibir en las intervenciones de los participantes “grandes culpas” que resultan bastantes evidentes que “no tienen que ver mucho” con ellos, como expresaban muchos otros participantes que decidieron acompañar a sus compañeros.

Intervenciones del practicante:

Se trabajo primeramente con temas teóricos sobre la retroflexión y su influencia negativa sobre nosotros, seguidamente se trabajo corporalmente con dinámicas sobre la habilidad de poder influir sobre los otros, para finalmente trabajar con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?; donde participaron 6 personas con las cuales se realizo el acompañamiento respectivo, destacandose la participación de una persona que sentía que él mismo se culpaba por “cosas” que sus padres hacían, pero que en el fondo sentia ira hacia ellos.

Aprendizaje del practicante:

Se percibe en muchas intervenciones de los participantes gran cantidad de culpa que no les correspondería cargar pero por “situaciones introyectadas” en su infancia asumen como propias.

#### Novena Sesion

Fecha: 30/07/2011

Numero de sesión: 9

Persona / Grupo: 5/15

Temas tratados:

Teoria sobre la confluencia. Trabajo corporal y dinamicas sobre como dirigir a otros (habilidad social). Trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?

Observaciones del practicante:

Se observa que los participantes tienen mayor soltura en las dinámicas propuestas y mayor expresión en el lenguaje corporal asi como mayor motivación para querer participar espontáneamente.

Reflexiones del practicante:

Se percibe que el tema de la confluencia resuena en muchos de los participantes denominando al mismo como “sumision” en palabras empleadas por la mayoría de ellos y como algo bastante común en sus vidas.

Intervenciones del practicante:

Se trabajó primeramente en la parte teórica con el tema de la confluencia y su significado en las personas según la PG, seguidamente se realizaron dinámicas sobre cómo liderar (sanamente) a otros para finalizar el trabajo con Psicoterapia de Grupos sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de ésta sesion de hoy?; donde participaron 5 personas con las cuales se realizo el acompañamiento respectivo, se destaca una participación relacionada con la confluencia que según las palabras del participante es “una sumisión mala” el aceptar lo que vienen de otros y “decir a todo si por miedo”, llegando a darse cuenta de que él hace eso muy a menudo.

Aprendizaje del practicante:

Se puede percibir que la confluencia ha sido en cierta forma un recurso que emplearon y emplean varios de los participantes durante sus infancias y tambien en situaciones de responder a una autoridad en la actualidad.

Decima Sesion

Fecha: 13/08/2011

Numero de sesión: 10

Persona / Grupo: 15/15

Temas tratados:

Trabajo con Psicoterapia de Grupos y experimentos sugeridos según resistencias percibidas en cada participante sobre los temas de cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de éste Taller?

Observaciones del practicante:

Al finalizar este Taller y en su ultima sesion se noto una masiva concurrencia asi mismo la puntualidad fue notoriamente corregida respecto a otras sesiones, todo en un ambiente un poco nostalgico por el hecho mismo y un poco festivo por el acontecimiento de clausura y la entrega de certificados de asistencia que venian acompañando el evento.

Reflexiones del practicante:

Se puede indicar que se percibio en general en los participantes un espiritu de grupo y de equipo que no se evidencio antes, donde se escucharon planes de hacer en un futuro una escuela de Lideres de la UPEA dentro una atmosfera mucho mas saludable de la percibida al inicio del Taller.

Intervenciones del practicante:

Se trabajo integramente en la metodologia de Psicoterapia Gestaltica de Grupos solicitando que intervinieran todos los participantes por tratarse de la ultima sesion del Taller participando al resto cómo me siento hoy? Y que quisiera compartir con el resto de participantes? Que me llevo de éste Taller?. Asi mismo se repartieron tareas a manera de “experimento” con cada uno de los participantes respecto a sus resistencias percibidas o evitaciones del contacto y algunas terapias sugeridas en los casos presentados como ser: la carta, fantasia del rosal, responsabilizarse de la rabia, exageracion de la sensacion y otras.

Aprendizaje del practicante:

Se ha podido evidenciar en una gran mayoría de los casos que una educación basada en la agresión, así sea inconsciente por parte de los padres y/o responsables del cuidado en la niñez de los mismos, les ha producido resentimiento reprimido y baja autoestima a la mayoría de ellos.

## **CAPITULO 6 CONCLUSIONES**

A manera de conclusión general se puede indicar que el objetivo principal de este Taller fue cumplido a cabalidad y también es importante destacar el éxito en la metodología empleada que fue novedosa y de provecho directo para el participante, tal como lo expresaron ellos mismos.

### **Referente al proceso del caso:**

Es importante señalar las siguientes conclusiones referentes al proceso del caso durante el proceso del mismo:

- Se percibió sentimientos de rabia y resentimiento reprimidos en los participantes,
- Se notó que el proceso de darse cuenta o percibir fue incrementándose a medida que se avanzaba en las sesiones,
- Se evidenció que las dinámicas corporales fueron incrementándose en soltura, expresión, motivación y sentido a medida que se avanzaba,
- Se pudo percibir en los participantes el darse cuenta que muchas de las culpas que cargaban no les correspondían y que les hicieron sentir como propias por medio de la educación en el hogar,
- Se notó que los temas de “conflicto con sí mismo” (“pelea de perros en uno mismo” como fue denominado por ellos) y “el juez interno” causaron mucho impacto y resonancia en los participantes,
- Se percibió que los temas de compasión, cortesía, consideración y expresiones de afecto físico les son muy ajenos por su educación en el hogar,
- Se percibió en los participantes que se dieron cuenta que es muy malo decir a todo sí por miedo y confluir con la “autoridad” y que suelen hacerlo a menudo,

- Se pudo notar que se mostraron muy comprometidos con llevar a cabo los “experimentos” que se les dio a cada participante como tarea de desarrollo personal necesario para mejorar su calidad de percepción.

Por lo tanto se concluye que:

- el proceso de desarrollo personal fue iniciado en la mayoría de los casos con mucha motivación y compromiso de parte de los mismos,
- el proceso de percepción o darse cuenta fue establecido como tarea de mucha importancia y trascendencia en los mismos,
- se percibió que la Educación que recibieron en sus hogares fue en base a la rabia y la agresión sin tomar muchas veces en cuenta su polaridad que sería la compasión y la consideración,
- así mismo se dieron cuenta que es importante cerrar sus situaciones inconclusas con su niñez en el “aquí y ahora”, sin ser necesario tener rencor con el pasado ni con personas que los agredieron (padres ó responsables de su cuidado) sino que puedan sacar esa rabia y resentimiento reprimido en base a experimentos sugeridos y trabajo en crecimiento personal,
- se entendió que el ejercicio físico y dinámicas físicas afines son muy importantes para la salud mental de los participantes.

Así mismo se puede informar el siguiente aspecto: en la parte inaugural se recalcó el hecho de que el compromiso, la asistencia y la puntualidad resultaban necesarios para llevar a buen curso el Taller y que solo así los participantes podrían beneficiarse del inicio de un proceso de crecimiento personal y liderazgo acorde a sus edades y roles además de un “certificado de asistencia” por participante; es así que los resultados fueron los siguientes:

En la primera semana de capacitación, la respuesta fue bastante acorde a lo esperado ya que hubo una asistencia de más del 90%; aunque el aspecto de

puntualidad era necesario trabajarlo más puesto que los participantes estuvieron unos 15 minutos retrasados en general.

En la siguiente semana de capacitación, la respuesta llegó a su punto más bajo, ya que hubo una asistencia que llegó a un 80%, creciendo paulatinamente hasta llegar a la finalización del Taller que se alcanzó el 100%; aunque el aspecto de puntualidad resultó necesario trabajarlo más, el participante estuvo unos 10 minutos retrasado en promedio.

En cuanto a la participación se tuvo una grata respuesta al mostrar mucho interés y expectativa en general manifestando inquietudes y anhelos positivos que le dieron un grato ambiente al Taller.

Es importante también incluir los siguientes aspectos. Como debilidad se puede decir que se planteó mejorar la puntualidad del participante. Como aspecto positivo se destacó la gran acogida que tuvo el Taller en cuanto a la metodología empleada.

Finalmente al terminar el Taller se decidió premiar a todos los participantes por su esfuerzo, entrega y compromiso demostrados y se entregaron los certificados de asistencia.

### **Referente a los objetivos:**

Se puede concluir referente a los objetivos los siguientes aspectos:

### **En cuanto a los Objetivos específicos:**

- Respecto a Motivar a los participantes mediante teoría pertinente al tema de la Educación de la Rabia y sus consecuencias en las personas, concluimos que el objetivo fue cumplido en toda su intención ya que

todas las sesiones fueron llevadas a cabo empezando con teoría específica acorde a la situación que se tenía planeada trabajar y teniendo cuidado de cubrir todos los temas en el total de sesiones.

- Así mismo respecto a permitir el acceso a todos los participantes a las diferentes intervenciones que se den en la práctica, fue también cumplido ya que de las 59 intervenciones contabilizadas en el total de sesiones se tuvo el cuidado de hacer participar en alguna de las sesiones a todos y cada uno de los participantes del Taller.
- Finalmente respecto a valorar los resultados que se obtengan mediante experimentos sugeridos a cada participante según su resistencia percibida, fue cumplido en toda su dimensión por medio de las intervenciones donde se tuvo el cuidado de hacer participar a todos sugiriendo un experimento para poder percibir su resistencia y empezar el proceso de cierre de la situación no concluida.

### **En cuanto al Objetivo general:**

En cuanto a determinar los efectos de la Psicoterapia Gestáltica Grupal en un grupo de estudiantes universitarios de la UPEA participantes de un taller de Liderazgo Coaching es importante ubicarnos en dos momentos del proceso; primeramente en el momento inicial donde nos encontramos con un grupo de personas que no percibían su resentimiento y que este se encontraba reprimido, no tenían conocimiento teórico del fenómeno de la Educación de la Rabia ni de sus consecuencias, no percibían haber recibido una Educación en el hogar en base a la rabia y la agresión, no percibían las situaciones inconclusas y resistencias que tenían al respecto y finalmente no sabían cómo trabajarlas ó superarlas.

El siguiente momento en que nos debemos situar es al terminar el Taller donde la figura es bastante diferente porque se cuenta con un grupo con características de equipo por su cohesión y solidaridad alcanzada, así mismo en cuanto al proceso

de desarrollo personal la situación nos presenta a participantes que conocen o han oído hablar teoría sobre la Educación de la Rabia y sus consecuencias, han participado de intervenciones de sus compañeros así como de las suyas propias y en la mayoría de los casos han tenido momentos de resonancia e insights intensos y saben cómo trabajar sus resistencias y situaciones inconclusas.

Es por todo esto que se puede concluir indicando que para el caso del tema de “la educación de la Rabia” se ha podido evidenciar los efectos positivos de la Psicoterapia Gestaltica Grupal en un grupo de participantes de la UPEA, además del éxito obtenido por la metodología empleada y los resultados obtenidos.

## RECOMENDACIONES

La educación en el hogar basada en la agresión es un problema importante de salud pública, en parte por las consecuencias negativas que van más allá de la salud y la felicidad de los individuos, afectando el bienestar de la familia y a su vez de toda la comunidad.

Durante el desarrollo del presente estudio de caso se trató de evidenciar que vivir en un hogar bajo una relación de agresión afecta el sentido de autoestima de los hijos y los aleja de acciones encaminadas al fortalecimiento moral y emocional de una unión familiar.

Es en estos hogares donde se coexiste bajo un tipo de violencia definida como un intento de perpetuar una relación de desigualdad, donde existe un fuerte y un débil.

Resulta importante también señalar que en la mayoría de estos hogares se convive con aspectos psicosociales bastante negativos como ser baja valoración de sí mismos, condiciones de discriminación social altas, entre otros muchos aspectos; “los datos nos indican que a los aymaras y quechuas se los percibe como violentos (52%), con valores de baja tolerancia (45%), bajo respeto (52%), baja confianza (55%), baja colaboración (42%) y bajo aprecio (46%)”<sup>24</sup>; datos que nos explica en cierta medida el origen de la agresión en éstos hogares y tiene que ver con los cambios culturales y sociales frutos de la migración campo – ciudad.

De acuerdo a lo anterior, es que se ejemplificó el abordaje terapéutico de un estudio de caso de educación en el hogar en base a la agresión, pues se considera que si se está haciendo visible este aspecto, entonces formará una parte fundamental en la solución.

---

<sup>24</sup> Boletín Institucional de la Fundación UNIR Bolivia, *Puertas abiertas, Percepciones sobre temas clave*, Edición Especial, Año 8, Agosto de 2012.

Asi mismo es importante reflexionar que este tipo de caso se pueden repetir en distintos ámbitos y ser fácilmente generalizado puesto que la mayoría de las personas de la generación de este grupo recibieron este tipo de “Educación de la Rabia” en el hogar.

Se considera que este modelo de terapia ofrece una serie de estrategias útiles que van facilitando el camino en la co-creación de nuevas realidades para los participantes, quienes, desde nuestro punto de vista, ya saben qué hacer para solucionar las quejas que traen a la terapia grupal; lo que precisamente no saben es que ya lo saben.

La labor como terapeutas practicantes, es ayudarlos a construir por sí mismos un nuevo uso de los recursos que ya tienen.

## BIBLIOGRAFÍA

- Boletín Institucional de la Fundación UNIR Bolivia, *Puertas abiertas, Percepciones sobre temas clave*, Edición Especial, Año 8, Agosto de 2012.
- Baumgardner, P, y Perls, F. *Terapia Gestalt. Teoría y práctica. Una interpretación*, México, Árbol Ed., 1994.
- Castanedo, Celedonio. *Terapia Gestalt. Enfoque centrado en el aquí y ahora*. Ed, Herder, Barcelona, 1988.
- Erving y Miriam Polster, *Terapia Gestaltica*, Madrid España, Amorrortu Editores España SL, Diciembre 2005.
- Francisco Peñarrubia, *Terapia Gestalt: La vía del vacío fértil*, Madrid, Alianza Editorial, 2da. Edición, 2008.
- Fritz Perls, *Sueños y Existencia*, Santiago de Chile, Editorial Cuatro Vientos, 22a. Edición, 2012.
- Dr. Ph.D. Estermann, Josef, *Elaboración del plan de tesis de grado*, UASB, 2011.
- Salama, Hector, *Gestalt para todos*, Mexico DF., IMPG, 1984.
- Frederick Perls, *Yo, hambre y Agresión*, Mexico, Fondo de Cultura Económica, Diciembre 1975.
- Sophia Vinogradov e Ivin D. Yalom, *Guía Breve de Psicoterapia de Grupo*, traducción de Olga Dominguez, Barcelona España, Ediciones Paidós Ibérica, S.A., Año 2006.
- Violet Oaklander, *Ventanas a nuestros niños, terapia gestáltica para niños y adolescentes*, Santiago de Chile, Editorial Cuatro Vientos, Agosto 2004.