



## **SUPERVISIÓN PSICOTERAPIA GESTALT COMO ESTRATEGIA DE ACTUALIZACIÓN PROFESIONAL**

Martínez Hernández Grisel

### **Resumen**

La supervisión es un proceso de desarrollo profesional, en el que se promueve la capacitación y el fortalecimiento de habilidades que favorezcan el desempeño de esta labor. El presente trabajo tiene como objetivo principal promover en los psicoterapeutas Gestalt que se dedican a la consulta privada del municipio de Cuautitlán Izcalli desde la concientización y sensibilización la actualización profesional a través de la supervisión clínica sobre las tareas y habilidades del terapeuta. El modelo de intervención está conformado por un programa de 3 sesiones en las que a través de la técnica de la práctica supervisada, la observación y el modelaje se pretende recabar los datos que aporten a dicha propuesta. El enfoque de la investigación fue cualitativo con las características del trabajo documental. Como instrumentos de apoyo se sugiere utilizar el TPG (*Test de psicodiagnóstico de la Gestalt*) el cual mide la comprensión de las actitudes de las personas en el momento presente y la Ventana de Joharí para conocer la percepción de sí mismos en función de la relación con los demás. Los resultados obtenidos, serán registrados y analizados utilizando formatos de supervisión y la observación. Lo que permite concluir que la supervisión en psicoterapia, a través del modelo de intervención propuesto es una estrategia primordial en la actualización profesional para promover procesos de terapéuticos exitosos.

Palabras clave: *Supervisión, Psicoterapia Gestalt, Concientización*

## **Abstract**

Supervision is a professional development process in which training and abilities' reinforcement are promoted, in order to help its performance. This investigation's main objective is to promote that Gestalt psychotherapists who work in the private practice in Cuautitlan Izcalli get their professional updating through clinical supervision of the therapist's skills and abilities; from their consciousness and sensibility. This intervention model is formed by a 3 sessions programme in which, through the practice supervision technique, observation and modelling; it is intended to collect all the data which add to the proposal. The investigation focus was qualitative with the documental work characteristics. As support tools, it is suggestible to use GPT (Gestalt Psychodiagnostic Test) which measures people's attitudes comprehension in the present time and Johari's window to know their own perception towards the relationship with others. The obtained results will be registered and analysed using supervision and observation formats. This allows concluding that supervision in psychotherapy, through the proposed intervention model is a main strategy in the professional updating to encourage successful therapeutic processes.

*Key words: Supervision, Gestalt Psychotherapy, Awareness*

## Introducción

La formación de profesionales en temas de la salud mental ha cobrado mayor interés por parte de instituciones dedicadas a ello y de esta forma de expertos en esta línea. Desde el enfoque en psicoterapia Gestalt la supervisión es un proceso que en la actualidad se está abordando parte de los teóricos y especialistas, sin embargo las investigaciones al respecto han sido escasas, ya que para Holloway, 1995 (citado en Gentiles 2015) menciona que no existe un buen ajuste entre lo teórico y lo práctico dado que hay escaso material, es por ello que se realiza esta propuesta de intervención para generar datos que aporten y amplíen los conocimientos sobre esta temática.

Esta investigación tiene como objetivo promover en los psicoterapeutas Gestalt de consulta privada del municipio de Cuautitlán Izcalli la actualización profesional a través de la supervisión clínica de las tareas y habilidades del terapeuta que permitan atender el acompañamiento de procesos terapéuticos para un desempeño favorable. Desde esta perspectiva es que se plantea que la concientización y sensibilización de los participantes sean un elemento que favorezca en la supervisión de psicoterapeutas Gestalt la actualización profesional.

Para Lobato (2007), la supervisión es una relación cercana, donde la participación se realiza a través de encuentros asistidos por un profesor o alguien especializado en el tema con el objetivo de generar la profesionalización. Retomando esta postura y desde la visión de la psicoterapia, proceso que se define como una relación profesional de uno o varios pacientes con uno o varios especialistas, dentro de una interacción en la que vivencian el establecimiento de roles basados en el respeto con el acuerdo de atender situaciones emocionales.

En cuanto a la psicoterapia Gestalt para Perls (1979), es una terapia fenomenológica existencial con el objetivo de dialogar paciente-terapeuta para promover el darse cuenta de lo que está viviendo, aceptarse y valorarse, en el aquí y ahora desde un sentido de responsabilidad. Desde este enfoque el acompañamiento que realizan los profesionales requiere una constante mirada no solo desde la visión personal, sino también en la

práctica de los conocimientos que hacen posible esta relación terapéutica. Misma que promueve el sentido de actualidad (vivir en el aquí y ahora), el contacto con lo que sucede para generar el darse cuenta (presencia desde una actitud empatía, valores humanos) con la responsabilidad de asumir la propia vida, premisas que son base primordial de este enfoque Gestalt.

A lo largo de la formación, los profesionales adquieren conocimientos básicos a través de los cuales desarrollan destrezas y habilidades que permiten realizar la práctica que genera la experiencia en la labor de ser terapeutas, sin embargo aparecen ciertas dificultades que requieren atención. Es decir, estar al pendiente de las necesidades que surgen de acuerdo a este proceso, es una tarea constante en el psicoterapeuta Gestalt. Es un trabajo que requiere el acompañamiento de guías o profesionales expertos en el tema, esta herramienta es la supervisión.

Para Naranjo (2002) la supervisión es la construcción de un espacio de observación, cuestionamiento, descubrimiento y aprendizaje para el terapeuta sobre la teoría y la técnica de manera que los psicoterapeutas Gestalt desarrollen habilidades de actualización. Desde esta perspectiva es que la propuesta de esta investigación es que los profesionales se sensibilicen y concienticen en su labor en especial en las habilidades y tareas del terapeuta Gestalt para potencializar a la supervisión como una herramienta de actualización profesional.

Las metas de la supervisión son el crecimiento del terapeuta, así como del paciente y su protección y cuidado. Por lo que Yontef (2009), menciona que la actualización continua del profesional con este enfoque Gestalt es uno de los principales objetivos de la supervisión en todos los niveles de experiencia y competencia a los que se enfrente. La labor del psicoterapeuta Gestalt requiere de una guía para realizar objetivos acordes a las necesidades que plantean los pacientes en los procesos de acompañamiento, para ello la supervisión cumple la función de crear un espacio en el que se logre una estructura que permita dar solución a los retos que se presentan en su quehacer profesional para generar estrategias para mejorar condiciones de vida y promover el bienestar.

Dentro de este proceso una de las áreas primordiales de explorar y de atender para su concientización y de esta manera mejorar su labor, son las tareas de los terapeutas Gestalt las cuales son elementos necesarios para promover cambios ante la problemática presentada por los pacientes. Estas guías como dice Fagan (1993), son requisitos de la actividad terapéutica, los cuales incluyen el pautamiento, control, potencia, humanidad y compromiso. Estas son la base fundamental de la presente investigación, vistas desde la perspectiva de la supervisión de psicoterapeutas, ya que dentro de una sesión de terapia son elementos esenciales para promover una relación con valores humanos y actitudes que generen un encuentro favorable tanto para el paciente como para el propio terapeuta.

En la intervención propuesta se hace énfasis en promover dichas tareas para reafirmar o generar el darse cuenta en los profesionales y de esta manera se estructuren los cambios en función de una mejor atención terapéutica que le permita regular o equilibrar su experiencia, así mismo lograr que sea una estrategia de actualización profesional.

## **Método**

En el área de la Psicología, en especial desde el enfoque Gestalt que tiene como base fundamental la integración de la experiencia y el equilibrio (regulación energética) en el aquí y en el ahora con responsabilidad, ha contribuido en la formación de profesionales dedicados a la atención de situaciones emocionales. Por lo que es básico hacer énfasis en la necesidad de capacitación constante por parte de los profesionales en espacios que sean acompañados por expertos en el tema para supervisar su desempeño y así identificar sus áreas de oportunidad que permita una mejor intervención en la práctica profesional.

Por lo que se realizó una propuesta de trabajo en la que participaron un grupo de profesionales que se eligió a partir de las siguientes características: mujer o hombre con estudios concluidos de la licenciatura en Psicología, con diplomado en psicoterapia Gestalt (3 personas, máximo 5), dedicarse a acompañar procesos de crecimiento en la consulta privada, disposición a compartir algún caso de sus pacientes para realizar el

proceso de supervisión con los lineamientos sobre confidencialidad de la información, cumplir con la edad de entre 30 y 45 años y vivir en el municipio de Cuautitlán Izcalli, Estado de México. El lugar en el que se llevará a cabo es en un consultorio privado ubicado en dicha localidad.

Es así que, el método utilizado fue Documental, desde la línea de la investigación cualitativa que González (2006) menciona está orientado a la construcción de modelos para comprender los problemas estudiados desde un enfoque teórico, a partir del cual se realizó la integración de materiales para ampliar los conocimientos acerca del tema de supervisión de psicoterapeutas Gestalt.

En esta investigación se verifica la información promoviendo de manera constante la labor terapéutica de los profesionales, ya que es una tarea que requiere el acompañamiento de una guía desde el enfoque Gestalt.

Es así que se plantea la supervisión de psicoterapeutas Gestalt como un elemento de actualización, desde esta visión es que se aborda esta intervención, se diseñó para reafirmar la importancia que tiene el desarrollo de habilidades terapéuticas como herramientas necesarias de acompañamiento en un proceso de terapia. La concientización y sensibilización de los profesionales ha demostrado ser una parte esencial en el crecimiento y adquisición de conocimientos que contribuirán en una mejor intervención terapéutica. Para ello el modelo que se propone es un taller de supervisión de psicoterapeutas Gestalt para generar este espacio de crecimiento, se muestra en la figura 1.



Figura 1. Propuesta de intervención: Supervisión de Psicoterapeutas Gestalt (Martínez, 2020)

### **La supervisión Gestalt para sensibilizar y concientizar ante la actualización profesional.**

**Objetivo general:** Promover en los Psicoterapeutas Gestalt de consulta privada del Municipio de Cuautitlán Izcalli la actualización profesional a través de la supervisión clínica de las tareas del terapeuta que permitan atender el acompañamiento de procesos terapéuticos para un desempeño favorable.

**Estructura pedagógica:** Taller de Supervisión de psicoterapeutas Gestalt

**Personas a quienes se dirige la actividad:** psicoterapeutas con enfoque Gestalt

**Duración en horas:** 12 horas (3 sesiones de 4 horas cada una)

**Requisitos de ingreso:** ser psicoterapeuta hombre o mujer con estudios de diplomado en psicoterapia Gestalt (máximo 5 personas); dedicarse a acompañar procesos de crecimiento en la consulta privada; estar dispuesto a compartir algún caso de sus pacientes para realizar el proceso de supervisión con los lineamientos sobre confidencialidad de la información. Tener edad entre los 30 y 45 años; contar con

estudios concluidos de la licenciatura en Psicología; y vivir en el municipio de Cuautitlán Izcalli, Estado de México.

## **Resultados**

En esta propuesta de investigación la cual plantea, si la aplicación de un programa de supervisión de psicoterapeutas Gestalt logrará sensibilizar y concientizar sobre las áreas de oportunidad (tareas y habilidades) que permitan la actualización profesional. Por tal motivo, se realiza la búsqueda de información referente a la temática y se genera un programa que sustente este planteamiento.

La propuesta está conformada por un taller de 3 sesiones, con una duración de 4 horas cada una, en las que se distribuyen actividades en cada una de ellas para promover la sensibilización y concientización sobre la identificación de habilidades y tareas de un psicoterapeuta Gestalt que les permita mirar a los profesionales lo que necesitan afinar, reafirmar y potencializar, en función de un proceso terapéutico exitoso y de esta manera contribuir en su actualización.

Los recursos materiales para la ejecución de las mismas serán a través de la grabación de un video de una sesión terapéutica de 45 minutos, la cual se presentará con una transcripción y un formato de seguimiento de sesión para conocer el caso. Registrando la información obtenida en formatos de supervisión previamente elaborados con las características correspondientes para ello y así generar una retroalimentación que permita un aprendizaje significativo de la experiencia.

Así pues, se confirma lo que Fagan (1993) menciona sobre las tareas del terapeuta o requisitos de la actividad terapéutica (pautamiento, control, potencial, humanidad y compromiso) como elementos necesarios para promover cambios antes la problemática presentada por los pacientes. Esta propuesta hace énfasis en fomentar dichas tareas para reafirmar o generar el darse cuenta en los profesionales y de esta manera



estructurar nuevas formas de atención en función del bienestar, regulando o equilibrando la experiencia (retomando ciclo de la experiencia).

La supervisión de psicoterapeutas Gestalt es una herramienta que en la actualidad ha cobrado mayor interés por parte de los profesionales, ya que las problemáticas o los fenómenos a nivel salud mental requieren mayor atención, en especial contar con personal capacitado o preparado, no solo en teorías, sino en prácticas responsables, respetuosas y empáticas, desde valores humanos congruentes. Visión que a pesar de estar más en revisión, el material para su análisis es escaso. Por esta razón, es que los resultados que se obtengan con la aplicación de esta intervención aportarán a esta preparación y actualización profesional con información que suma a los ya descritos, para ampliar la experiencia, sobre todo que el darse cuenta promueva en los terapeutas un marco de referencia para continuar con su formación de manera saludable.

Aunado a ello, el apoyo del *Test* de Psicodiagnóstico Gestalt (TPG) descrito por Salama (2007), utilizado como evaluación *Pres-Test* y *Post-Test* será un instrumento muy valioso para lograr la validez y confiabilidad de los resultados, además de los registros obtenidos de las prácticas supervisadas en cada una de las sesiones del programa de intervención.

## **Discusión**

La actualización profesional es un elemento fundamental en el desarrollo de cualquier profesión, en especial de las que fomentan la salud y el bienestar humano. La atención de los medios que favorecen una labor enfocada en la calidad de un servicio requiere de la inversión no solo de recursos económicos, sino también del personal calificado para realizar lo correspondiente a cada situación de manera pertinente y congruente.

La revisión constante de la teoría de este enfoque de psicoterapia en combinación con la práctica (técnica) supervisada por parte de los profesionales expertos es una estrategia para construir nuevas estructuras o reafirmar las existentes, ampliando la experiencia y así crear espacios de crecimiento que favorezcan y garanticen el avance y

fluidez de las dificultades o problemáticas que afectan a las personas dentro de la sociedad, que impacte en el equilibrio y bienestar.

Una parte fundamental en un proceso terapéutico es la constante revisión del profesional que ejerce la labor, desde una mirada humana y auténtica que permita el desarrollo de la conciencia y desde este enfoque Gestalt promueva en la experiencia con los principios básicos, encuentro en el aquí y en el ahora, fomentando la responsabilidad en el proceso y el darse cuenta para generar los avances necesarios para la resolución de conflictos y la integración de la experiencia saludable.

A partir de la información generada a través de esta investigación es que se hace hincapié en que la supervisión en psicoterapia Gestalt es una estrategia de apoyo en la actualización profesional que requiere de la sensibilización como parte fundamental para la identificación de habilidades y tareas que promuevan un acompañamiento terapéutico satisfactorio. Aunado a ello, este proceso es una oportunidad para aportar en el área de la psicoterapia para continuar con la promoción de una labor integradora desde una forma creativa y respetuosa, en el que los profesionales en formación adquieran la experiencia que les permita ampliar y seguir con el desarrollo de destrezas para un desempeño exitoso.

## Referencias

- Fagan, J. (1993). *Teoría y Técnica de la Psicoterapia Gestáltica*. Buenos Aires. Amorrortu editores.
- Gary Yontef (2009). *El proceso del diálogo en psicoterapia Gestalt*. Editorial Cuatrovientos.
- Gentile, S. M. (2015). *Trabajo Final Integrador. La Supervisión Clínica en el Enfoque Gestáltico*. Universidad de Palermo, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. Buenos Aires. Pag. 1-50.
- González, R.F. (2006). *Investigación Cualitativa y subjetividad*. Guatemala: ODHAG.
- Lobato, F.C. (2007). *La Supervisión de la Práctica Profesional Socioeducativa*. *Revista de psicodidáctica*, vol. 12, núm. 1. Pp. 29-50. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea Vitoria-Gazteis, España.
- Naranjo C. (2002). *Gestalt de Vanguardia*. Argentina: Saga.
- Perls, F.S., Hefferline R.F., Goodman P., (1994). *Terapia Gestalt: Exitación y Crecimiento de la Personalidad Humana*. Madrid: Sociedad de Cultura Valle Inclán.
- Salamá, H. (2007). *Psicoterapia Gestalt. Proceso y Metodología*. 4ta. Edición, Edit. Alfaomega.