

# **Mitología personal: una contribución importante a la teoría y práctica gestáltica.**

**Selma Ciornai.**<sup>\*</sup>

**Terapeuta Gestalt brasileña**

**Fundadora del Instituto Gestalt de Sao Paulo**

## ***Resumen***

*En este trabajo se analiza cómo en gran parte la Terapia Gestalt, los terapeutas gestálticos, han desarrollado el polo individual, e individualista, en detrimento del polo social. Se subraya desde la teoría de campo la necesidad de tener en cuenta los dos polos en forma dialéctica, siguiendo el fluir del proceso figura/fondo, organismo/ambiente, individuo/sociedad. Ante esta deriva individualista de la Terapia Gestalt, se propone retomar el polo social, familiar, cultural, introduciendo el concepto de Mitología Personal, aportando la autora su experiencia personal.*

**Palabras clave:** *terapia gestalt, teoría de campo, mitología personal, razología.*

## ***Abstract***

*In this article, the way in which the Gestalt therapists and Gestalt Therapy itself, have developed their individual and individualistic pole in spite of the social pole, is analyzed. From the Field Theory, the need of bearing in mind both poles after a dialectical manner is here underlined, going on fluently with the figure/background, organism/environment and individual/society process Opposite to this Gestalt Therapy drifting, the author puts his mind on taking up again, the social, familiar and cultural pole, introducing the concept of Personal Mythology, providing own author's personal experience.*

**Key words:** *gestalt therapy, personal mythology, razologia, field theory.*

## **Introducción**

Fondo, ha sido un concepto tan amplio como indefinido la terapia gestalt, comprendiendo desde lo que nunca estuvo presente como figura de "awareness", a lo que estuvo y dejó de estar; desde dinámicas y procesos internos nunca reconocidos o poco vislumbrados, gestalts ocultas de difícil acceso, a contenidos más fáciles e inmediatos.

Las relaciones entre procesos y dinámicas del individuo con factores familiares, transgeneracionales y socio-culturales que hablan respecto de él, así como con los

macrosistemas y superestructuras con las cuales convivimos, a pesar de estar implícitos en la estructura teórica de la gestalt, han recibido poca atención por parte de los gestaltistas de manera sistemática.

Para situarnos, veamos que dicen al respecto, algunos de los textos principales de Perls y los que escribiera con Hefferline y Goodman.

La visión sistémica del individuo, como parte integrante del sistema individuo-medio, formando una gestalt única e indivisible, forma parte de la estructura teórica más básica de la terapia gestalt, definiéndose como "la interacción dialéctica de las interferencias reciprocas entre ambos" (Perls, Hefferline & Goodman, 1951). Esta concepción proviene de la Psicología de la Gestalt y de la teoría de campo de Lewin, cuya forma sistémica de pensar esta en la base de la formulación de Perls.

En el libro *"Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana"*, Perls, Hefferline y Goodman, escriben: " apenas el intercambio organismo-medio constituye la situación psicológica", que no puede ser concebida tomando a cualquiera de ellos en forma aislada (idem, p. 19). Y siguen: "Llamemos a esta interacción organismo-medio de *campo-organismo-medio en función*. Y recordemos que no importa como teorizamos sobre impulsos, "drives", etc. es siempre a este campo interaccional al que nos estamos refiriendo y no a un ser aislado" (idem, p. 259). "La experiencia ocurre en la frontera organismo-medio, y es en la frontera de contacto que los eventos psicológicos ocurren (...). Nuestro abordaje, que considera al ser humano como simultáneamente y por naturaleza un individuo y un miembro del grupo social, nos dan una base operacional más amplia". (Perls 1973)

La dinámica de las transacciones organismo-medio, uno de los conceptos más importantes de la Terapia Gestalt, es descrita como un proceso continuo de surgimiento de figuras motivacionales que movilizan el organismo como un todo en su percepción, orientación, acción y contacto:

"Contacto implica atracción y rechazo, aproximación y distanciamiento. Sentir, evaluar, discernir, comunicar, luchar, detestar y amar" (Tellegen, 1984). La noción de contacto entendida como base relacional fundamental como yo-otro, sujeto-objeto, interno-externo, constituye la base del abordaje gestáltico y es el corazón de su metodología" (Yontef, 1981).

A pesar de que la Terapia Gestalt enfatiza en su teoría que el individuo tiene siempre que ser comprendido como parte del sistema organismo-medio, de donde emergen figuras motivacionales, emocionales, comportamentales, perceptuales, etc., como parte de su proceso interaccional con el medio, todavía la noción de "fondo" de donde tales figuras emergen y se destacan, ha sido poco abordado en la literatura gestáltica, y en verdad,

revisando la literatura tanto clásica como actual del abordaje, he encontrado pocos textos donde esta preocupación sea evidente.

En un movimiento de deseo y necesidad de una mejor comprensión de la intimidad del universo, tan delicado, de los procesos y de las dinámicas de cada uno, de poder comprender formas, modos, patrones de relación y del existir humano y de como se van configurando estos estilos, como se van constelando como elementos de una estructura compleja que en general se queda como paño de fondo, mi atención se volvió para las estructuras mas amplias a que el individuo pertenece: familia, étnica, cultura y medio social.

La Terapia Gestalt tiene como presuposición básica la visión del individuo como un ser en relación, afirmando la indivisibilidad del campo organismo-medio, donde ambas partes del sistema crecen y se desenvuelven en una perenne relación de intercambio dialéctico. Esta unidad figura-fondo, organismo-medio, que teóricamente engloba todo lo que existe en el universo, ha sido reducida en la practica del trabajo terapéutico a los procesos intrapsíquicos de cada uno, o a las relaciones entre el individuo y sus otros significantes.

Por suerte, recientemente este aspecto "relacional" intrínseco a la Terapia Gestalt, ha recibido más atención de algunos autores y psicoterapeutas, siendo esta corriente denominada de "abordaje dialógico", pues tiene en M. Buber su autor inspirador. Yontef (1981), Jacobs (1990) y Hycner (1990,1991), son autores que se han destacado dentro de esta corriente.

Existen pocos trabajos sobre la Terapia Gestáltica con familias y la aplicación de la Terapia Gestalt en trabajos comunitarios. En el trabajo "El implícito y el explícito en la Terapia Gestalt" Pavani (1989) cuestiona la diferencia entre lo "dicho" en la Terapia Gestalt (una postura sin preconceptos, sin a-prioris, fenomenológica) y las comprensiones que de hecho tanto el terapeuta como el cliente tienen de la vida y de las situaciones existenciales vividas. Definiendo imaginario social como todo lo que establece criterios, modelos o estructuras básicas en términos de la localización del individuo en el mundo, da como ejemplo a la familia, preguntándose cual es la que tenemos en nuestra cabeza, a partir de la cual hacemos lecturas de nuestras vidas y de los clientes. Señala que todos los trabajos de Freud y de Jung presuponen una visión de la familia cargada de presuposiciones ideológicas de la familia burguesa del siglo XX, que se diferencia por ejemplo de la familia de la época monárquica en términos de sexualidad, fidelidad, relación con los hijos, casamiento, etc. En este modelo, el padre es una figura central de poder, proveedor económico, y de los principios morales debiendo por tanto ser íntegro, firme, con autoridad, etc. La madre, como figura central de afecto, es la que se sacrifica, la tierna, la que cuida de

los asuntos de la casa; en cuanto los hijos deben ser inteligentes, bonitos y esperarse de ellos que intenten progresar para corresponder al deseo de superación social de la familia.

Así, tenemos todos una "familia ideal" en la cabeza, y cualquier desvío presupone inadecuación, error y conflicto. Pavani defiende la necesidad de tornar explícito el implícito, y de tornar este implícito "figura", para que podamos darnos cuenta del imaginario social que queriendo o no, nos influencia, para que con awareness, podamos redimensionarlo.

Ya Raymond Saner (1989), terapeuta Gestáltico europeo, consultor de la ONU para Asia, Africa y otros países, en un brillante trabajo titulado "*Cultural Bias of Gestalt Therapy: Made-in-the-USA*", escribe sobre su preocupación por el énfasis de la Terapia Gestáltica desarrollada en los Estados Unidos, puesto en valores y comportamientos individualistas, diciendo que a pesar de que la Terapia Gestalt postula que la energía para la formación de la figura viene de ambos polos organismo-medio, aplicado al setting terapéutico se habla mas de la fenomenología o de la patología del paciente que de una fenomenológica interaccional que refleje la situación existencial diádica de formación del "nosotros".

Describe también que a pesar de que la Terapia Gestáltica enfoca procesos de formación figura-fondo, el trabajo de Kurt Lewin, que enfoca justamente la percepción de campos y gestalt sociales, no es muy considerado.

Elaine Kepner, en su histórico artículo, "Proceso de grupo gestáltico" (1980) escribe que a pesar de que tanto Fritz Perls como Kurt Lewin han desarrollado mas o menos al mismo tiempo sus teorías, estas hacen *de hecho* poco contacto. Tal vez, dice ella, porque Lewin estaba mas interesado en el campo organizacional: grupos "T", etc., en tanto que Perls estaba mas interesado en el ámbito de la psicoterapia.

En la misma dirección, Yontef (1981) escribe lo siguiente:

"La teoría de campo es el aspecto mas inadecuadamente discutido en la Terapia Gestáltica (...) es una contribución de la Psicología Gestalt a la Terapia Gestalt. Todavía en términos de practica clínica, parece ser, entre los principios fundamentales básicos, el mas fácil que un terapeuta desconozca o ignore."

Es por eso que me parece justificado poner llamar la atención de los terapeutas tanto clínicos como comunitarios, sobre la influencia de los factores transgeneracionales, socio-culturales y étnicos en la constitución de la personalidad humana i.e., del "self" de cada individuo, como una extensión natural de la teoría de campo y de la concepción de sistema organismo-medio en la Terapia Gestáltica.

Porque el papel de las psicoterapias ha sido muchas veces el de desarrollar una comprensión de que conflictos, sufrimientos, etc. tienen sus orígenes solamente en la

existencia privada, siendo una problemática apenas individual, del sujeto y de la familia. "La no contextualización o consideración de cuestiones culturales y socio-políticas, impide que se conceptúe claramente qué hombre y qué mundo se toma como referencia cuando se habla de individualización, bienestar, salud, enfermedad, ayuda y cura" (Pavani 1989), incurriendo en el peligro de, a veces, sobrecargar al individuo y su mundo interno como factores determinantes de situaciones o conflictos que lo sobrepasan. "Buscando esclarecer y justificar la existencia individual, las psicoterapias en general tienden muchas veces a hiper valorar disturbios y desajustes particulares o a promover y valorar las búsquedas individuales que acaban por oponerse al bienestar, a la felicidad, a la convivencia y a la interacción con los otros" (Pavani 1989).

Mi historia personal, así como mi "background" en sociología, me llevaron a interesarme en estos aspectos que trascienden la singularidad de cada individuo. Proveniente de un país con tantas turbulencias políticas y económicas que afectan directamente a los ciudadanos (como la dictadura de los años 60 y 70, la confiscación de las economías privadas en el inicio del gobierno Collor y la gran crisis económica, para dar algunos ejemplos), y habiendo vivido en varios países y convivido con distintos valores y culturas, he sentido una gran necesidad de comprender los procesos solitarios y a veces dolorosos de llegar y tener que aprender a percibir, a dar sentido a las reglas sociales implícitas, a los valores no nombrados pero existentes en una sociedad. He tenido por lo tanto, que afilar mis antenas para estos aspectos, por una necesidad humana de pertenencia, inclusión, cambio, confirmación y convivencia.

Esta introducción configura mis preocupaciones e insatisfacciones con algunos aspectos de la teoría y práctica de la Terapia Gestáltica, pues como consecuencia de la falta de una mayor atención a ellos en la teoría, se han dejado de lado también experimentos que instrumentalicen un acceso a estos contenidos. Quiero hablarles ahora del trabajo de David Feinstein y Stanley Krippner, "Mitología Personal", que me parece ser esta una contribución potencial a la Terapia Gestáltica, tanto del punto de vista teórico como instrumental pues puede vincular de forma consistente y articulada dimensiones y valores socio-culturales, históricos, familiares, y transgeneracionales, con las nociones de elecciones y movimientos personales tan centrales a nuestra fundamentación filosófica.

Quiero antes de esto, llamarles la atención hacia el hecho que en la Terapia Gestáltica se pregunta con frecuencia: "*Que sensación está presente?*", "*Que sientes?*", "*Que experimentas?*", "*Con qué estás en contacto ?*", pero muy poco "*En qué crees?*"

De la misma forma se trabaja con el "continuo de awareness", con el contacto y las percepciones, con la calidad del contacto aquí y ahora, pero muy poco con la dimensión

histórica del individuo, a pesar de que está claro para cualquier gestaltista, que cuando se habla del aquí y ahora se refiere también al pasado tal cual esta presente en el ahora. En ese sentido, el libro de Erwin Polster (1987) “La vida de cada persona vale una novela”, y su artículo “Aprisionados en el presente” (1985) publicado en el Gestalt Journal, son por sus propios títulos ya bastante elocuentes en el señalamiento de esta laguna de nuestro “abordaje”.

### **Mitología personal**

“Mitos en el sentido aquí empleado, no son, como el sentido común que la palabra indica, falsedades o leyendas, sino modos como individuos o grupos codifican y organizan sus vidas internas” (Feinstein & Krippner, 1992). “Son creencias profundas y reglas tácticas que guían nuestras vidas, organizadas alrededor de temas centrales con el objetivo de explicar al mundo, dirigir el desarrollo personal, proveer orientación social y reconocer necesidades espirituales” (Idem, p.20). Sirven para inspirar, generar convicciones, orientar acciones y elecciones y unificar a la persona o el grupo (en el caso de mitos colectivos).

“En las sociedades primitivas, el individuo no existía como una entidad aparte. Los mitos eran culturales apenas, y no personales (...) pero a lo largo del tiempo las sociedades fueron tornándose demasiado complejas para que una visión uniforme del mundo fuese aceptada por todos sus miembros (...). Las personas son expuestas en las civilizaciones contemporáneas, a una infinidad de mensajes e informaciones a veces conflictivas; a una infinidad de mitos y fragmentos de mitos, que hacen con toda probabilidad que las actitudes y valores de una persona difiera de las de sus vecinos de una forma, que sería inconcebible en culturas tribales (Krippner, 1989, p.26) .

“Crecer dejó de ser una cuestión de seguir los pasos firmes de los ancestros que a lo largo de varias generaciones tenían el mismo ramo de negocios, mantenían las mismas convicciones religiosas y consideraban el papel del hombre y de la mujer estipulados por la tradición como parte integrante del orden natural .Los mitos personales funcionan por lo tanto para el individuo de manera análoga a que los mitos culturales funcionan para los grupos sociales: “interpretan el pasado, explican el presente y orientan el futuro” (Feinstein & Krippner, 1992), ayudando al individuo a pasar por las crisis de su vida, y al igual que nuestras psiques todavía están tratando con los mismos temas considerados por los mitos antiguos (amor, relaciones interpersonales, vida, muerte, etc.), estos fueron creados en tiempos, contextos y a través de vivencias distintas a las antiguas.

Mitología personal va a ser entonces la constelación, el conjunto de mitos personales que organizan el sentido individual de la realidad y orientan el comportamiento, y dicen respecto “a cuestiones de identidad (quien soy), que dirección (para donde voy), y

que objetivo (para que voy), dando significado a la existencia del individuo en el mundo” (idem, p.22).

Típicamente, los mitos operan fuera de “awareness”, esto es, inconscientemente, son, como se dice en la Terapia Gestáltica, gestalts ocultas de difícil acceso.

Términos semejantes encontrados en la literatura tanto psicológica como sociológica, son “scripts”, creencias, actitudes, constructos, etc. pero estos términos no abarcan del todo las dimensiones no conscientes y arquetípicas que la palabra mito abarca.

Escriben Feinstein y Krippner:

“La orientación silenciosa de su mitología personal, confiere significado a toda situación con la cual usted se enfrente y determina su actitud en relación a ella. Su mitología personal actúa como una lente que colorea sus percepciones siguiendo valores y suposiciones, resaltando ciertas posibilidades y oscureciendo otras” (idem, p.15).

Cada uno de nosotros vive por lo tanto, dramas internos cuyos enredos interpretamos en el mundo y al igual que los temas de estas mitologías se encuentren habitualmente fuera de nuestra percepción; de cierto modo creamos las escenas y los personajes que permiten que nuestras historias se desarrollen.

“Pero la mitología o el comportamiento de una persona no pueden existir aislados de su contexto socio-cultural y político. Muchas personas se ven presas de circunstancias tan aplastantes que se tornan ciegas a cualquier mitología que no sea la que domine la situación. Continúan con su matrimonio infeliz, con su trabajo insatisfactorio o con su papel social opresivo porque las condiciones sociales les impiden concebir otras opciones y mucho menos progresar en dirección a ellas” (idem, p.43).

“Los mitos personales están también cargados de las esperanzas y de las desilusiones de las generaciones anteriores (...) Los mitos familiares evolucionan conforme pasados de una generación a otra y el desarrollo de la mitología personal de un individuo debe ser considerado tomando como paño de fondo la mitología familiar, o sea, como se comprendían las situaciones vividas, que se valorizaba, que se temía, en que se confiaba, etc. (idem, p. 29 ,30). Gilberto Velho (1987), antropólogo brasileño, nos habla de como los grupos de pertenencia determinan valores, de como son la referencia-patrón de las personas y de como estos dejan siempre una marca. De la misma manera que el individuo va ampliando sus referencias, hay siempre una referencia cultural que lo influencia, aunque esto sea aquello contra lo que el individuo se va a colocar.

Las personas reciben por lo tanto, influencias de su familia, de su ambiente social, del periodo en que viven, y los procesan, los filtran de modos también particulares e individuales. Como ya he dicho antes, cada persona tiene algo de común y algo únicamente suyo, su singularidad. Esto es facilitado por la actual noción de individualidad que, tal

como concebimos hoy, es relativamente nueva en cuanto concepto en relación a otros tiempos de la historia (Augusto, 1990).

Pero, en la medida que nuevas experiencias se suman a lo largo de la vida, los sistemas en que estamos insertados se van transformando, nuestra comprensión del mundo va siendo revisada y reformulada, y nuestras mitologías internas se van tornando complementarias o conflictivas; una de las cualidades de la mitología personal está en su capacidad de cambio, evolución y transformación. Nuestras mitologías son constantemente desafiadas a incorporar informaciones que contradicen sus premisas, a adaptarse a nuevas circunstancias y a desarrollarse en la medida que acumulan nuevos conocimientos. (Feinstein & Krippner, 1989, p.31).

Cuando las personas encuentran informaciones o viven experiencias que no son consistentes con sus estructuras míticas, generalmente las niegan o distorsionan sus percepciones, en un mecanismo semejante al que Piaget denominó asimilación; o modifican sus esquemas internos, transformando sus mitologías, para acomodarse y armonizarse con las nuevas informaciones y experiencias. Feinstein y Krippner señalan que estructuras míticas alternativas están continuamente siendo formuladas a pesar de que, mitos que prevalecieron durante mucho tiempo pueden ser difíciles de alterar. Conceptualizan “contramito” como la estructura que se opone al mito prevaleciente y que generalmente emerge para apoyar aspectos de la personalidad que no fueron adecuadamente desarrollados por el mito antiguo, pero que presionan por expresarse.

La personalidad se desarrolla entonces a través de un proceso de enfrentamiento dialéctico entre la continuidad con el pasado y el involucramiento con necesidades, experiencias y posibilidades nuevas y emergentes. Así, a un mito dominante, eventualmente se opone un contramito emergente, y de esta “batalla” dialéctica surge un nuevo mito, el cual idealmente incluye las partes mas funcionales para el individuo de las dos partes previas. Idealmente porque muchas veces las personas conservan, sin darse cuenta, mitos orientadores que les son absolutamente disfuncionales en la vida. Esto naturalmente es muy semejante al concepto de trabajo con polaridades y pensamiento diferencial en la Terapia Gestalt.

### **Mitología personal y psicoterapia**

Comprendiendo lo que gobierna los mitos latentes, el individuo se torna menos limitado por mitologías originadas en su infancia, cultura, etc. y puede empezar a modificar patrones de vida que antes le parecían pre-determinados e incontestables, pues la conciencia de las posibilidades de elección aumentan cuando se reconoce que los patrones indeseables de la vida son mantenidos por mitos no cuestionados.



Las personas son sensibles a conflictos culturales subyacentes y es función de los que las ayudan sintonizarse con el nivel mítico de sus sufrimientos individuales. La mujer que esta en conflicto entre el deseo de expresar su individualidad en una carrera y las exigencias que experimenta como esposa y madre, refleja una batalla que esta siendo desarrollada en la mitología de la cultura actual y que empezó en los años 50 y 60. En este tiempo, muchos terapeutas trabajaban con el sentido de suprimir todo un descontento femenino que acabó transformándose en un conflicto mítico hasta hoy central en el escenario contemporáneo .

“Cuando las personas identifican y eficazmente elaboran sus mitos personales, se tornan capaces de encontrar soluciones personalmente relevantes para conflictos culturales mas amplios en el microcosmos de sus vidas” (p.138).

Feinstein y Krippner señalan 5 etapas para reconocer y elaborar mitos personales:

Identificar áreas de conflicto en la mitología personal, o sea, áreas en que el mito personal no funciona adecuadamente.

Enfocar y examinar el mito prevaleciente y el contramito.

Desarrollar un diálogo interno entre el mito prevaleciente y el contramito, iniciando así, un proceso de interacción dialéctica entre estas dos polaridades.

Llegar a una resolución mítica, escogiendo un nuevo mito que guíe. Aplicar, bordar en su vida este nuevo mito, anclándolo en sus vivencias.

Para esto, desarrollan experimentos, que incluyen trabajos con sueños, visualizaciones, trabajo con técnicas corporales y gestálticas. Yo personalmente he encontrado en los recursos artísticos y expresivos, un camino bastante efectivo de trabajar con este material, pues el lenguaje de los mitos es muy semejante en su complejidad y simbolismo a los lenguajes expresivos.

Así, poder ayudar a una persona a identificar mitos personales obsoletos o improductivos actuando en su vida y en larga medida fuera de “awareness” y ayudarle a volverlos a ver y a comenzar a experimentar formas alternativas de encontrar más satisfacción y armonía en su vida; ayudarla en el proceso de encontrar los contramitos y en el proceso dialéctico de resolución de los conflictos míticos; aumentar sus percepciones interiores y posibilitar la tomada de decisiones con mayor información psicológica, me parecen ser no solo los objetivos de una psicoterapia que tenga en consideración mitologías individuales y colectivas, como también, de una psicoterapia que facilite una mayor comprensión del fondo y de las gestalts ocultas que en él se insertan, como las mitologías familiares, étnicas, socio-culturales y políticas que envuelven al individuo, posibilitando así, una participación más consciente y eficaz en sus evoluciones.

Quiero resaltar que no se trata aquí de defender que el trabajo con mitos personales es la solución para todos los problemas. Simplemente estoy resaltando la importancia de esta comprensión en la formación y la práctica del psicoterapeuta en el sentido de ser un camino para llenar las lagunas que he observado previamente en este trabajo, por ejemplo la necesidad de una consideración de hecho más amplia y cuidadosa sobre la diversidad de factores que están envueltos en el campo.

Para concluir, me gustaría dar como ejemplo un trabajo con el cual tuve contacto cuando trabajé en la “Clínica de la Raza” en Oakland, California, en el periodo del 70 al 82, refiriéndome aquí a la “Razología”, orientación filosófica de los distintos equipos que trabajaban en el conjunto de servicios sociales ofrecidos a la población latina de esta región, entre las cuales habían servicios de salud mental. Esta clínica fue una de las primeras clínicas latinas de salud mental en los EEUU. Fue el resultado de un trabajo iniciado por estudiantes chicanos de la Universidad de Berkeley que ayudaban a las poblaciones latinas pobres a organizar servicios de asistencia social y de salud, percibiendo las limitaciones de los abordajes tradicionales de psicología estudiadas en la Universidad, tales como la restricción a los ambientes formales de los consultorios y la orientación no directiva de reflejar y esclarecer apenas el material traído por los clientes. Estos estudiantes iniciaron un proyecto más activo, como visitas a residencias, intervenciones al nivel comunitario, etc. La orientación filosófica a este trabajo fue desarrollada por Roberto Vargas y Francisco Hernández, y titulada “Razología”, que se define como “un proceso de conocimiento a través de sus propias experiencias” (Vargas, 1979). Su proposición básica es que todos los servicios de salud mental deben ser orientados en el sentido de mejorar la salud del “self”, de la familia, y de sus comunidades, y por esto se llama “Progente”, esto es, “salud mental en pro de las necesidades de la gente” (1981).

Cito aquí la Razología porque me parece que uno de los conceptos principales, el “No”, es un concepto que señala hacia la clarificación de la mitología personal y comunal de la población inmigrante latina en los EEUU, y podríamos decir, de las poblaciones oprimidas en general.

De acuerdo con Vargas y Hernández, el “No” es un instrumento conceptual para comprender la dinámica de como la opresión y la discriminación actúan en el sentido de instalar una actitud de retractamiento en el sentimiento interno del poder personal y colectivo. Esta actitud de restricción es experimentada por el individuo como “No Puedo” hacer lo que las otras personas hacen; “No quiero” (a mi familia, mi cultura); “No Tengo” (los atributos necesarios para vencer en la vida); “No Soy” (de acá como los otros); y “No Sé”(lo que las otras personas saben). De esta manera, el “No Puedo” individual se torna el

“No Podemos” colectivo, en la medida que la sensación personal de devaluación generalizada para el grupo (1979, 1981).

Así, dada esta comprensión de la dinámica de opresión de la población inmigrante, Vargas establece como principio básico de la orientación clínica “progente”, la exploración, reflexión y liberación del “No” internalizado, en una percepción personal y del mundo de “Sí Puedo” y “Sí Podemos”, para lo que, valores tradicionales de la cultura latina como “confianza” y “familia” tienen que ser experimentados y repositados en contexto terapéutico. Lo que para mí es claramente un trabajo con las mitologías internalizadas y frecuentemente fuera de “awareness” de esta población (Ciornai, 1983, p.63-76).

Les podría dar muchos otros ejemplos; he coordinado “workshops” en distintas regiones de Brasil con grupos con características culturales específicas, así como con grupo de mujeres en la madurez (45-60 años), y he percibido como mitos provenientes de la persona de cada grupo, acaban asumiendo dimensiones de temáticas y emergentes grupales, trascendiendo el nivel individual y caracterizándose como mitos colectivos. También he verificado tanto en mi práctica clínica como en estos “workshops”, que la utilización de este instrumento conceptual ha facilitado percepciones y reconfiguraciones profundamente significativas para las personas.

No hago acá una panacea de este marco referencial pero me parece que frente a las actuales búsquedas de ampliación y reformulación de aspectos tanto de la teoría como de la práctica de la Terapia Gestáltica, la utilización del concepto de “mitología personal” puede traernos contribuciones importantes que abran caminos para un trabajo terapéutico efectivamente holístico y sistémico, que considere la complejidad de los individuos y los grupos con que trabajamos

### **Referencias Bibliográficas:**

- Augusto, M. H. *O Indivíduo Na Teoria Social e Na Literatura: O Momento Contemporâneo*. Seminario Relaciones entre Historia y Literatura, Madrid, 1990.
- Ciornai, S. *Art Therapy with Working Class Latin Women*. The Arts in Psychotherapy, Vol. 10. n°. 2, pag. 63-76.
- Feinstein, D. y Krippner, S. *Mythmaking and Human Development*. Journal of Humanistic Psychology, Vol. 28, n°. 3, Summer 1988, pag. 31
- Feinstein, D. y Krippner, S. *Personal Myth: In the Family Way*. The Haworth Press. Inc. 1989, pag. 138.
- Feinstein, D. y Krippner, S. Mitologia Pessoal. São Paulo. Cultrix. 1992 pg 16.
- Hycner, R. A. *The I-Thou relationship in Gestalt Therapy*. The Gestalt Journal Vol XIII, n° 1, Spring 1990.
- Hycner, R. A. Between Person and Person: Towards a Dialogical Psychotherapy. New York, The Gestalt Journal Press, 1991

Jacobs, L. *Dialogue in Gestalt Theory and Therapy*. The Gestalt Journal, Vol XIII, nº 1, Spring 1990.

Kepner, R. *Gestalt Group Process*. Beyond the Hot Seat: Gestalt Approaches to Group, cap.1 Feder, B. y Ronall, R (ed), Brunner/Mazel. 1980.

Krippner, S. *Dreams and the Development of a Personal Mythology* The Journal of Mind and Behavior, Vol 7 nº. 2 y 3. Spring and Summer 1986, pag. 452

Krippner, S. *Xamanismo, Mitologia Pessoal e Mudança de Comportamento*. Sao Paulo. Revista Thot nº 52, 1989, pg. 26. Associação Palas Atenas, SP.

Pavani, K.M. *O implícito e o explícito na práxis do Gestalt terapeuta: Contribuições sociais para uma visão holística*. Revista de Gestalt, ano 1, nº 2, Deptº de Gestalt Terapia, Instituto Sedes Sapientiae, SP, Brasil .

Perls, F. S. The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy. Science and Behavior Books Inc; 1973, pg. 16 y 52.

Perls, F.D; Hefferline, R.F. & Goodman, P. Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality. New York, Dell Publishing Co., 1951, p. 228.

Polster, E. *Imprisoned in the Present*. The Gestalt Journal. Vol VIII. N. 1 Spring 1985.

Polster, E. Every Person's life is Worth a Novel. New York W.W. Norton & Co., 1987

Saner, R. *Cultural Bias of Gestalt Therapy: Made-in-the-USA*. The Gestalt Journal, Vol XII, nº 2, Fall 1989

Tellegen, T. A. Gestalt e Grupos: Uma Perspectiva Sistêmica. São Paulo, Summus Editorial, 1984, pg. 49.

Vargas, R. *Liberacion Comunal: An Ideology for Promoting the Health of Nuestra Raza*. Oakland, California. Razagente Associates. First Annual California Raza Health Planning Conference, 1979.

Vargas, R. *Progente Mental Health of and for the People*. Berkeley, University of California. 1981.Mimeo

Velho, G. Individualismo e Cultura. Rio de Janeiro, Zahar Editora, 1987.

Yontef, G. *Gestalt Therapy: A Dialogic Method*. In Schneider K. (ed) Gestalt Therapie uns Neurose. Munchen, Pfeiffer Verlag, 1981.

---

\* Para contactar con la autora: [sciornai@terra.com.br](mailto:sciornai@terra.com.br)