

TERAPIA GESTALT CON ALGUIEN DE OTRA CULTURA LINGÜÍSTICA

Alain DURAND

**Según la tesina de presentada en las
XXIII Jornadas Nacionales de la A.E.T.G.
Valencia - Mayo de 2010**

**Dirigida por Olga de Miguel Salazar
del Equipo Centro de Madrid.**

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	p. 3
---------------------	-------------

PRIMERA PARTE SESIONES DE GESTALT Y LENGUA EXTRANJERA

I.1. La Gestalt nace en lengua extranjera	p. 7
I.2. ¿Qué nivel de lengua para una sesión de Gestalt?	p. 9
I. 2.1. El Marco europeo común de referencia para las lenguas	p. 9
I.2.2. ¿Qué se dice durante una sesión de terapia Gestalt? Primeras reflexiones sobre los niveles de lengua necesarios.	p. 11
I.2.3. Aplicación general de los niveles del <i>Marco</i> a la terapia Gestalt	p. 16
I.3. La lengua aprendida de adulto	p. 17
I.4. Usar la lengua asociada a la experiencia vivida	p. 20
I.5. Una lengua sin memoria	p. 21
I.6. Usar la lengua materna durante las sesiones	p. 22
I.7. La pérdida de lo “indecible”	p. 24
I.8. Una lengua con menos zona intermedia	p. 25

SEGUNDA PARTE LAS DIFERENCIAS CULTURALES EN LAS SESIONES DE TERAPIA GESTALT

II.1. El carácter inconsciente de la cultura	p. 27
II.2. Ejemplos de algunos comportamientos que difieren de una cultura a otra	p. 32
Signos gestuales	p. 32
Actitudes	p. 34
El sentido del tiempo	p. 35
El sentido del espacio	p. 36
Relaciones sociales	p. 36
Culturas próximas y lejanas	p. 38
II.3. Pistas para una atención intercultural	p. 39
Propuestas de Miquel Rodrigo para mejorar las relaciones interculturales	p. 40
Universalismo	p. 44
Inconsciente colectivo de Jung	p. 45
II.4. Distintos casos a tomar en consideración en cuanto a la relación del paciente con su propia cultura y la del país de su terapeuta.	p. 46
II.5. Trabajar con alguien de otra cultura favorece la lucha contra la rigidez	p. 51
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	p. 54

INTRODUCCIÓN

Este texto propuesto en Gestalt.net esta extraído de la tesina que presenté en mayo 2010 en Valencia en el marco de la Jornadas Nacionales de la AETG. Este trabajo constaba de una larga primera parte, de unas cien páginas, donde estudiaba el espacio ocupado por lo verbal en las sesiones de terapia Gestalt. Esta primera parte está publicada por Gestalt.net, en su casi integralidad, en otro documento titulado *Reflexiones sobre el espacio de lo verbal en las sesiones de terapia Gestalt*. En estas páginas además de determinar lo que está en juego a través de la palabra durante la terapia, establecía paralelos con la PNL, el psicoanálisis lacaniano, el cognitivismo, y desarrollaba una reflexión filosófica sobre la posibilidad de considerar el habla como un sentido más, como lo pueden ser el gusto, la vista, el oído, el tacto o el olfato. También intentaba describir los distintos tipos de intervenciones verbales que tienen lugar durante las sesiones. En efecto, me parecía importante establecer una lista de los actos de habla¹ que aparecen durante las sesiones para en particular determinar qué nivel de lengua necesita tener un paciente para poder aprovechar la terapia. Retomaré de forma sintética lo esencial de esta reflexión en las páginas que tratarán del nivel de lengua necesario para que un paciente pueda sentirse cómodo durante una sesión (en el apartado I.2.2).

Mi tesina nació de mi experiencia. Yo, nacido en Francia de padres franceses, hice mi terapia Gestalt exclusivamente en España y con terapeutas españoles durante varios años. Tuve la vivencia de llevar todas las sesiones en una lengua que no era mi lengua materna y con un interlocutor que no era de mi país de origen. Hoy día soy terapeuta gestáltico y mis pacientes son en su mayoría españoles, y experimento una diferencia cultural con ellos a pesar de llevar ya casi veinte años en Madrid. También tengo pacientes de otros países, entre ellos uno de Gran Bretaña y otro de Columbia, lo que introduce en el seno de las sesiones elementos culturales que no reconozco como míos, y, en estos casos concretos, mi larga estancia en España *a priori* no sirve para abordar elementos específicos, puesto que se trata de unas culturas que desconozco casi por completo.

¹ En la pragmática, disciplina perteneciendo a la filosofía del lenguaje, los “actos de habla” son los tipos de intervenciones que uno usa en situaciones determinadas. Por ejemplo, ¿qué formulas uso cuando me presento a personas desconocidas? ¿cómo construyo mi discurso si quiero pedir disculpas? ¿cómo se desarrolla un intercambio en un comercio?, etc.

Estas situaciones, donde el terapeuta y el paciente no comparten la misma cultura, y donde las lenguas maternas de los dos también pueden diferir, son cada vez más frecuentes. La inmigración por razones económicas –sobre todo hacia el mundo occidental donde se concentran las mayores riquezas-, la mundialización, la movilidad laboral fomentada por las multinacionales y las leyes del mercado, la libertad de movimientos de los ciudadanos comunitarios en Europa, son fenómenos que fomentan la instalación de personas en países extranjeros. Nociones tan de actualidad como el multiculturalismo o el pluriculturalismo son representativas de esta realidad. De modo que los terapeutas Gestalt, como el resto de los profesionales, ven crecer en su clientela el número de inmigrantes. Esta tesina intenta dar unas pistas para ser consciente de ciertas características a tomar en cuenta durante las sesiones con personas de otra cultura, y en particular con pacientes educados en una lengua materna distinta a la del terapeuta.

Esta misma tesina no escapa a fenómenos culturales. Está escrita por un francés en España: un individuo, yo, fruto de una cierta educación familiar, de una cierta cultura nacional y de una cierta formación académica. Seguro que mi manera de abordar a veces algunos temas podrá extrañar a los lectores españoles que habrán disfrutado de otra educación y de otra formación. Por ejemplo, la voluntad de redactar gran parte de esta tesina desde cuestionamientos (por ejemplo ¿Qué lugar ocupa lo verbal en las sesiones?, ¿Se puede prescindir de la palabra?, ¿No hablar en lengua materna es un freno o una ventaja?, etc.), y no sólo desde una descripción de las informaciones recopilados a través de lecturas o experiencias, es representativo de la manera de plantear toda exposición en Francia. El tono polémico, que quizás de vez en cuando se podrá percibir, participa también de esta cultura académica francesa. Por fin, la obsesión por las referencias bibliográficas exactas, con un elevado número de notas a pie de página, pertenece a una cultura universitaria –no exclusiva de Francia- que pretende así dar una garantía científica al conjunto del ensayo. Y no hablamos de mi expresión en castellano, algo rígida, limitada por mis conocimientos de este idioma: creo tener un buen dominio del español, pero nunca tendré en este idioma la flexibilidad que me ofrece el francés.

En 2008, se presentó una tesina en las jornadas nacionales de la AETG sobre la comunicación dentro de las sesiones de terapia Gestalt. Esta tesina, *La Comunicación*

*en terapia Gestalt*²: interesante y muy completa englobaba cuestiones sobre las intervenciones verbales, sin embargo la focalización general de este trabajo iba más bien a la interrelación entre paciente y terapeuta y no describía de manera sistemática las intervenciones verbales de ambos, lo que yo intento hacer. El habla entraba en una problemática más general, la de la comunicación y la relación dialogal.

Como ya lo comenté, me detendré en un momento dado sobre el espacio ocupado por lo verbal en la sesiones de terapia Gestalt por una razón crucial: es a partir de la toma de consciencia de la importancia de lo verbal, de cómo se usa, del tipo de cosas enunciadas durante la terapia (narración de una historia o de un episodio, preguntas, consignas, intervenciones yendo a lo concreto o a lo abstracto, etc.) que se podrá después determinar si una terapia Gestalt requiere un nivel medio, alto o muy alto en el dominio de la lengua para poder ser aprovechada. Cuestión primordial para saber si se puede trabajar con una persona que va a abordar su terapia en lengua extranjera.

Después me estudiaré una cuestión que bloquea a muchos pacientes a la hora de seguir una terapia en una lengua extranjera: ¿sufre mucho o poco el lenguaje de no tener acceso a la parte emocional que conlleva la lengua materna? A esta reflexión podremos ver que de todas maneras en Gestalt se pueden plantear momentos de las sesiones en la lengua del paciente, a pesar de no ser dominada por el terapeuta.

Estar frente a un paciente originario de otra cultura, también despierta otros cuestionamientos además de los meramente lingüísticos. Es lo que veremos después de tocar los problemas relativos al idioma que acabo de citar. Desarrollaré entonces una reflexión sobre la manera de abordar los elementos culturales, tanto los propios del terapeuta como los del paciente. Veremos en particular que la Gestalt está bastante bien preparada para enfrentar esta situación, puesto que advierte al terapeuta sobre las malas jugadas que le puede causar la zona intermedia, llena de prejuicios, estereotipos, no aceptación de las diferencias, etc. También, el enfoque fenomenológico preconizado por Perls ayuda a escapar a las escalas de valores, la jerarquización, las interpretaciones preestablecidas, que en materia de culturas pueden ser peligrosas. Esta parte sobre lo cultural remite a pacientes que han tenido una lengua materna distinta de la que usa con el terapeuta, pero también a toda clase de personas provenientes de otras culturas, aunque la lengua sea la misma. Pienso por ejemplo a la inmigración suramericana en España.

² Jesús Ruiz y Concha de Hita, *La Comunicación en terapia Gestalt*, Tesina AETG (2008)

Como lo pude comentar con David Picó, unos de los fundadores de Gestalt.net que me invitó generosamente a publicar estas páginas, las cuestiones que tocan al nivel de lengua bien pueden concernir al terapeuta mismo, tomando en cuenta situaciones donde es el terapeuta, el que adopta la lengua del paciente. Sin embargo, no veía a nivel de reflexión y de construcción de este texto cómo abordar todas las configuraciones a la vez. En efecto, se podría establecer la lista siguiente:

- terapeuta nativo con lengua del país donde se desarrolla la terapia / paciente extranjero en lengua del país donde se instaló (lo que fue mi marco general cuando hice mi terapia)
- terapeuta extranjero con lengua del país donde se instaló / paciente nativo (mi caso actual más corriente como terapeuta)
- terapeuta nativo usando la lengua del paciente extranjero
- terapeuta nativo con paciente extranjero compartiendo lengua tercera (por ejemplo en España un terapeuta español con un paciente francés compartiendo en inglés)
- terapeuta compartiendo con el paciente la misma lengua nativa en un país extranjero (por ejemplo cuando tengo pacientes franceses aquí en España)
- terapeuta extranjero con paciente extranjero compartiendo la lengua del país donde se han instalado (mi caso con un paciente irlandés)
- terapeuta extranjero con paciente extranjero compartiendo una lengua tercera que no es la del país donde se instalaron (por ejemplo un Egipcio y un Alemán haciendo terapia en inglés en España)

Y seguro que se podría pensar en otras configuraciones. Tener en cuenta a cada paso cada una de estas combinaciones tenía algo de vertiginoso que abandoné en seguida, eligiendo centrarme sobre la relación terapeuta autóctono frente a paciente extranjero. Esta elección me permitió emitir una serie de hipótesis que después podrán ser libremente adaptadas a todas las otras situaciones que uno puede imaginar.

PRIMERA PARTE

SESIONES DE GESTALT Y LENGUA EXTRANJERA

I.1. La Gestalt nace en lengua extranjera

En sí, el hecho de hacer terapia en un entorno que no sea un entorno del todo familiar, entorno alejado del escenario de las experiencias de la infancia, no parece problemático. Recordamos que los fundamentos de la Gestalt se establecen precisamente en este entorno extranjero/extraño. A partir de sus 40 años, Perls sale de Alemania y del contexto de su lengua materna. Y desde su primera obra siempre publicará en inglés, lengua que aprende bastante tarde puesto que lo estudia cuando tiene que escapar de Alemania, en 1933. Sabía lenguas antiguas y había estudiado desde muy joven el francés, pero no hablaba casi nada de inglés. Dice de su contacto con esta lengua:

“Además de latín, griego y francés, yo había estudiado algo de inglés en la escuela. Me gustaba muchísimo el francés y era bastante bueno en él, pero nunca me gustó el inglés. Ahora tenía que aprenderlo y rápido”³.

Y cuenta como lo aprendió de manera autodidacta, en particular durante la travesía que le llevaba hacia África del Sur. Usaba un método publicado por Langenscheidt y practicaba el oral con la tripulación y algunos pasajeros. Los primeros tiempos en Sudáfrica, también iba ver varias veces la misma película en el cine. Precisa en las mismas páginas:

“Jamás he perdido mi acento alemán, lo que me avergonzó durante largo tiempo, pero tampoco me di la molestia de tomar clases de pronunciación”.

³ Dentro y fuera..., p. 42-43

Puede que a pesar de la vergüenza, algo identitario le llevó a conservar esta singularidad, aunque explique también que siempre estuvo perplejo por los cambios de acento del inglés según las partes del mundo donde era hablado. Su hija podrá añadir sobre su expresión escrita que Perls manejaba bien el inglés hablado, pero que “escribía con acento alemán”⁴.

Siempre Perls va a trabajar a países extranjeros, lo que nos hace pensar que se relacionaba esencialmente con pacientes de una lengua materna distinta a la suya. Las transcripciones y grabaciones que tenemos de Perls al final de su vida se desarrollan todas en inglés, y aparece un Perls hablando con fluidez, pero conservando efectivamente una pronunciación claramente germánica. La Gestalt de cierto modo es hija del uso de un idioma extranjero.

Como lo hablaré en cuanto a mi caso personal, se puede avanzar la hipótesis de que el uso de una lengua extranjera, a pesar de tener la dificultad de un conocimiento extenso de su gramática y de su vocabulario, puede ayudar a un pensamiento más libre. Casi me atrevería a decir “más puro”. Cuando una persona adopta una lengua extranjera como instrumento de comunicación, las palabras extranjeras no tienen el mismo lastre emocional que la lengua materna que, aparte del uso intelectual y académico, conserva las resonancias de las experiencias tempranas del individuo. Las palabras extranjeras llegan desde un nivel de consciencia asentado sobre bases nacidas de una posición más adulta y voluntaria. Muchas veces, autores escribiendo en otra lengua⁵, adoptan un pensamiento más estilizado, que va más a lo esencial. Sería un uso que podríamos llamar “clásico”, en el sentido de digno de ser estudiado en clase por sus características ejemplares y de claridad. Como lo hemos visto en páginas anteriores, Perls reivindica esta claridad a menudo y se puede suponer que el escribir en una lengua extranjera paradójicamente le facilitó la tarea. Dentro de la sesión, donde Perls exige un uso comedido de la lengua, descripciones precisas de la realidad presente, la ausencia de explicaciones largas, el abandono de interpretaciones o conceptos enrevesados, encontramos además este uso “clásico” de la lengua.

⁴ Citada por Pedro de Casso, *Gestalt, terapia de autenticidad...*, p 167.

⁵ Representativos son muchos autores francófonos cuya lengua materna no es el francés y que adoptaron este idioma tarde. El uso que hacen del francés en sus obras resulta muchas veces de una gran claridad y pureza o de una voluntad de ir a lo esencial, hasta el punto que algunos de ellos entraron en la Academia francesa como el chino de origen, François Cheng. Otros ejemplos son: su compatriota, Shan Sa, los rumanos, Ionesco o Cioran, el ruso Andreï Makine, o el irlandés Beckett.

I.2. ¿Qué nivel de lengua para una sesión de Gestalt?

I.2.1.El Marco europeo común de referencia para las lenguas

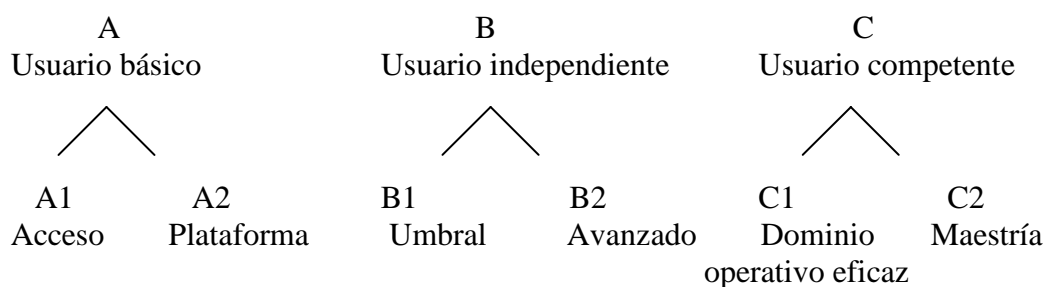
Desde el año 2000 existe un instrumento esencial en las didácticas de las lenguas extranjeras, *El Marco europeo común de referencia para las lenguas*⁶. Las propuestas del *Marco* son el resultado de investigaciones llevadas desde los años 1980 por lingüistas que pertenecen a los 41 países miembros del Consejo de Europa. Es una reflexión sobre los diferentes niveles de adquisición de una lengua extranjera que desembocó sobre una descripción escalonada de las diversas utilizaciones de la lengua. Actualmente, el *Marco* se está adoptando poco a poco en todo el continente por el conjunto de las instituciones en relación con la enseñanza de las lenguas extranjeras, tanto privadas como públicas.

¿Qué propone el *Marco*? Intenta armonizar en Europa (aunque ya numerosos países no europeos lo han adoptado) la enseñanza de las lenguas extranjeras. Es una armonización de las prácticas de aprendizaje, pero ante todo de las nociones de progresión.

En lo que concierne las prácticas de aprendizaje, el *Marco* intenta recoger y difundir de manera definitiva los principales aportes que las didácticas de las lenguas han proporcionado desde hace varias décadas. No vamos a tratar detalladamente este aspecto, sin embargo queremos llamar la atención sobre el hecho que las didácticas de las lenguas privilegian el “enfoque comunicativo”, es decir un aprendizaje que se interesa ante todo por una utilización pragmática de la lengua. Es la aproximación casi exclusiva para los niveles más básicos. Después hay una mayor apertura hacia temas más académicos en niveles más avanzados. Podemos dar como ejemplo el hecho de que un principiante ya no aborda la lengua con preocupaciones como “primero aprendo el presente de los verbos, el vocabulario de la casa, etc.”, sino que dedica sus esfuerzo a adquirir competencia como, “primero aprendo a presentarme de manera sencilla, aprendo a preguntar mi camino, etc.”. Esta manera de enseñar pone de relieve la importancia de un uso “en acción” de la lengua, enfoque que ya ha tenido grandes logros. La descripción de los niveles de adquisición depende mucho en los primeros niveles de esta noción de lengua práctica y en acción.

⁶ Se puede consultar en Internet por ejemplo en el sitio siguiente:
http://cvc.cervantes.es/obref/marco/cvc_mer.pdf

¿Cómo se presenta esta progresión? El *Marco* aísla 6 niveles que designa de la manera siguiente: A1, A2, B1, B2, C1, C2. *Grosso modo* el A1 corresponde a un nivel de descubrimiento del idioma y al otro extremo está el C2 correspondiendo a un dominio con gran soltura, por no decir a cierta perfección o brillantez. Aquí presento de manera introductoria los diferentes niveles.



Los conocimientos son acumulativos de un nivel a otro. Es decir que las competencias adquiridas en un nivel forman parte de las capacidades del nivel siguiente, en el que a su vez irá aprendiendo nuevas aptitudes.

Como acabamos de decirlo, el nivel A1 corresponde a una “introducción”. El locutor sólo puede tener intercambios muy básicos en situaciones sencillas y concretas de la vida corriente (decir su nombre y edad, preguntar una dirección, preguntar un precio...). Sólo domina el presente. Suele hacer errores importantes y pedir a sus interlocutores que repitan y hablen de manera muy lenta. Hay muy poca interacción.

La designación como “nivel de sobrevivencia”, nos parece bastante ilustrativa del nivel A2. Corresponde a un uso del idioma que permite al locutor, todavía con mucha dificultad y numerosas inexactitudes, desenvolverse en la vida cotidiana. Puede referirse a tiempos pasados o futuros. Puede empezar a llevar una breve conversación sobre temas cercanos y de la vida diaria con sus interlocutores.

El B1, es llamado también « nivel umbral », puesto que corresponde a un nivel en que el locutor siente que puede enfrentar con cierta soltura situaciones prácticas de la vida diaria, también puede tener con más libertad conversaciones sobre temas cercanos o sobre temas que conoce bien (que conciernen a su trabajo, sus estudios, sus aficiones, etc.). Conoce las principales reglas gramaticales –aunque no las domine bien– y puede expresarse con cierta exactitud en tiempos pasados y futuros, conociendo los modos que le permiten formular hipótesis. Puede dar sin grandes detalles su opinión sobre temas de actualidad. Puede hablar de sus sentimientos.

Como se puede deducir de lo anteriormente descrito, los niveles A1, A2 y B1 remiten a una materia común: la gestión de los intercambios cotidianos. De manera “balbuceante” en el A1, con dificultad pero con real interacción en el A2, con cierta habilidad en el B1. Sin embargo, el B1 no permite hablar de temas no conocidos o explorar zonas realmente abstractas. Su dominio de los temas de actualidad queda más bien en lo descriptivo y la expresión de su opinión es limitada.

El nivel B2, como lo indica la fórmula “avanzado” o “independiente” es el nivel en que el locutor puede enfrentar todo tipo de situaciones comunicativas (conversaciones animadas, TV, radio, aunque en duraciones limitadas), sobre temas diversos, conocidos o no. Y es realmente en este nivel que accede a la comprensión y la expresión de la abstracción. A este nivel, el locutor puede argumentar y contrarrestar con cierta destreza opiniones de otros. Las estructuras se hacen más complejas y el vocabulario es preciso aunque poco variado. Hay que notar sin embargo que, en general, persisten errores pero el nivel de comprensión y expresión es bastante fluido.

Los niveles C1 y C2 designan locutores que ya tienen un alto dominio de la lengua, siendo los errores bastante raros en C1 e inexistentes en C2. Ya en C1 el vocabulario además de preciso es variado. Puede hacer frente a expresiones coloquiales o del argot. El locutor puede llevar con destreza una argumentación o una negociación, seguir sin dificultad conferencias, debates, películas. El C2 alude a una persona que además puede desenvolverse en un ambiente altamente académico, siendo capaz él mismo de dar conferencias o redactar largos trabajos, tipo tesina. El C2 remite a lo que llamamos comúnmente bilingüe, con capacidad de comprender diferentes acentos, pero además designa una persona que puede indagar en las zonas altamente abstractas o intelectuales del idioma. Como se desprende de esta descripción del C2, todo “nativo” no llega necesariamente a tener este nivel.

I.2.2. ¿Qué se dice durante una sesión de terapia Gestalt? Primeras reflexiones sobre los niveles de lengua necesarios.

En este apartado intentaré proponer un resumen de los elementos verbales que pude registrar en la primera parte de mi tesina y que el lector podrá reencontrar en su integridad en la tercera parte (“El uso de la palabra en las sesiones de Gestalt”) del texto también publicado por Gestalt.net titulado *Reflexiones sobre el espacio de lo verbal en las sesiones de terapia Gestalt*. Esta parte proponía una lista de los tipos de intervenciones verbales que suelen aparecer durante una sesión de terapia Gestalt.

Si uno se detiene sobre lo que verbalmente es necesario comprender y producir durante una sesión de Gestalt, se dará cuenta de que muchos de esos elementos no remiten a producciones verbales muy complicadas. Sin embargo intentaré presentar lo esencial de estos elementos yendo de lo supuestamente más fácil a lo más complicado.

Centrarse en anécdotas

Como bien lo sabemos, a diferencia del psicoanálisis que puede centrar su búsqueda en el descubrimiento de la “escena traumática”, la Gestalt se interesa mucho por lo cotidiano. Lo que queremos observar son los “cómo” más que los “porqué”, así que somos todo oído cuando el paciente nos narra lo que le pasó en los últimos días, con la firme convicción que los malestares o conflictos que podrá incluir en este relato, mucho tendrán que ver con su manera de funcionar en general. De ese fenómeno advierte Erving Polster en *Cada vida merece ser una novela* cuando habla por ejemplo de “transformar lo ordinario en notable”⁷.

Hablar de lo cotidiano supone evidentemente ya un nivel de lengua intermedio, pero no hará falta un nivel de especialización mayor. Según los criterios del *Marco Europeo* un buen nivel B1 podría ser suficiente para hacer frente a esta tarea.

Consignas

Recordamos que Patricia Baumgartner en *Terapia Gestalt, Teoría y practica & Una interpretación* propone una descripción bastante radical de la función del terapeuta gestáltico. Leemos:

*“El cometido del terapeuta es facilitar, no enseñar; “estar con...”, no imponerse. Recurre a su imaginación para idear situaciones en las cuales el paciente puede explorar y descubrir por sí mismo nuevas dimensiones de experiencia. Esto significa que el terapeuta es parte del fondo de la labor del paciente. El terapeuta actúa como el catalizador que suministra una serie de situaciones”*⁸.

Y poco después se añade:

⁷ Erving Polster, *Cada vida merece ser una novela*, p. 24 y siguientes.

⁸ Patricia Baumgartner y Fritz Perls, *Terapia Gestalt, Teoría y practica & Una interpretación*, p. 63

“En su papel de fondo, o de catalizador, mientras el paciente trabaja, el terapeuta se ocupa en producir ideas, en hacer sugerencias y en crear situaciones existenciales que el paciente llenará”⁹.

El terapeuta Gestalt tiene entonces como principal tarea la de proporcionar al paciente situaciones donde va a poder (re)experimentar. Para plantearle estas situaciones el terapeuta acudirá a consignas y probablemente gestos. Le podrá por ejemplo acercar una silla vacía y invitarle a hablar de manera imaginaria con la persona con la cual tiene un conflicto, o en el caso de querer explorar la indecisión del paciente dividir la sala en dos espacios, una mitad representando una opción y la otra mitad cualquier otra elección posible. Las situaciones son infinitas, el único límite es la imaginación del propio terapeuta. Pero lo que se comunicará al paciente será una consigna, en general bastante sencilla yendo a lo presente y lo concreto. El tiempo verbal será el presente y probablemente el modo, el imperativo. El paciente sólo tendrá después que sentir lo que le produce la situación en la cual se (re)encuentra, y sus comentarios no tendrán porqué ser complejos ni extensos. Esta situación tampoco supone un nivel de comprensión o expresión muy elevado, por lo que el B1 puede bastar para tales intercambios.

Preguntas estrella del terapeuta

Citaré a Perls para redactar este apartado:

“Si el terapeuta se viera limitado en su trabajo a hacer solamente tres preguntas, eventualmente tendría éxito con todos, menos los más perturbados de sus pacientes. Estas tres preguntas, que esencialmente son reformulaciones de la afirmación "Ahora me doy cuenta" son: "¿Qué estás haciendo?", "¿Qué es lo que sientes?" y "¿Qué es lo que quieres?". Podríamos añadir dos más: "¿Qué estás evitando?" y "¿Qué es lo que esperas?"”¹⁰.

Las otras preguntas imprescindibles tienen que ver con describir y evitar toda interpretación.

⁹Idem, p. 64

¹⁰ *El Enfoque gestáltico & Testimonios de terapia*, p. 79

“Para volver a lograr este contacto [con el self espontáneo] tienes, por encima de todo, que dejar de plantearte preguntas irrelevantes como el eterno “¿por qué?” y remplazarlas por otras importantes: “¿cómo?”, “¿cuándo?”, “¿dónde?” y “¿para qué?”. En lugar de ofrecer causas y explicaciones que podrían ser o no correctas, debes tender a establecer hechos”¹¹.

Si uno se puede preguntar si las respuestas del paciente serán más o menos largas y complicadas, por el contrario, fuerza es de constatar que las preguntas desencadenantes de la Gestalt son sencillas y requieren para su comprensión un nivel bajo de conocimiento de la lengua, siendo un A1 suficiente para su comprensión de parte del paciente. Sin embargo, según el nivel de precisión que el paciente querrá dar a sus respuestas, las descripciones de los sentimientos o funcionamientos internos bien podrán exigir un nivel B1 o quizás hasta B2 de expresión.

Describir las emociones

Mi experiencia me permite afirmar que en lo que concierne a la descripción de las emociones, el problema no son los conocimientos lingüísticos, sino comprender internamente todo lo que remite a las sensaciones y emociones. En mi terapia muy rápidamente me di cuenta de que lo que contaba era poder expresar con cierta exactitud mis emociones y mis sensaciones y que la dificultad, si realmente existía, no provenía de un desconocimiento del léxico, sino de un desconocimiento de lo que me pasaba. Más bien lo que me proponía mi terapeuta era encaminarme hacia términos como la tristeza, el dolor, el enfado, la rabia, el placer, la alegría, el amor, que en sí no tenían nada de complicado al nivel lingüístico (nivel A2/B1), aunque seguían siendo extrañamente nuevos o desconocidos en cuanto a experiencia.

Técnicas verbales comunes en Gestalt

Las reglas de oro del discurso gestáltico son hablar en primera persona y en el presente. Dos cosas que *a priori* remiten a un nivel de idioma bastante básico.

En cuanto a los ejercicios que se construyen sobre fórmulas que el paciente usa como punto de apoyo, tampoco requieren en un principio un conocimiento alto. Estas fórmulas no suelen ser complicadas (“Me doy cuenta de /que”, sustituir “no puedo” por

¹¹ Yo, hambre..., p. 330

“no quiero”, añadir después de cada afirmación “y me responsabilizo de ello”, etc.) y si algunas podrían serlo de algún modo, el hecho de repetir siempre la misma expresión quita a la frase su nivel de dificultad.

Tampoco requiere grandes habilidades la invitación del terapeuta a repetir una cosa que el paciente acaba de decir, para que se de cuenta de lo que está formulando, incluso si el terapeuta puede ligeramente reformular lo que el paciente pronunció.

Reformulaciones del terapeuta

Estamos aquí en una dimensión puramente de comprensión de parte del paciente. Si éste no tiene un nivel muy alto lingüísticamente, bien puedo imaginar que las reformulaciones elegidas por su terapeuta serán en función de lo que puede captar y entonces no necesariamente requerirán un alto saber lingüístico. Pero es cierto que, en el caso de las reformulaciones, el nivel es más imprevisible y no se puede descartar un uso de un discurso bastante abstracto que llevaría a competencias de nivel B2 o C1.

Fantasías guiadas

Aquí puede que el nivel de lengua sea algo problemático, sobre todo si la fantasía guiada propuesta por el terapeuta conduce a los dominios de lo fantástico y lo irreal. Entonces se sale del todo del léxico de lo cotidiano y el paciente no necesariamente conocerá las palabras empleadas en el discurso del terapeuta. Sin embargo, muchas fantasías proponen únicamente un marco bastante borroso (“imagínate en la casa de tu infancia”, “ahora estás en un camino: ¿qué ves a tu derecha? ¿Y a tu izquierda?”, etc.) y es la mente del paciente la que va a dispararse a través de sensaciones e imágenes más o menos complejas. Así que sin un nivel alto de lengua, la experiencia (puramente interna) sigue siendo posible y bastante completa. No obstante, si después el paciente quiere compartir detalles de su vivencia con el terapeuta, allí podrán fallar las palabras. Recurrir al dibujo (lo que ya es común para completar las fantasías guiadas) será una manera de compensar los déficits de léxico. Si la devolución pasa por la palabra, el nivel requerido podrá ser ya de B2 o más, según el grado de abstracción e imaginación.

Descripción fenomenológica

Lo mismo que con la fantasía guiada, la descripción fenomenológica podrá necesitar un nivel más o menos alto de lengua, según lo que se tenga que describir. Si es

una situación familiar en un entorno cotidiano, probablemente un B1 sea suficiente. Si se trata de un sueño en parajes exóticos o fantasiosos, los detalles reclamarán un léxico mucho más exigente.

Tecnicismos

Los términos técnicos se pueden o no compartir con el paciente. Según el *Marco Europeo* ya pertenecerían al B2 o más. Sin embargo, su uso no es esencial, lo importante es la experiencia que el paciente vivenció. También, muchos tecnicismos pueden ser sustituidos por expresiones más cotidianas. Se puede perfectamente explicar a alguien que ve sistemáticamente en los otros lo que no quiere reconocer de sí mismo, cómo funciona este mecanismo sin pasar por la palabra “proyección”. Asimismo, si el paciente ha comprendido el fenómeno se le puede comunicar después el nombre de éste, lo que en sí no supone un saber lingüístico previo (puesto que se le ilustra la palabra y se la enseña), ni un paso largo por la abstracción (puesto que el paciente está aprendiendo el vocablo a través de la experiencia concreta).

I.2.3. Aplicación general de los niveles del Marco a la terapia Gestalt

La Gestalt no trabaja sobre el lenguaje como lo podría hacer el psicoanálisis. Es decir que la Gestalt no trabaja por ejemplo sobre los lapsus. Eso descarta la necesidad de un habla perfecta del idioma, como lo puede suponer el enfoque freudiano, puesto que bastante difícil resultaría distinguir en los errores lingüísticos del paciente lo que remitiría a un mal uso de la lengua por desconocimiento de su léxico o de sus estructuras gramaticales, y lo que sería el resultado de una asociación inconsciente - llevando a sustituir el elemento correcto por un elemento salido del subconsciente-.

Como lo acabamos de recordar, las técnicas verbales que la Gestalt propone son al fin y a cabo bastante básicas. Se pide hablar en primera persona, en forma presente, se ruega hablar directamente con las personas presentes y no en tercera persona, evitar los giros impersonales y las generalizaciones, etc. Cosas que *a priori* pertenecen a un dominio bastante elemental, sobre todo si no nos centramos en los errores lingüísticos, sino en un mínimo fluir.

La Gestalt tampoco requiere un dominio profundo de las zonas abstractas del idioma puesto que rechaza interpretaciones complejas, lo que el psicoanálisis podía en cierta medida exigir. Los niveles C1 y C2 no son entonces una obligación.

Evidentemente, usar la lengua con destreza siempre facilita la tarea, pero si nos atenemos a los requisitos que acabamos de recordar, se puede admitir que un paciente puede seguir con mucho provecho una terapia Gestalt a partir del nivel B2. De cierto modo el nivel B1 podría contener gran parte de las competencias para seguir una terapia gestáltica: se puede hablar con facilidad de temas cercanos, se puede describir, se puede interactuar. Si la sesión lleva al paciente a la experiencia más a nivel de sensaciones y emociones que al nivel mental, parece que un nivel de competencia B1 podría ser suficiente. Sin embargo, nos parece que a este nivel falta bastante fluidez y sobre todo que si se sale de temas conocidos o cotidianos puede haber en seguida ruptura de la comunicación. Y el contexto de una sesión puede experimentarse como algo claramente diferente. No es una conversación entre amigos. Asimismo, si se hace referencia en ocasiones a fantasías, la descripción de mundos irreales puede resultar trabajosa y la experiencia imposible. El acceso elemental a las abstracciones del B1 no tiene por qué ser un obstáculo, pero es cierto que cualquier conclusión del terapeuta (puede entrar en el terreno de una cierta abstracción) podría sentirse como un momento de tensión. Y en conjunto, en B1 la diferencia lingüística entre el terapeuta y el paciente es quizás demasiado grande para permitir unos intercambios donde el paciente pueda no sentir la superioridad del terapeuta. Es un punto importante para Perls quien advierte que, en la sesión, los intercambios verbales a menudo acentúan la impresión del paciente de que el saber está del lado del terapeuta, dando al terapeuta una posición claramente superior¹². Así que me parece que el B2, a pesar de algunos errores gramaticales o de léxico, es el nivel mínimo adecuado puesto que da la fluidez y la seguridad suficiente al paciente, en tanto también que permite al terapeuta un acercamiento claro y completo de su mundo de representaciones, y que finalmente da a las intervenciones de cada uno un peso más o menos igualitario.

I.3. La lengua aprendida de adulto

En general, el aprendizaje de una lengua extranjera en la adolescencia o la adultez, es una vivencia distinta del aprendizaje de la lengua en edades más tempranas. En mi caso por ejemplo, no hablaría para nada de la misma manera del castellano que aprendí a los 20 años y del alemán que estudié a partir de los 11 años. No domino para

¹² Ver nuestra parte sobre “Las críticas de Perls en contra de las terapias verbales” en mi otra publicación de Gestalt.net *Reflexiones sobre el espacio de lo verbal en las sesiones de terapia Gestalt* o en mi tesina presentada a la AETG.

nada este último idioma, sin embargo el hecho de haberlo aprendido en la preadolescencia, con profesoras que fueron importantes por su actitud atenta y simpática, me vincula de manera especial a esta cultura. No la domino bien, pero siento algo de ternura por ella.

Justamente, en el aprendizaje de las lenguas ciertos especialistas consideran que el contacto con las lenguas extranjeras cambia sustancialmente según la edad en particular entre la infancia y la adolescencia¹³. Se suelen tomar en cuenta dos factores: fisiológicos y psicológicos. El primer factor, el fisiológico, actúa sobre la capacidad del niño de asimilar el idioma extranjero. Parece que el cuerpo hasta los 8 años está suficientemente maleable para que el niño discrimine sin problemas los sonidos del nuevo idioma y también para poder reproducir con naturalidad estos mismos sonidos. Entre los 8 años y los 11, esta facultad natural se va perdiendo poco a poco. El oído se va “cerrando” y los órganos encargados de producir los sonidos son cada vez menos maleables y tienen más dificultad en imitar los sonidos nuevos. A los 11 años empieza además a actuar de manera determinante el otro factor: el psicológico. El niño entra en la preadolescencia y este paso va acompañado por una fuerte necesidad de forjarse una identidad. La lengua extranjera está percibida generalmente durante este proceso como una intrusión, y desde la identidad naciente, el preadolescente-adolescente siente un cierto rechazo por este elemento extraño.

Estas consideraciones explican los esfuerzos de los sistemas escolares que desde hace algunos años intentan introducir las lenguas extranjeras en la escuela primaria, sin esperar el secundario que corresponde justamente al momento en que el individuo está más incapacitado y reacio frente a este aprendizaje. Pero eso no interesa a este estudio.

Aunque aprender una lengua extranjera de adulto sea habitualmente un acto mucho más voluntario que en el caso de un adolescente (que lo tiene que hacer forzosamente puesto que está obligado por el sistema escolar), que entonces a menudo esté asociado a una elección personal, casi nunca está experimentado como algo propio. Quiero decir con ello que la lengua extranjera suele seguir sintiéndose como un cuerpo extraño. Uno habla de la lengua aprendida como algo que maneja más o menos bien, de

¹³ Ver Rachel Cohen, “Apprendre le plus jeune possible”, in *Enseignement / Apprentissages précoces des langues*, compilé par Michèle Garabédian, « Collection F », Hachette, (1991), pp. 48 a 56. El hecho de no poder aprender una lengua extranjera de manera igualmente « completa », está designado en las investigaciones psicológicas como “el periodo crítico”. No todos los investigadores están de acuerdo sobre la edad exacta en la cual ya se pierde esta facultad (se corre en ciertos estudios hasta los 16 o los 20), e incluso algunos niegan su existencia. Ver sobre este tema a David W. Carroll, *Psicología del lenguaje*, Paraninfo, Madrid (2008), pp. 348-351.

algo que más o menos le produce placer o desagrado, pero raras son las personas que hablan del idioma adquirido fuera de la época de la niñez o la preadolescencia como algo que les pertenece de pleno. Y dios sabe si muchos extranjeros pueden expresar, en una lengua que no se considera como la suya, cosas mucho más profundas, interesantes, graciosas, bellas o incluso lingüísticamente más “correctas” que los locutores nativos.

Me acuerdo de una conferencia hace unos años en Madrid del escritor canadiense, Naïm Kattan, de origen iraquí. Señor ya mayor, instalado desde hace muchas décadas en Montreal, explicaba que no comprendía la actitud de ciertos “nativos” que venían a preguntarle si le gustaba Canadá. En efecto, muchos de ellos tenían una edad menor al número de años que él mismo llevaba viviendo en el Quebec. ¡Así que él les desvolvía la pregunta! Ciertamente este ejemplo nos lleva más bien al terreno de la cultura, pero es en gran parte aplicable a nuestra relación con una lengua extranjera. Lo generalmente introyectado es que sólo es identitaria la lengua materna. Eso, claramente, genera una relación a la lengua aprendida que difiere con la que mantenemos con la materna. Produce una distancia que tiene diferentes consecuencias. Por ejemplo, me acuerdo de una amiga alemana que se divertía mucho diciendo groserías en francés, cuando en su propia lengua era una persona muy educada y discreta. Si yo decía alguna palabrota en alemán, ella en seguida -incluso en Francia donde poca gente era susceptible de comprenderme-, ponía su dedo delante la boca con un “ch” asustado. Cuando expresaba mi sorpresa, ella siempre respondía: “En francés puedo ser vulgar: ¡no es mi lengua!”

Al contrario, el trabajo consciente para la construcción de una frase puede hacerse más fuerte en una lengua extranjera, en particular porque como extranjero, uno -eso depende claro del carácter- puede tener una especial preocupación en no hacer errores, que sería menor en su lengua de origen. En el ejemplo anterior, la lengua ajena permitía más libertad, en este último más encorsetamiento.

Eso está reforzado por una sensación interna que hace que nuestra conexión con el idioma extranjero difiera de la que tenemos con la lengua materna. La lengua materna suele remitir a los años de la niñez, los años en los cuales la formación de uno es inconsciente. Lo cognitivo, sobre todo en edades tempranas es débil y lo aprendido se hace más bien por impregnación. No es el caso de la lengua aprendida de adulto, donde nuestro contacto con la sociedad y la realidad es mucho más consciente. El propio contacto con la lengua lo es en este caso. Por ello las emociones en la lengua materna suelen ser más fuertes, porque están vinculadas a una estructura mucho más

inconsciente (y no solamente porque fueran recuerdos más importantes). Las vehiculadas por la lengua extranjera son más controladas, porque son en gran parte frutos de una experiencia hecha desde la voluntad. De adulto, la lengua es estudiada en general de manera más consciente y cada vez que se toca a través de la nueva lengua realidades o conceptos, estos se enfocan desde una actitud también más consciente. Se compara, por lo menos, diría de manera natural, la manera de designar algo en la nueva lengua con la manera de hacerlo en la lengua materna. O no habrá diferencias aparentes, o habrá claros contrastes, pero esa comparación automática pasa la realidad por el tamiz de la consciencia. La impregnación más bien sensorial y emocional de la niñez se ve suplantada por una impregnación más mental.

I.4. Usar la lengua asociada a la experiencia vivida

Que la experiencia sea filtrada por una instancia o bien más sensorial, o bien más emocional o bien más mental, lo importante es llegar a ella por el canal principal por el cual fue vivenciada. Aunque después se pueda complementar por las otras instancias obviamente presentes –pero en segundo plano- en el episodio recordado¹⁴. Así pienso que si fuera posible elegir –imaginamos que el terapeuta conozca las distintas lenguas habladas por el paciente-, lo mejor sería relatar una vivencia en la lengua que tuvo lugar. Es decir, si se vuelve a tiempos de la niñez, emplear la lengua de entonces, y si se alude a tiempos más próximos, a la lengua del país donde el paciente vive actualmente.

A parte de mi propia experiencia, puedo aludir a dos ejemplos concretos para demostrar esta idea. El primer ejemplo viene directamente de Perls quien en *Dentro y fuera del tarro de la basura*¹⁵ cuenta brevemente una experiencia donde el cambio de lengua fue uno de los logros en la curación de un paciente. Era la época en que Perls formaba parte de los cuerpos de sanidad durante la Segunda Guerra Mundial. Le mandaron un soldado “que padecía de grandes ampollas en todo el cuerpo”. Nadie encontraba las causas de este mal y “como ultimo recurso” se lo enviaron a Perls.

“Desde luego que en el ejército no teníamos tiempo para tontear con psicoanálisis u otras formas de sicoterapia prolongada. Le administré pentotal y supe de inmediato que había estado en un campo de concentración. Le hablé en alemán y lo guíé a los momentos de su desesperación y le removí su bloqueo a llorar. De verdad lloró a

¹⁴ En eso estamos de acuerdo con la PNL.

¹⁵ p. 83.

mares, o diré más bien que lloró "a pellejos". Despertó en un estado de confusión, y más tarde despertó de verdad [...]. Por fin había dejado atrás el campo de concentración y estaba con nosotros. Las ampollas desaparecieron”.

En el testimonio de Perls no queda del todo claro, sin embargo, lo más probable es que el soldado -que Perls no llama prisionero de guerra- fuera inglés o anglohablante. Sin embargo, la experiencia de los campos de concentración había tenido lugar en alemán. El uso de esa lengua participó entonces de la capacidad a recordar plenamente la vivencia experimentada en este idioma.

Otro ejemplo, lo tengo del testimonio de una terapeuta española que ha vivido en Francia varios años, adquiriendo un buen nivel de francés, y que desde su retorno en España atiende de vez en cuando a pacientes franceses. Ella explica que paradójicamente los pacientes tienen a menudo dificultades a la hora de expresarse en su lengua materna. Lo obvio es que el contexto en el cual hacen terapia es España y hay algo artificial en el hecho de hablar francés de repente. Pero, más importante aún es que si aluden a experiencias que tuvieron en España rechazan completamente hablar sobre ellas en francés.

I.5. Una lengua sin memoria

La asociación de la lengua con la experiencia vivida es una problemática verdaderamente importante. Como lo acabamos de ver, es más fácil vivir de nuevo un episodio del pasado, si se hace en la misma lengua que el paciente empleaba en la época. Es en especial importante, si se trata de la infancia. No es que la Gestalt tenga el mismo interés que el psicoanálisis en indagar en la niñez del paciente, o por lo menos no lo hace de la misma forma, pero en todo caso, cuando la Gestalt trabaja a partir de escenas de la infancia, le interesa reproducir la experiencia de la manera más real posible. No poder pasar por la lengua de entonces quita seguramente parte de la carga sensorial y emocional.

Pero, incluso fuera de este caso -donde se quiere tocar directamente la época infantil-, de manera general, usar una lengua aprendida de adulto puede ser un freno a un trabajo de introspección. No podemos olvidar el hecho de que nuestro mundo sensorial y emocional, además de los valores que nos habitan, se ha formado en nosotros durante nuestros primeros años de vida, asociados a una lengua en concreto, la lengua materna. Hay conexiones muy íntimas que relacionan la lengua materna con la

estructura profunda de cada uno. Así que cuando pasamos por una lengua distinta, evitamos estas conexiones íntimas entre la designación de realidades y las percepciones sensoriales, emocionales y culturales. La lengua aprendida de adulto sería en parte huérfana –o liberada, según como se mire- de estas reacciones profundas. Esta idea puede ser preocupante de cara a la terapia. En efecto, las palabras emitidas durante una terapia en lengua extranjera no ofrecerían estas conexiones que la lengua materna ofrece con lo que nos constituye íntimamente. Desconectada de parte de las experiencias infantiles, la lengua aprendida de adulto no dejaría resonar en el locutor las experiencias primarias e inconscientes que sin embargo lo estructuran.

Podemos añadir a este probable déficit, otro que tiene que ver más con lo cultural. En efecto, la lengua como lo veremos más adelante propone un sistema que se hace eco no sólo de la educación que recibimos de nuestros padres, sino también de los valores de la sociedad que nos rodea y de los heredados por generaciones precedentes. Esos valores nos impregnan en parte por el uso de la lengua materna que nos trasmite de manera explícita y sobre todo implícita. De modo que estamos moldeados íntimamente por ellos, pero es sobre todo cuando usaremos la lengua materna que podremos entrar de lleno en contacto con ellos. La Gestalt, que Perls quiere como la terapia de la experiencia inmediata¹⁶, denuncia precisamente en el uso de la lengua en general la falta de inmediatez. En el caso de la lengua extranjera la mediación es tal que no deja traslucir las emociones, las sensaciones y valores que llevamos dentro desde la niñez.

I.6. Usar la lengua materna durante las sesiones

De allí, se impone una práctica: introducir lo más posible la lengua materna del paciente extranjero en las sesiones. Eso no es siempre fácil, en particular porque la Gestalt, a diferencia de la PNL que pide al paciente un trabajo casi enteramente interno –cuyos límites ya expresé en la primera parte de mi tesina recogida en el documento de Gestalt.net *Reflexiones sobre el espacio de lo verbal en las sesiones de terapia Gestalt-*, escucha la historia o las demandas del paciente. Y se escucha de ello la forma, pero también el contenido. Necesitamos algo de contenido para conocer mínimamente cómo se desarrolló la escena real o soñada que el paciente podría trabajar en sesión y las primeras impresiones internas que el paciente experimentó entonces. Asimismo, el paciente necesita sentir que nos comunica algo, que lo que nos cuenta resuena en

¹⁶ A parte de todas las veces en las que Perls pide volver a la experiencia inmediata, en *Sueños y existencia*, dice que como hay conductistas, los terapeutas Gestalt son “experiencialistas”, p. 67

nosotros. Para todo ello, necesitamos entender al paciente. No obstante, una vez el panorama expuesto, se puede bastante fácilmente pedir al paciente que ponga en escena el episodio en cuestión y que lo actúe en su lengua materna. Sobre todo, si remite a un acontecimiento que data de la época en la cual todavía usaba esta lengua. Claro está, parte del control de la sesión escapa al terapeuta, pero es en favor de la experiencia del paciente que siempre aportará más datos que las reflexiones del profesional. Para organizar la sesión, se puede acudir a los consejos de Perls sobre el trabajo sobre los sueños¹⁷: 1º- el paciente cuenta la historia (la cuenta en la lengua del terapeuta); 2º- la cuenta en presente y en primera persona (aquí puede seguir en la lengua del terapeuta); 3º- escenifica el acontecimiento, pone el decorado (ídem); 4º- actúa (en su lengua). Si se sigue estos cuatro pasos, es probable que en el momento de la actuación el terapeuta capte bastante de lo que está pasando. También, si está perdido, el terapeuta podrá intervenir de vez en cuando para preguntar lo que pasa, en qué parte de la historia está el paciente. Asimismo, puede pedir al paciente, en un momento que corporalmente o vocalmente le parece llamativo, que pare un momento para hablar de las sensaciones y las emociones que le atraviesan. Pensamos sin embargo que estas intervenciones no pueden multiplicarse, que hay que evitar un demasiado ir y venir de una lengua a otra, puesto que suele crear confusión y favorecer la desconexión. Si el paciente y el terapeuta se prestan a la experiencia, mejor dejar la escena desarrollarse el mayor tiempo posible en la lengua extranjera. Cuando el paciente se para, dejar un momento de recogimiento en silencio, para permitir en especial un procesamiento interno cuya parte mental podrá posiblemente procesarse en la lengua materna.

La Gestalt está particularmente preparada para una práctica como la que acabo de proponer, puesto que el terapeuta puede seguir observando durante todo el proceso a pesar de su desconocimiento de la lengua. En efecto, bien sabemos la importancia que se da a la escucha de las inflexiones de la voz, los gestos de la cara, los movimientos en general. El terapeuta puede acumular durante todo el tiempo muchas sensaciones, emociones e informaciones que después podrá trabajar de nuevo con el paciente a partir de un intercambio en la lengua que tienen en común. Sin embargo, creo que habrá que explicar al paciente que el terapeuta no pierde el hilo de la relación terapéutica durante estos minutos en lengua extranjera, puesto que sigue precisamente en contacto gracias a la observación de la voz o de las actitudes. Eso es un punto muy importante. En efecto,

¹⁷ Ver Perls, *El Enfoque gestáltico*, en la parte llamada “La filosofía de lo obvio” pp. 164 y siguientes.

si el paciente piensa que durante su intervención en su lengua el terapeuta está “afuera” se podría cohibir o tener la impresión que la relación terapéutica está rota. En todo caso, puede que esta práctica tenga que usarse varias veces antes de que el paciente se sienta cómodo con ella.

Otra acción posible, para que la lengua materna este presente en la sesión, es acudir a ella mediante traducciones puntuales. Cuando aparece un darse cuenta que se expresa de manera clara verbalmente se puede preguntar al paciente cómo se traduciría en su lengua de origen. Se le puede pedir que lo repita o incluso lo escriba y lo memorice. Así el paciente hace íntimamente suyo algo encontrado al principio en la lengua no materna.

Acción paralela a ésta, pero más desde lo cognitivo, es preguntar a partir de una noción que parece importante en la sesión (por ejemplo el descubrimiento por parte del paciente de un introyecto suyo), cómo se expresa esta idea en su lengua. Muchas veces, aparece tras la palabra todo un sistema de valores que a lo mejor no son los mismos que los de la lengua aprendida después. De esta manera “se despierta” y se cuestiona este sistema de valores inicial –desde la niñez-, que no aparecía detrás de la palabra en lengua extranjera.

I.7. La pérdida de lo “indecible”

Como presenté en la primera parte de mi tesina recogida en el documento de Gestalt.net *Reflexiones sobre el espacio de lo verbal en las sesiones de terapia Gestalt*, donde defendí que la lengua podía funcionar como un sentido más, hay una parte de la lengua que escapa a lo explícito¹⁸. Como demuestra José Luis Pardo, hay un carácter intraducible de la propia lengua. Una parte connotativa que no puede ser denotativa¹⁹, una parte inconsciente que no puede ser expresada de manera consciente. Con el enfoque lacaniano²⁰ además, hemos tomado consciencia del hecho de que en la sesión, a partir de un discurso más o menos largo del paciente, nos puede venir de repente a la boca una palabra, una expresión que no es lo que el paciente está diciendo explícitamente, pero que estructura de manera subterránea su intervención. La aparición

¹⁸ Ver el apartado “Un elemento clave: la intraducibilidad”, p. 47

¹⁹ Recordamos que la denotación es la parte puramente informativa de la palabra. La connotación es el valor emocional que añadimos. Por ejemplo, no referimos a la misma realidad hablando de la “televisión” o la “caja boba”: queda claro que la segunda designación tiene un valor despreciativo que no posee la primera. Toda expresión tiene en menor o mayor grado una parte connotativa.

²⁰ Ver el apartado “Nombrar: la experiencia del análisis lacaniano”, pp 56 y siguientes, en particular “La tarea del analista: nombrar”, p. 63 en nuestras *Reflexiones sobre el espacio de lo verbal en las sesiones de terapia Gestalt* publicadas en Gestalt.net.

de esa expresión no viene de una interpretación, de un ejercicio del raciocinio, sino de un conjunto de impresiones profundas que mueven el paciente y resuenan en el terapeuta. En el caso de la lengua extranjera, que, como lo acabamos de ver, “ha perdido la memoria”, probablemente la zona connotativa, la parte intraducible del lenguaje, las resonancias inconscientes son mucho menores. De allí que en el intercambio verbal, esta dimensión terapéutica de “nombrar” lo que hasta ahora quedaba indecible, en gran parte desaparece.

En el caso de la Gestalt, las impresiones generadas por lo verbal están fuertemente acompañadas por las producidas por los gestos del paciente, las inflexiones de su voz, etc. Modos de expresión que en general, sí, siguen remitiendo al mundo más inconsciente del paciente. Así que esta observación corporal y vocal del paciente es una buena compensación. Sin embargo, como lo veremos en la parte que concierne los elementos más culturales, los gestos pueden engañar, puesto que según las culturas las maneras de moverse no son las mismas. Eso puede producir confusión en las percepciones del terapeuta y éste tendrá que ser prudente en cuanto a ello.

I.8. Una lengua con menos zona intermedia

En todo caso, el uso de una lengua extranjera tiene también claras ventajas. En efecto, si, como lo postulé, la lengua aprendida de adulto está menos influida por las estructuras sensoriales, emocionales y culturales que la lengua materna, esa lengua es entonces más libre. Es de cierto modo una lengua con menos zona intermedia. Explica la alegría de mi amiga alemana a la hora de ser vulgar en francés, lo que no se permitía en su idioma de origen. Para nosotros, esta lengua “sin memoria” tendría que facilitar el contacto fenomenológico que tanto defiende Perls. Un contacto más transparente, más directo, menos enrevesado en el pasado, más del aquí y el ahora.

Que Perls haya vivido gran parte de su vida en unas culturas (Holanda, Sudáfrica, Estados Unidos, Canadá) y una lengua (el inglés) que no eran su cultura y su lengua maternas, quizás haya influido en que haya podido vaciar más fácilmente su zona intermedia, de manera tan asombrosa para su coetáneos.

“Fritz dijo en el Lago Cowichan que su propio nivel de percepción, que a nosotros nos parecía un fenómeno tan sorprendente, era cuestión únicamente de una zona intermedia, relativamente menos obstruida”²¹.

Una terapeuta austriaca, que se había formado y había ejercido en España, y que ahora trabaja en Austria, me dijo un día algo muy interesante que refuerza mi idea de que la lengua extranjera permite una mejor consciencia de uno mismo. Me comentaba que cuando regresó a su país de origen sintió que hablaba mucho más rápido en sus sesiones en alemán que en sus terapias en castellano. Esa mayor velocidad en la lengua materna para ella era un hándicap. Primero influía sobre su capacidad de escucha puesto que tuvo de repente la tendencia a reaccionar más rápida y sistemáticamente. Además experimentaba una paradójica mayor desconexión consigo misma asociada al hecho de que la vuelta a los automatismos lingüísticos arrastraba con ella una vuelta a los automatismos del carácter. Automatismos que hacían sombra a su capacidad de centrarse sobre sus profundas y verdaderas sensaciones. Me habló del “fino espacio”, “el ligero retraso” que experimenta en castellano y que le da una suerte de lugar de observación de sí misma y de los otros. Sus palabras me hicieron pensar, de cierto modo, en el punto cero de Friedlander. Añadió que después de una temporada algo confusa, sintió la necesidad de hablar más lento en alemán.

²¹ Baumgartner, p. 30

SEGUNDA PARTE

LAS DIFERENCIAS CULTURALES EN LAS SESIONES DE TERAPIA GESTALT

Esta parte que trata de la influencia que pueden tener las culturas del terapeuta y del paciente en las sesiones entre personas de proveniencias diferentes, es aplicable a personas de idiomas distintos, pero claro está también a cualquier situación que ponga en relación a un terapeuta y un paciente de nacionalidad diferente, sin que hayan problemas de comunicación a nivel lingüístico. Es, por ejemplo, el caso de pacientes hispanohablantes instalados en España y atendidos por un terapeuta español. *A priori* terapeuta y paciente comparten una misma lengua –o muy similar-, sin embargo, las representaciones del mundo, las relaciones interpersonales podrán divergir sustancialmente, lo que el terapeuta tendrá que tomar en cuenta.

Esta situación puede incluso extrapolarse a personas originarias de regiones distintas. El carácter y las costumbres pueden diferir en un mismo territorio nacional. Es el caso en numerosos países como Francia o Alemania donde los del Norte no se reconocen en la manera de vivir de los del Sur, y viceversa. España es evidentemente muy representativa de ello e incluso este fenómeno está acompañado en ciertas partes del territorio por el uso de lenguas propias como el gallego, el vasco o el catalán. Pero, las idiosincrasias andaluzas o manchegas, por ejemplo, a pesar de una lengua y una nacionalidad en común, muestran caracteres bastante diferentes que a lo mejor tendrán que ser tomados en cuenta en una sesión entre terapeuta y paciente de una y otra región.

Para estudiar como la cultura puede inmiscuirse en las sesiones, vamos a ver, en un primer momento, como su presencia es ante todo inconsciente, lo que puede influir negativamente en las sesiones, si, precisamente, no hay consciencia de ello.

II.1. El carácter inconsciente de la cultura

Edward T. Hall distingue en su obra *El lenguaje silencioso*²² tres niveles de cultura que llama “formal”, “informal” y “tecnológico”. El nivel “formal” corresponde a

²² Edward T. Hall, *Le langage silencieux*, Editions du Seuil (1984)

los elementos de la cultura totalmente anclados en nosotros, sistemas de valores, creencias, en fin nuestra representación general del mundo. Es sin lugar a dudas el nivel más inconsciente e inamovible de la cultura. El nivel “informal” remite a las soluciones que hemos encontrado para desarrollar nuestras sociedades en cuanto al nivel anterior. Este nivel es en general también muy inconsciente puesto que las respuestas encontradas para la puesta en marcha de nuestras representaciones del mundo son la mayor parte del tiempo muy antiguas, hasta tal punto que nos parecen naturales. Los cambios en este nivel, algo más fáciles que en el nivel formal, siguen siendo sentidos a menudo como traumáticos. Por fin, el nivel “tecnológico”, el único consciente de los tres, está constituido por las soluciones adoptadas después del uso de la razón. Sin embargo, como en el nivel anterior, las respuestas encontradas pueden pertenecer a tiempos antiguos, lo que las confunde con el nivel “informal”, incluso a veces “formal”. No obstante, el nivel “tecnológico”, al pertenecer a un enfoque consciente, es el nivel que más cambios puede asumir.

Para dar un ejemplo de estos tres niveles podemos partir de la idea compartida por la casi totalidad de las culturas de que los hombres y las mujeres tienen una naturaleza profundamente diferente y de allí comportamientos absolutamente distintos. Esta idea primaria es “formal”. Sin embargo, la concretización de esta idea pertenece al nivel “informal”. Es decir que esta misma idea se ha resuelto de maneras diferentes según las culturas. Así Edward T. Hall nos dice que en Irán, el sexo emotivo, amante de la poesía y que tiene que dar muestras reiteradas de sus sentimientos es el de los hombres. Al contrario, las mujeres suelen ser más frías y pragmáticas. No es la representación comúnmente aceptada en occidente. Aquí vemos que aunque dos culturas compartan la parte “formal”, el nivel “informal” puede diferir. También, en cada cultura, el nivel “informal” muy enraizado en las mentes termina por confundirse con lo “formal”. Finalmente, esta división entre varones y mujeres puede enfocarse desde un nivel “tecnológico”: el nivel que llama a la participación de la consciencia y de la razón. En cuanto a nuestro tema, se pueden encontrar teorías aceptadas durante una época, aunque cambiaran según los derroteros de la filosofía, la moral, la ética o de la ciencia. Así el siglo XIX afianzó en Occidente la idea de una división fundamental entre hombres y mujeres, a partir de una visión biológica y médica. Al contrario, en el siglo XX, la antropología ha podido demostrar que el comportamiento de las mujeres o de los hombres no es el mismo de una cultura a otra (el caso de Irán es un buen ejemplo) lo que echa abajo la teoría de una naturaleza masculina o femenina. También, con la era de

la genética y con los nuevos enfoques biológicos, la tendencia actual es borrar la línea divisoria que hasta entonces separaba los dos sexos. En el nivel “tecnológico”, la reflexión nutre la visión del mundo, pero los conceptos que son el resultado de un razonamiento consciente terminan generalmente como lugares comunes, bases de la sociedad durante largos períodos (lo que les asemeja al nivel “informal”).

Lo que más nos interesa de esta teoría de Edward T. Hall es el hecho que, para él, la cultura es ante todo nuestra manera de interactuar con el mundo.

“Individuos que pertenecen a culturas diferentes, no sólo hablan lenguas diferentes, sino que, y sin lugar a duda es lo más importante, habitan mundos sensoriales distintos”²³.

No hay un contacto con la realidad desde lo obvio, sino siempre a través del filtro de nuestra cultura. Nuestros sentidos no perciben el mundo de manera objetiva, sino que lo perciben a través de algo preestablecido. Esta afirmación de Hall parece complementaria a las teorías de los psicólogos gestálticos retomadas por Perls, es decir el concepto que ya presenté:

“El hombre no percibe las cosas como entidades sin relación y aisladas, sino que más bien las organiza, mediante el proceso perceptivo, en totalidades significativas”²⁴.

En el caso de la cultura, según Edward T. Hall, la significación buscada por los sentidos es fruto de un aprendizaje que da de antemano un sentido culturalmente marcado a lo percibido.

Miquel Rodrigo, uno de los especialistas españoles actuales de la interculturalidad²⁵, también escribe:

“A grandes rasgos podríamos decir que cada persona ha nacido en una comunidad de vida en la que se ha socializado. La persona interioriza unas maneras de pensar, de

²³ Edward T. Hall, *La dimension cachée*, Editions du Seuil (1971), p. 15, traducción mía

²⁴ Ver Fritz Perls, *El Enfoque gestáltico & Testimonios de terapia*, Cuatro Vientos Editorial, Santiago de Chile (2001 [1ª edición en inglés 1973]), p. 18

²⁵ Además de numerosos artículos, Miquel Rodrigo es autor de *La comunicación intercultural*. Anthropos, Barcelona (1999)

sentir y de actuar. A partir de esta interiorización no sólo comprende el mundo de su comunidad, sino que éste se va a convertir en su mundo”²⁶.

Y añade, retomando la noción de “mundos sensoriales distintos” de Hall:

*“Todos nacemos en comunidades de vida que son además comunidades de sentido porque nos van a dar instrumentos para dar sentido a la realidad de nuestro entorno”*²⁷.

Otra idea interesante, es que Edward T. Hall va hasta considerar la cultura como comunicación. Para él, la cultura da sentido al mundo y, como tal, funciona como un mensaje sobre la realidad que nos rodea. Incluso, termina por asimilar cultura y comunicación: toda cultura tiene como objetivo divulgar un mensaje, y todo mensaje es el resultado de una cultura. Esta idea le conduce a unas investigaciones donde funda su observación de las culturas a partir de sistemas prestados de la lingüística²⁸.

Rodrigo también considera ante todo la cultura como comunicación, como lo muestra la cita siguiente:

*“La cultura debe su existencia y su permanencia a la comunicación. Así podríamos considerar que es en la interacción comunicativa entre las personas donde, preferentemente, la cultura se manifiesta”*²⁹.

Asimismo, me parece muy importante el hecho que Edward T. Hall considere gran parte de la cultura como totalmente inconsciente. Esta idea nos lleva a pensar que un paciente extranjero experimentará malestares cotidianos sin tener la menor idea de donde provienen. Es que no sabe que su comportamiento, como el de sus compatriotas, sigue reglas de juego muy específicas, puesto que estas reglas son totalmente implícitas. Tampoco reconoce las reglas del juego de la nueva región donde habita, porque también allí nadie las explicita, aunque todo el mundo las aplica.

²⁶ Miquel Rodrigo Alsina, “La comunicación intercultural”, Portal de la comunicación, Aula abierta, Lecciones básicas, Universidad Autónoma de Barcelona. Consultar:

<http://didac.unizar.es/jlbernal/comintercultural.pdf>, p.1

²⁷ Idem.

²⁸ Imagina un esquema de investigación donde los elementos más pequeños de las culturas son como sonidos aislados, que se articulan en palabras y finalmente en sistema sintáctico.

²⁹ Miquel Rodrigo, op. cit, p. 2

El trabajo del terapeuta será entonces de hacer explícito lo implícito. Pedirá al paciente, cuando sospechará una inadecuación cultural, que aclare ciertas actitudes suyas que responden a comportamientos considerados normales en su cultura. También podrá describir (o hacer describir al paciente, para que así las descubra), las costumbres del nuevo lugar, buscando en cada momento la mayor objetividad, es decir sin menospreciar un sistema u otro, sino describiéndolos de manera precisa y sin juicio.

Ese modo de acción tiene dos objetivos. El primero concierne directamente al paciente. Este suele considerar las reglas del nuevo sistema como absurdas, puesto que, como lo vimos, la manera de enfocar las cosas en su sistema de origen es considerada como natural. A través de la toma de consciencia (el implícito hecho explícito, el inconsciente hecho consciente) de que las dos sociedades funcionan de manera diferente y que cada manera tiene su sentido, se puede reducir ciertas angustias cotidianas.

El otro objetivo concierne más bien al terapeuta. A veces, ciertas reacciones de su paciente podrán resultarle raras y hasta neuróticas, cuando la realidad es que son consecuencias de una forma de educación. Estar consciente de ello es evidentemente primordial. Hall es plenamente consciente de esta dimensión cuando advierte que la dimensión “informal” de una cultura puede ser considerada por otra cultura, inconsciente de las diferencias, como neurótica.

“Lo informal es entonces el conjunto de las actividades que hemos aprendido un día, pero que están integradas en nuestra vida cotidiana hasta tal punto que son automáticas. [...] Sabemos todo ello desde hace tiempo y sin embargo nadie ha comprendido hasta que punto actividades informales forman parte de nuestra vida, ni como el carácter inconsciente de estas actividades conduce a las más grandes diferencias interculturales. La entonación de voz de los aristócratas ingleses, que parece tan afectada a los americanos, es un ejemplo de este especie de actividades, que, si son mal comprendidas, pueden constituir una barrera infranqueable entre dos individuos de culturas diferentes.

No hay que confundir estas actividades con las neurosis, durante las cuales ciertos aspectos de la personalidad también están fuera de la consciencia. La literatura psicológica multiplica referencias de comportamientos disociados, inconscientes, etc.,

*pero estos son desviaciones en cuanto a la norma y no hay que confundirlos con lo informal*³⁰.

Quiero precisar que la solución que propongo de una descripción objetiva y fuera de todo juicio de valor de la costumbre del país de origen del paciente y de los usos correspondientes en la cultura nueva, corresponde a una técnica muy gestáltica. Perls reitera la necesidad de describir desde lo obvio. El enfoque fenomenológico para Perls es sanador porque vacía la zona intermedia llena de interpretaciones *a priori* y representaciones prejuiciosas. Ese enfoque es el adoptado por los antropólogos como Edward T. Hall que escribe estas líneas con resonancias terapéuticas:

*“El análisis de nuestra propia cultura explicita todo lo que damos por válido en la vida diaria. Pero el hecho de hablar de ello modifica el lazo que nos ata a ello. Entramos en resonancia consciente y activa con estos aspectos de nuestra existencia que, demasiado a menudo, damos por válidos y que pesan a veces mucho sobre nuestras mentes. El hecho de hablar de ello nos libera de sus cadenas”*³¹.

II.2. Ejemplos de algunos comportamientos que difieren de una cultura a otra

Me propongo aquí dar algunos ejemplos de maneras de ser o de sentir que son distintas según las culturas. En ningún caso pienso ofrecer un catálogo de comportamientos, sólo quiero atraer la atención de mis lectores sobre el hecho de que ciertas actitudes que nos parecen las únicas naturales cambian según las regiones del mundo, lo que nos invita a ser prudentes en el momento de observar los gestos o la manera de hablar de un paciente de otra cultura.

Signos gestuales

Empezaremos nuestro recorrido por gestos cuyo significado difiere de un país a otro. En realidad estamos en este caso frente a una dimensión lingüística puesto que como las palabras los gestos pueden ser signos que remiten a un significado específico. Sin embargo, nos parece interesante empezar por algún comentario sobre estos gestos porque en general hay una cierta creencia que los gestos son internacionales. Muchos se

³⁰ Edward T. Hall, *Le langage silencieux*, p 93, traducción mía.

³¹ Idem, p. 164

sorprenden cuando aprenden por ejemplo que el lenguaje de los sordos es diferente según las lenguas. De hecho la gente piensa en general que los gestos reproducen por mimetismo la realidad. Por ejemplo para designar algo que está en lo alto dirigimos el dedo índice hacia esta dirección. Tenemos también la experiencia de usar los gestos de manera mimética con los niños, hinchando las mejillas para hablarle de alguien gordo, cojeando para contarle la historia de un anciano, etc. No obstante, existen muchos gestos que, como palabras, remiten a significados de manera arbitraria. No tomar en cuenta esta posibilidad puede generar situaciones incómodas.

Personalmente, viví una situación algo molesta durante una formación de adultos donde participaba un hombre originario de New Delhi en la India. Cada vez que yo daba explicaciones observaba como giraba la cabeza de la izquierda hacia la derecha y viceversa. Aunque sonreía, me parecía que estaba en constante desacuerdo conmigo. Terminé por preguntarle si algo de mis exposiciones le incordiaba, pero su respuesta verbal fue al contrario muestras de satisfacción. Cuando le pregunté por su gesto, él me contó que esta manera de girar la cabeza no remitía a la negación (como en occidente para decir “no”) y que al contrario era un signo de aprobación. Tengo que añadir que incluso después de sus explicaciones su gesto me siguió molestando, seguramente porque es un gesto negativo profundamente anclado en mí.

Entre el francés y el español existen gestos similares que asimismo significan cosas radicalmente diferentes. Así cuando un español pone su dedo índice sobre su párpado inferior, eso significa “te vigilo”. Para un francés ese mismo gesto quiere decir “eres un embustero, no te creo nada”.

Contaré otra anécdota que me pasó cuando llegué a España. De vacaciones en Madrid, comenté a la gente donde me alojaba que quería ir por la tarde a conocer la Puerta del Sol. Las personas enseguida me respondieron con el gesto que en español remite a la presencia de mucha gente, la palma de las manos hacía arriba y los dedos juntándose y separándose alrededor del pulgar. Viendo tal gesto me puse a dudar si podía realizar mi visita o no, puesto que en francés este mismo gesto significa que algo peligroso pasa. Cuando pregunté si en este lugar había muchos robos o mucha droga, mis interlocutores se sorprendieron diciendo que no era para tanto, que sólo me querían avisar que me podía encontrar con la muchedumbre, y allí comprendí que había interpretado mal su signo.

A título de ejemplo, se podrá citar también un gesto que existe en francés pero es desconocido en español, como hacer girar el puño alrededor de la nariz para decir

“borracho”. Igualmente, el gesto español de “estar a dos velas”, pasando el índice y el mayor de cada lado de la nariz es totalmente hermético para los franceses que a veces lo interpretan con tener ganas de llorar.

La Gestalt está especialmente preparada para enfrentarse a los gestos del paciente extranjero, puesto que el terapeuta ha recibido una formación que le lleva a no interpretar de antemano los gestos de sus pacientes, sino a preguntarles qué significan íntimamente para ellos. Así, tendría que ser algo muy natural para cualquier terapeuta Gestalt preguntar a su paciente qué quiere decir para él tal o tal movimiento. Sin embargo, en la práctica solemos centrarnos en los gestos que nos llaman la atención, y puede que haya gestos del paciente extranjero que nos parezcan familiares –y entonces interpretables de manera sencilla, es decir que no los vemos como emergentes-, cuando estos gestos remiten a significados precisos que no sospechamos. Con un paciente extranjero habrá entonces que cuestionar de manera más sistemática los gestos.

Esta actitud no interpretativa tendrá que aplicarse igualmente en los aspectos que vamos a desarrollar ahora, como la actitud corporal general del paciente, su sentido del tiempo, del espacio, su representación de las relaciones personales. Con un paciente extranjero, el terapeuta tendrá que hacerle explicitar muy a menudo sus reacciones, para escapar al riesgo de interpretarlas de manera errónea. A la vez podrá señalar al paciente las posibles actitudes o representaciones que crean confusión o incluso conflicto en el nuevo medio ambiente donde se encuentra.

Actitudes

Hablar de actitudes es pasar a un nivel mucho más inconsciente que el de los signos gestuales. Es seguramente un terreno donde proliferan muchas incomprendiones. Según la cultura de donde uno proviene tiene una manera de andar, de entonar, de sentarse, etc. Si se queda en su entorno de origen los que le rodean podrán percibir características que denuncian su personalidad basándose sobre las variaciones observadas en cuanto a un término medio considerado como la “neutralidad”. No obstante, si el individuo sale de su área cultural, los que le van a observar lo van a hacer siguiendo criterios que muy probablemente difieren de los de su cultura de origen. Así, los hombres franceses muchas veces son percibidos como afectados o incluso como algo femeninos por los españoles. En cambio los españoles pueden parecer poco educados y poco refinados a los galos.

Flora Davis, en su libro *La comunicación no verbal*,³² da muchos ejemplos de comportamientos que pueden generar malas interpretaciones fuera de su cultura originaria. Por ejemplo, explica que para los estadounidenses el hecho de que un hombre cruce las piernas está considerado como una actitud afeminada³³, sólo se puede cruzar las piernas de manera masculina separando las piernas y apoyando un tobillo sobre la rodilla de la otra pierna. Asimismo comenta que en Medio Oriente tener las “muñecas sueltas”³⁴ es normal para hombres, cuando es de amanerado en Europa. El parpadeo igualmente puede ser percibido de manera errónea. En Estados-Unidos los hombres parpadean de manera rápida, en cambio en el Medio Oriente de manera lenta, gesto sentido como sensual, seductor o femenino en Occidente³⁵.

En la Europa meridional es de lo más normal cortar la palabra a alguien. No está considerado como una falta de educación, incluso se puede percibir como un signo de interés por la conversación. Al contrario, en la Europa del Norte se interpreta como una grosería o por una falta de respeto y puede afectar gravemente la interacción.

El sentido del tiempo

Edward T. Hall se interesa en particular por esta dimensión que pertenece al “lenguaje silencioso” que tanto le interesa. La vivencia de esta dimensión es crucial para cada individuo, pero queda en general implícita. Dos individuos venidos de áreas culturales diferentes pueden chocar frontalmente en cuanto a su uso del tiempo. Hall da muchos ejemplos de estas incomprensiones. Por ejemplo habla de las proyecciones en el futuro que un individuo puede tener. Hablar de un “tiempo largo” para occidentales corresponde a 10 o 15 años. Para un Chino eso remite a 1000 años³⁶. Las mayores fricciones tienen lugar cuando se trata de citas concertadas. Según el antropólogo, en Irán, se puede rechazar muchas veces una cita, anularla a último momento o llegar tarde sin que sea signo de desacuerdo o de mala educación³⁷. En otras páginas³⁸ trata también de la diferencias sustanciales entre la “hora mejicana y la hora americana” que da más de un dolor de cabeza muchos hombres de negocios anglo-americanos.

³² Flora Davis, *La comunicación no verbal*, Alianza Editorial (2009).

³³ Idem, p. 25

³⁴ Idem, p. 23

³⁵ Idem, p. 26

³⁶ Edward T. Hall, *Le langage silencieux*, Editions du Seuil (1984), p. 25.

³⁷ Idem, p. 35-36.

³⁸ Idem, p. 23 y siguientes

El sentido del espacio

Edward T. Hall dedica todo un libro a esta cuestión, *La dimensión escondida*. Insiste sobre esta vivencia puramente cultural que puede producir reacciones muy desagradables. En particular habla de la noción de distancia entre interlocutores. El espacio de la intimidad cambia bastante de una cultura a otra, así para un americano del norte la distancia elegida por un americano latino para dirigirse a él podrá ser muy molesta si la juzga –inconscientemente- demasiado próxima. Yo mismo puedo testificar de la sensación que durante mucho tiempo sufrí con alumnos españoles que venían a hablarme al final de una clase. Se situaban a una distancia que para mí resultaba invasiva, así que espontáneamente daba un paso atrás. Inconscientemente el alumno daba un paso adelante. Y más de una vez, si la conversación se prolongaba, terminaba yo acorralado en contra de la pizarra.

A título de ejemplo se puede también anotar esta otra observación de Hall sobre la vivencia del espacio de un americano del norte y un inglés. Hall recuerda la irritación de un alumno británico que compartía habitación con un estudiante estadounidense³⁹. Para el inglés, según Hall, más acostumbrado a compartir espacios comunes en el seno de la familia, hay unos signos que dejan claro a la persona que comparte con uno una habitación que es el momento de callarse y de respetar el silencio y la intimidad del otro. Estos signos son desconocidos del americano, quien en cambio tiene como vivencia el hecho de que dos personas en un mismo cuarto tienen que dirigirse la palabra, en el caso contrario eso significa que tienen un conflicto. Como se puede suponer, estas dos maneras de vivir la convivencia, radicalmente opuestas, sólo podían generar discusiones.

Relaciones sociales

En este apartado se puede por ejemplo hablar de la importancia mayor que tiene en Francia la jerarquía en particular en el seno de las empresas, si se compara con España. Hall advierte que el rango social es también capital en la cultura japonesa. En tono de humor la novela de Amélie Nothomb, *Estupor y temblores*⁴⁰, adaptada en el cine, nos describe de manera caricaturesca un mundo empresarial donde la sumisión es la clave de la sobrevivencia y, a largo plazo, del éxito. Conocer tales características es importante si el terapeuta tiene un paciente de esas nacionalidades trabajando en una

³⁹ Idem, p. 171-172

⁴⁰ Existe una traducción al castellano: Amélie Nothomb, *Estupor y temblores*, Anagrama, 2004

empresa del mismo país. Más que nunca el terapeuta tiene que ser consciente que si pide al paciente tener una actitud más libre, eso puede topar con el fuerte sistema ⁴¹ al cual el paciente pertenece. El sistema afectado por esa intrusión de algo nuevo podrá transformarse o ponerse todavía más rígido y agresivo-sobre todo si se trata de autoridad.

Hall también habla por ejemplo de la vecindad⁴², observando –a finales de los años 50- que en los USA este lazo era mucho más importante que en Inglaterra. Para los ingleses vivir a proximidad no significaba nada, en cambio en los Estados Unidos elegir su vecino tenía un gran interés puesto que al vecino se le visita, se le puede prestar objetos, pedir comida, dejar los niños para que jueguen con los suyos. Cosas según Hall, poco frecuentes en Inglaterra. Según el antropólogo, los americanos que vivieron en Gran Bretaña vivieron mal esta diferencia que no podían entender.

Para parte de los europeos del norte, salir con amigos es a menudo sinónimo de encontrarse con unas muy pocas personas: una, dos o tres. No importa el grado de intimidad. Incluso, si las personas se conocen poco, el número reducido permitirá un mayor acercamiento. Cuando esos mismos europeos del norte vienen a España les abruma el hecho de que la costumbre más generalizada -sobre todo en gente joven- es salir en grupos bastante grandes. La “fiesta” española tiene sus encantos y muchos la adoptan alegremente. Sin embargo, personas menos extrovertidas y acostumbradas a relaciones menos numerosas sufrirán esa manera de divertirse. Lo mismo pasará en sentido contrario a españoles que viviendo en el norte de Europa añorarán el calor y la energía de esas noches ibéricas en medio de mucha gente. Para ellos esas poblaciones serán percibidas como sosas.

Para hablar de un aspecto donde lo social es más anónimo, Hall se refiere a las costumbres a la hora de hacer cola⁴³. Según lo que observó en Estados Unidos la cola se respeta, no importa el rango social de las personas que la forman, lo que no es común a todas las sociedades. Añade que en ciertos países europeos, hacer cola es sinónimo de instinto gregario, lo que conduce a infringir el orden de llegada. Los polacos serían en particular muy propensos a adelantarse por puro rechazo a esa mentalidad sumisa.

⁴¹ Ver sobre esta cuestión de los sistemas, el artículo de Joen Fagan, “Las tareas del terapeuta”, in Joen Fagan, Irma Shepherd (compiladores), *Teoría y técnica de la psicoterapia gestáltica*, Amorrotu editores, (2005), p. 93 y siguientes. Joen Fagan advierte que cada intervención del terapeuta remite a sistemas a los cuales el paciente pertenece o ha pertenecido: la familia, la escuela, la empresa, la nación, etc.

⁴² *La dimension cachée*, op. cit., p. 175

⁴³ *Le langage silencieux*, op. cit., pp. 202-203

Podría añadir mi propia experiencia de francés en España. En Francia, como la regla es de no hablar con extraños, uno llega a la tienda y registra las personas que ya están presentes. Así sabe que será servido después de todas ellas. No le importa saber quién está delante o atrás, quién es el último. Todavía más inimaginable pedir a alguien sin conocerle que le guarde el sitio mientras el demandante va a otra parte. Todas estas costumbres españolas son interpretadas como intrusiones en la esfera privada. Así que si un español actúa de esa manera en Francia será considerado como un lunático. Asimismo le cuesta mucho a un francés comprender y adoptar el sistema de “dar la vez” en España. Y si no lo hace, los españoles presentes se preguntarán quién es esa persona neuróticamente callada y rígida.

Los europeos del norte que vienen a España, se asustan del nivel sonoro en los bares y restaurantes. En cambio, los españoles que viajan al norte de Europa se quejan del silencio en estos establecimientos. Los primeros estiman que ir a tomar algo o comer está asociado a un momento de calma que les saca del estrés cotidiano, los segundos buscan un ambiente cargado de energía para “ponerse las pilas”.

Culturas próximas y lejanas

En lo que concierne la toma de consciencia de las diferencias que existen entre una cultura u otra, quiero defender una aparente paradoja. Para mí, más cercana es la cultura más difícil es ver lo que a uno le choca y le chafa el día. Si un occidental se va al África Subsahariana en una aldea, lo más probable es que se de cuenta en seguida de las diferencias de las costumbres del lugar en cuanto a su propia cultura. No quiere decir que se vaya a acostumbrar mejor, pero sabe de manera muy clara lo que le choca o no, y puede, o no, intentar adaptarse y/o asumir lo diferente.

En el caso de dos culturas mucho más cercanas, como por ejemplo la francesa y la española, esa noción de adaptación a veces es más difícil, puesto que a parte de algunas cosas evidentes (como los horarios de las comidas o de dormir) hay muchos detalles del día a día que chocan al recién llegado y pueden llegar a irritarle. Por ejemplo, el “usted” que correspondería al “vous” en francés existe en castellano, pero se usa de manera muy distinta. He oído a jefes míos franceses quejarse de que personas que no conocían le decían de “tú” enseguida, lo que ellos vivían como una falta de respeto. Si un español habla de “tú” en un comercio en Francia o de la misma forma pregunta por su camino por la calle estará considerado de bastante mala educación. A la

vez, tuve varias veces desavenencias por decir “usted” a algunas personas en Madrid que pensaron que les despreciaba o les echaba muchos años.

Otro ejemplo aparentemente sin importancia sería el de los horarios de los bancos. En Francia los bancos abren mañana y tarde y la gente se apaña para ir a su oficina fuera de los horarios de trabajo. En España, yo mismo ví como personas de mi empresa pedían permiso para ir a hacer unas gestiones durante su horario. Un francés considerará la costumbre española una manera de escaquearse de sus tareas, un español considerará la actitud francesa como poco humana y un nivel injusto de exigencia de parte de la empresa.

Esos ejemplos, muy cotidianos, y aparentemente sin mucha importancia, pueden sin embargo crear una sensación de inadaptación que desembocará en un malestar más o menos profundo. El hecho de estar en países cercanos, a priori muy parecidos en cuanto a bienestar social, nivel tecnológico, creencias religiosas, sistemas de valores democráticos, etc., vela muchas veces la posibilidad de asumir estas “pequeñas” diferencias como reales. Quedan, entonces, todavía más en un nivel inconsciente, el nivel donde las diferencias son más dañinas y pueden concretizarse en sentimientos de soledad, irritación o desprecio.

II.3. Pistas para una atención intercultural

Todos esos ejemplos que sólo dan algunas pistas de cuanto pueden diferir las maneras de experimentar el mundo y vivir las relaciones humanas, están aquí para recordar al terapeuta que su paciente extranjero tiene, como lo dice Hall, un “mundo sensorial” que no es el mismo que el suyo propio. La Gestalt, cuya preocupación es la interacción entre el individuo y el medio, tendrá que estar a la escucha de lo que constituye el medio de origen del paciente y de lo que allí se consideran interacciones “neutrales” (por no decir “normales”). Eso permitirá determinar si nuestro paciente tiene un deje neurótico (que sería de inadaptabilidad), o no, ya en su cultura de origen.

Sin embargo, hay que tomar también en cuenta que si los usos y costumbres nacionales de nuestro paciente chocan con los del país donde se instaló -y que a priori va a quedarse por un tiempo-, habrá que tomarse en serio el trabajo de prevenirle de esa inadecuación, con el fin de permitirle una interacción fluida con el ambiente. Como dije más arriba, un modo de acción es la descripción fenomenológica (o en este caso antropológica) de las dos culturas, observando sin prejuicio sus funcionamientos.

Propuestas de Miquel Rodrigo para mejorar las relaciones interculturales

Miquel Rodrigo intenta hacer una lista de puntos a tener en cuenta para una buena relación intercultural. Estos puntos nos parecen interesantes puesto que entran evidentemente en juego en la relación terapéutica.

El investigador resume él mismo sus propuestas con la lista siguiente:

“PARA UNA COMUNICACIÓN INTERCULTURAL EFICAZ ES NECESARIO:

Una lengua común

El conocimiento de la cultura ajena

El re-conocimiento de la cultura propia

La eliminación de prejuicios

Ser capaz de empatizar

Saber metacomunicarse

Tener una relación equilibrada” ⁴⁴

El primer punto es bastante obvio. Hay que encontrar una manera de relacionarse verbalmente, y se soluciona encontrando una lengua compartida por los dos interlocutores. Veremos sin embargo más adelante que según la elección de la lengua puede llegar a producirse desigualdades.

El conocimiento de la cultura ajena será claramente relativo. Pero lo importante es escapar a los estereotipos que enmascaran la verdadera naturaleza de una cultura. Como lo recuerda Rodrigo, los estereotipos son sobregeneralizaciones que supuestamente facilitan la explicación de una realidad poco conocida.

*“El fijarse atentamente y el intentar descubrir el sentido de las cosas se vuelve innecesario. El estereotipo nos permite explicar hasta lo incomprendible: "Ya se sabe... los franceses son así”*⁴⁵.

También el conocimiento permite una mejor comprensión de las reacciones del otro que sobrepasa lo meramente verbal. Aspecto que ya pudimos explorar anteriormente y que Rodrigo viene a confirmar.

⁴⁴ Miquel Rodrigo, op. cit, pp. 8-9

⁴⁵ Idem, p. 9

*“Para una eficaz comunicación intercultural es necesario, por un lado, una nueva competencia comunicativa y, por otro lado, un cierto conocimiento de la otra cultura. La comunicación interpersonal no es simplemente una comunicación verbal, la comunicación no verbal (espacial, táctil, etc.) tiene una gran importancia. Es decir, que no es suficiente conocer un idioma, hay que saber también, por ejemplo, el significado de la comunicación gestual del interlocutor. Además hay que recordar que la comunicación no es un simple intercambio de mensajes que tienen un sentido incuestionable. Un mismo discurso puede tener distintos niveles de lectura que sólo las personas que conozcan bien la cultura pueden alcanzar. Por ejemplo, para comprender bien la película Forrest Gump, interpretada por T. Hanks, era necesario un cierto conocimiento de la historia y de la cultura estadounidense. Evidentemente la película se podía ver sin estos conocimientos, pero se perdían las referencias de muchas secuencias de la película. Es necesario, por consiguiente un conocimiento lo más amplio posible de la cultura de la persona con la que se interrelaciona. El desconocimiento de "el otro" lo deshumaniza”.*⁴⁶

Ya tocamos anteriormente la necesidad del “re-conocimiento de la propia cultura”, pero Rodrigo nos parece todavía más contundente en lo que concierne este punto:

“Pero no hay que conocer sólo otras culturas, sino que la comunicación intercultural implica también una toma de conciencia de la propia cultura. En muchas ocasiones nuestras comunicaciones están llenas de valores que transmitimos sin ser apenas conscientes de ello. La comunicación intercultural no sólo supone comunicarse con otras culturas sino también hacer el esfuerzo de repensar la propia cultura”.

Sigue:

*“Un requisito prácticamente imprescindible para la comunicación intercultural es que haya un cierto interés por culturas distintas de la propia. Por supuesto, no se trata de un interés anecdótico o dirigido a confirmar nuestros propios valores. Se trata de ver qué puedo aprender de las otras culturas”.*⁴⁷

En la eliminación de prejuicios Rodrigo comenta:

⁴⁶ Idem, p. 6

⁴⁷ Idem, p. 6

“Deberíamos aceptar que no hay culturas mejores y ni peores. Evidentemente cada cultura puede tener formas de pensar, sentir y actuar en las que determinados grupos se encuentren en una situación de discriminación. Pero si aceptamos que no hay una jerarquía entre las culturas estaremos postulando el principio ético que considera que todas las culturas son igualmente dignas y merecedoras de respeto. Esto significa, también, que la única forma de comprender correctamente a las culturas es interpretar sus manifestaciones de acuerdo con sus propios criterios culturales”.

Y añade:

“Se trata de intentar moderar un inevitable etnocentrismo que lleva a interpretar las prácticas culturales ajenas a partir de los criterios de la cultura del interpretante. Si no hacemos este esfuerzo de comprensión, la comunicación intercultural se hará más difícil y aumentará la probabilidad de malentendidos”⁴⁸.

En cuanto a la capacidad de empatizar, nos parece que este punto es a la vez obvio y central en una terapia. Sólo si el terapeuta está dispuesto a acompañar a su paciente en el conocimiento de sí mismo, podrá haber terapia. Y claro está que algunos funcionamientos del paciente podrán chocar con la sensibilidad del terapeuta, pero si el terapeuta no está dispuesto a hacer el esfuerzo de comprender desde dentro al paciente, es decir empatizar con él, difícilmente lo podrá ayudar únicamente a base de choques de impresiones. El terapeuta dejará resonar en él lo que el paciente lleva a terapia y a partir de ello podrá dar alguna referencia al paciente de cómo ve su relación con el mundo, pero no empezará por “reprender” al paciente cada vez que vendrá con actitudes disconformes con sus representaciones de la realidad. En el caso de un paciente extranjero este punto será quizás a la vez más complicado y más importante.

El punto que concierne la metacomunicación nos parece también muy importante. Algo he comentado ya de la necesidad de indagar en los hechos traídos por el paciente extranjero para determinar si su reacción depende del filtro cultural. Rodrigo propone directamente un intercambio metacomunicativo con el fin de aclarar la situación:

⁴⁸ Idem, p. 2

“Hay que tener en cuenta que si entre personas de una misma comunidad de vida, en ocasiones, se producen incomprensiones, entre personas socializadas en culturas distintas éstas pueden aumentar. Uno puede comunicarse aceptando un cierto grado de malentendidos, pero si estos aumentan la comunicación será muy difícil. En la comunicación intercultural hay que asumir que el malentendido puede ser la norma y no la excepción. Por ello es necesario desarrollar la capacidad de metacomunicarse. Es decir, tener la capacidad de decir lo que se pretende decir cuando se dice algo. Metacomunicar significa hablar del sentido de nuestros mensajes, pero no sólo de lo que significan sino incluso de qué efectos se supone que deberían causar. Un ejemplo sencillo, si entro en una habitación que tiene la ventana abierta y digo "Aquí hace mucho frío ¿no?" y mi interlocutor responde "Ah ¿Sí?... ¿Tú crees?" y deja la ventana abierta significa que mi interlocutor no ha entendido mi mensaje. La primera afirmación no era una simple constatación de un hecho, como parece haber entendido, sino que se sobrentiende una petición de que se cerrara la ventana. Si, molesto, replico: "Perdona, te estaba pidiendo si podrías cerrar la ventana", lo que hago es metacomunicarme”.

Y sigue

“En la vida cotidiana funcionamos con una gran cantidad de sobreentendidos, presuposiciones, eufemismos, etc en los que el sentido no está en el significado literal del mensaje. Se trata de un sentido presupuesto compartido por los miembros de una misma comunidad de vida. Pero en la comunicación intercultural los sobreentendidos o las presuposiciones pueden ser una fuente inagotable de malentendidos. Por ello no basta con comunicar, en muchas ocasiones es necesario también metacomunicar. En la comunicación intercultural no se puede presuponer que mi interlocutor va a entender precisamente lo que no se dice explícitamente.”

El último punto problematizado por Rodrigo es el de una relación equilibrada. Este punto es especialmente importante, y más a dentro de una terapia gestáltica que advierte de la necesidad de una relación de igual a igual entre terapeuta y paciente. Rodrigo observa de manera justa que la elección de la lengua compartida puede acarrear relaciones desiguales. El locutor que puede expresarse en su lengua materna se siente *a priori* más a gusto que su interlocutor que se adaptará a la lengua del otro. También puede pasar en cuanto a las costumbres del lugar si los dos individuos están en el país de uno de los dos. Estar consciente de este hecho es importante en una sesión y el

terapeuta tendrá de una manera u otra que hacerse sentir a sus anchas al paciente extranjero. Por ejemplo no corregirá sus errores lingüísticos, y si no ha comprendido una expresión tendrá que pedir una explicación sin dejar notar nada de impaciencia. En cuanto a su cultura tendrá, como se decía más arriba, dejar claro que es consciente que es una manera de ver el mundo, pero que no es ni mejor ni peor que la del paciente.

Universalismo

Terminaré con un aspecto que Rodrigo no incluyó en su lista para mejorar las relaciones interculturales, pero que me parece importante rescatar de su artículo. Es la práctica de buscar lo que es común y no sólo lo que difiere en las dos culturas. En efecto, la voluntad de reconocer el carácter distinto de la otra cultura no tiene que hacernos olvidar de todo lo que nuestras culturas tienen en común. Esto supone que la búsqueda de la diferencia tiene que ser una apertura a posibles distinciones, pero no tiene que ser una obsesión. También, de vez en cuando comentar con el paciente lo que una de nuestras culturas podrá facilitar la empatía, la impresión de ser comprendido, y en general la comunicación.

Rodrigo termina por hablar de un cierto “universalismo” que es imprescindible reconocer y que es parte de todo ser humano.

“Una mirada superficial sobre otras comunidades de vida no puede, generalmente, proporcionar más que una visión diferenciadora. A medida que se va profundizando es cuando las similitudes, inherentes a los seres humanos, se ponen de manifiesto. Hay que combatir la tendencia a poner el acento en la diferencia y a olvidar lo común. Esto lleva a universalizar la diferencia. Se afirma que, en esencia, somos distintos. Así se cae de nuevo en el esencialismo cultural que busca diferenciar para excluir. Esto no significa que deban negarse las diferencias, pero hay que situarlas a su nivel real. En ocasiones, se ha contrapuesto una visión universalista, que afirma que todos somos iguales, a una concepción relativista, que considera que todos somos distintos. Quizás de lo que se trata es de aceptar estos dos principios que parecen contradictorios. Es muy posible que los seres humanos, al nivel más profundo, sean todos iguales. Por ejemplo, todos sufrimos un proceso de socialización en una cultura determinada. Sin embargo, está claro que la cultura en que hemos sido socializados propicia que tengamos determinados pensamientos, sentimientos y comportamientos semejantes, en

ocasiones, y diferentes, a veces, de los de personas socializados en otras culturas. En definitiva, se puede reducir esta contradicción si aceptamos el universalismo en el nivel más profundo del ser humano y el relativismo en el nivel más superficial”⁴⁹.

Este comentario de Rodrigo es crucial, porque es el que nos permite trabajar en terapia con un paciente venido de otra cultura. Si estuviéramos convencidos de que todo nos separa de los extranjeros, desde los comportamientos sociales hasta las maneras de sentir la tristeza, la alegría, la rabia o el amor, poco podríamos hacer para ayudarlo a emprender el camino del autoconocimiento. Y Rodrigo termina su artículo citando esta frase de Sartre que podría ser un buen resumen de la alternancia entre lo que une y lo que diferencia a los hombres⁵⁰:

"Un hombre no es nunca un individuo; sería mejor llamarle un universal singular".

Inconsciente colectivo de Jung

El universalismo del cual nos habla Rodrigo, nos remite a los trabajos del célebre psicoanalista, discípulo de Freud, Carl Gustav Jung. Sus estudios se centraron ante todo sobre los mitos, los sueños, los diversos sistemas simbólicos (alquimia, tarot, astrología, I Ching), y la idea de inconsciente colectivo.

Su teoría de los Arquetipos, que elabora desde 1912, remite a imágenes que reflejan modalidades universales de experiencia y de comportamiento humano. Esta idea tiene dos vertientes complementarias. La primera que cada individuo sigue pautas profundas y autónomas que se han ido acumulando como consecuencias de las experiencias vitales de todos nuestros antepasados, quedando impresas en nuestro psiquismo. La segunda es que las pautas más profundas se manifiestan como inherentes a todo ser humano. Hay algo que proviene desde la noche de los tiempos, de nuestros ancestros comunes, que compartimos todos los hombres. Eso explica por ejemplo que en culturas muy alejadas geográficamente, con sistemas lingüísticos totalmente ajenos, sistemas de valores a priori muy distintos, encontremos cuentos y leyendas muy parecidos. Las representaciones del mundo, la sensibilidad, y hasta los esquemas mentales, en una capa profunda son para Jung iguales.

⁴⁹ Idem, p. 9

⁵⁰ Idem, p. 10

Explorar el inconsciente cultural con un paciente extranjero tiene entonces varios objetivos. A un nivel más superficial (lo “informal” de Hall) la tarea sirve para relativizar las costumbres de unos y otros, ser más consciente, más libre y salir de una posible dinámica de malestar. Si se ahonda y se llega a lo que no diferencia sino que une a todos los hombres, se toca el verdadero ciclo de las necesidades. Para llegar a este estadio habrá posiblemente que luchar en contra de las partes más superficiales que enmascaran la realidad profunda de las necesidades y que al final pueden funcionar como pretexto para no tocar el fondo de las cosas. La reivindicación de las diferencias funciona entonces como resistencias.

Pienso en particular en una amiga argentina que se quejaba del hecho de no poder encontrar una pareja en España. Achacaba todo el peso de la responsabilidad a las costumbres de España donde los hombres, según ella, no tenían para nada la misma manera de comportarse que en su país. Seguro que algo de verdad había en su queja y ella creía poder demostrarlo a la vuelta de cada viaje de algunas semanas que hacía en el cono Sur, donde había coleccionado proposiciones amorosas o breves aventuras. Pero la realidad es que ni en Argentina –donde a los 20 años había conocido relaciones traumáticas-, ni en España había resuelto su relación profunda con los hombres. Sus proyecciones sobre los varones ibéricos o las costumbres españolas en gran parte escondían un funcionamiento personal más genuino.

II.4. Distintos casos a tomar en consideración en cuanto a la relación del paciente con su propia cultura y la del país de su terapeuta.

Este apartado es una sistematización. Es un intento de listar algunos aspectos que habrá que tomar en consideración en cuanto a la relación que el paciente establece desde su propio carácter con su propia cultura y la del país donde se instaló. Empezaré mi presentación proponiendo una tabla donde enumero distintos casos.

En un primer tiempo, había establecido una tabla más conceptual, pero lectores de este trabajo pidieron una versión más concreta para facilitar su comprensión, lo que me condujo a ofrecer un ejemplo de un imaginado paciente francés instalado en España. Asociamos a estos dos países características seguramente algo estereotipadas, así que

pido de ante mano perdón a las personas que encontrarán estas características exageradas, erróneas o fuera de lugar.

	Paciente francés	Francia (nación de origen)	España (nación nueva)
A- Características propias del paciente	<ul style="list-style-type: none"> • Rabia interna • Contención emocional en la intimidad 		
B- Características comunes al paciente y a su nación de origen	<ul style="list-style-type: none"> • Eficacia • Imagen 	<ul style="list-style-type: none"> • Eficacia • Imagen 	
C- Características antagónicas entre paciente y nación de origen	<ul style="list-style-type: none"> • Evita la polémica • Sometido 	<ul style="list-style-type: none"> • Fomenta la polémica • Reivindicación 	
D- Características comunes a los 3	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Contención emocional en sociedad 	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Contención emocional en sociedad 	<ul style="list-style-type: none"> • Solidaridad • Contención emocional en sociedad
E- Características comunes entre paciente y nación de origen pero antagónicas con la nación nueva	<ul style="list-style-type: none"> • Distancia en el trato • Prepotencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Distancia en el trato • Prepotencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Cercanía en el trato • Tendencia a la autocrítica
F- Características antagónicas entre nación de origen y nación nueva		<ul style="list-style-type: none"> • Relaciones protocolarias • Legalidad y civismo 	<ul style="list-style-type: none"> • Relaciones espontáneas • Picaresca
G- Características propias de la nación nueva			<ul style="list-style-type: none"> • Envidia • Animación en grupo de íntimos
H- Características comunes al paciente y a la nación nueva	<ul style="list-style-type: none"> • Acogedor • Alegría 		<ul style="list-style-type: none"> • Acogedores • Alegría

Comentaré estos distintos casos de la manera siguiente:

A- **Características propias del paciente:** son elementos que se podrán observar con él. Las resistencias que la sesión recalcará serán las del propio paciente que estará consciente de algo que le define fuera de influencias externas, por lo menos directamente sociales.

B- **Características comunes entre paciente y nación de origen:** son características que el paciente barajará con dificultad, convencido que su manera de relacionarse o de reaccionar son las “normales”. No es que no lo sean, pero como lo sabemos a través de la Gestalt, una actitud en sí no es ni buena ni mala, sino que depende del contexto. Este trabajo, lo sabemos, es fundamental en nuestras sesiones.

En el caso propuesto en esta tabla “la eficacia” o “la imagen”, seguro que sirven en muchos ámbitos, en otros no y llegarán a ser una carga a la larga. Que el paciente este consciente de ello es muy importante.

C- **Características antagónicas entre el paciente y su nación de origen:** muy probablemente, este antagonismo habrá dejado huellas, creando un sentimiento de malestar temprano debido a mensajes externos que el paciente todavía no puede cumplir. Si el terapeuta no pregunta sobre las características de la sociedad donde el paciente vivió, estos aspectos pueden pasar desaparecidos. Claro está también, lo que el paciente podrá contar de su país de origen podrá estar deformado por su propia visión del mundo, achacando afuera lo que él no sabe hacer. Pero algo de lo que comunicará, valor tendrá.

Imaginamos un paciente venido de una sociedad mucho más dura que la española en materia de moralidad. Naciones muy católicas como la irlandesa o la polaca. A lo mejor, el terapeuta español no estará del todo consciente del peso que puede todavía representar la moral religiosa en estos países en una franja importante de la población y no tomará consciencia de la dimensión de los introyectos a los cuales el paciente se ha enfrentado. Esta incapacidad de reaccionar en su infancia o adolescencia como la sociedad lo pedía puede sin lugar a duda haber dejado un sentimiento de culpa o de inferioridad.

El ejemplo de la tabla, enfrentando el carácter sumiso del paciente francés y el entorno reivindicativo de Francia, puede tener como consecuencia una auto-descalificación del paciente que además achacará a la capacidad de reivindicar un estatus mitificado.

D- Características comunes a los 3: aquí está el trabajo a la vez más fácil y más difícil del terapeuta. Más difícil, puesto que le será muy difícil hacer cuestionar cualquier elemento que compartan a la vez paciente, sociedad de origen y sociedad de destino. El paciente tiene como experiencia que su manera de reaccionar está validada no sólo por su sociedad de origen sino por la nueva. Por ejemplo, la contención emocional que caracteriza en parte nuestras sociedades occidentales será un punto complejo de mover.

Pero a la vez es la parte más fácil para el terapeuta puesto que compartirá con el paciente de otro país una cultura en común, experimentando en carne propia vivencias similares.

E- Características comunes entre paciente y nación de origen pero antagónicas con la nación nueva: esta parte es especialmente espinosa y puede ser fuente de enfrentamientos o distanciamientos. En efecto, si el paciente supone que los comentarios del terapeuta no corresponden a una visión sana de las cosas, sino da una visión dictada por su cultura de origen y en desacuerdo con su propia cultura, el paciente descalificará toda acción terapéutica y estimará no ser comprendido. Para él, su posición está avalada por un país entero, reduciendo a la nada el punto de vista de su interlocutor terapéutico.

¿Cómo luchar en contra de un tal fenómeno? Claro está, el terapeuta tiene que ser consciente de lo identitario que lleva en sus propias actitudes y su discurso. Pienso que en lo que concierne este aspecto, la Gestalt aporta una preparación particularmente adecuada. El terapeuta en su terapia personal y en su formación, ha trabajado sobre el contacto con el entorno y ha aprendido a observarse, pero también a conocer mejor la sociedad que le rodea, sus costumbres sanas, sus partes neuróticas, su funcionamiento en general. Tendrá una visión algo distanciada de esta sociedad en la cual se mueve. También, el terapeuta Gestalt sabe que no puede escapar del todo al ambiente en el cual fue educado y así podrá hacer presente en la sesión el hecho de que su sensibilidad

está influida por su educación nacional y cuestionarla. Poner eso de manifiesto permitirá también cuestionar como puramente culturales y relativos los elementos aportados por el paciente. Si el terapeuta es capaz de relativizar lo que pertenece a su cultura, permitirá al paciente emprender el mismo camino. Una vez establecido este marco, queda abierta la posibilidad de observar con una cierta objetividad por parte del terapeuta y del paciente los aspectos llevados a terapia y entonces discriminar dentro de lo cultural lo sano, lo malsano, las veces que tal actitud sirve, y las veces que no.

F- Características antagónicas entre nación de origen y nación nueva: este punto no nos parece fundamentalmente distinto del anterior. Sólo que entrará una cuestión de grado en la identificación entre el paciente y lo tratado en terapia. En el punto precedente (E), el paciente tenía una tendencia personal en concordancia con una tendencia nacional. Así que podía esconder su propia neurosis detrás de una neurosis aceptada como normal por millones de seres. En este nuevo caso, el paciente no adhiere en profundidad a algunas costumbres de su país: es un mero vehículo de ellas. Sin embargo, seguro que en algún punto para él son identitarias. El terapeuta trabajará entonces con la misma precaución que en E, pero lo más probable es que cuando se hará consciente el carácter dañino de ciertos hábitos, el paciente será más permeable al cuestionamiento y dejará advenir el cambio con más facilidad.

G- Características propias de la nación nueva: si el paciente no ve estas características como amenazas para su propia identidad, seguro que no les prestará atención. Puede que nunca se tenga que tocar estos aspectos en terapia.

A la vez, si esas características son totalmente desconocidas del paciente, quizás haga falta algunas veces abrirle los ojos para que conozca mejor el entorno que se puede volver hostil sin que el paciente sospeche nada.

H- Características comunes entre el paciente y la nación nueva: nos parece que este punto nos remite esencialmente al punto D, siendo en definitiva la situación poco distinta. El paciente –en el nuevo país– no es consciente de ciertos funcionamientos suyos, puesto que el entorno le devuelve una imagen de normalidad de los mismos. No obstante, quizás, por no haber vivido esta

situación de más joven, el trabajo de toma de consciencia sea más fácil, ya que sus hábitos no fueron reconocidos como los habituales durante un período importante de su vida.

También entran aquí otros funcionamientos. Si el paciente ha vivido en su país de origen una cierta represión en cuanto a su manera de ser (por ejemplo es homosexual), pero que encuentra en el nuevo país un reconocimiento de la normalidad de su comportamiento (en España los homosexuales pueden hasta casarse), entonces podrá experimentar una especie de liberación. En las sesiones, sentirá que el terapeuta del nuevo país es un aliado para luchar en contra de los probables introyectos que tuvo que soportar en su nación de origen.

II.5. Trabajar con alguien de otra cultura favorece la lucha contra la rigidez⁵¹

El encuentro con otra cultura parece un entorno *a priori* favorable para un trabajo en contra de la rigidez. En efecto, en muchos momentos cotidianos el paciente extranjero se topa con situaciones que se manejan de manera distinta que en su país de origen. Esto le sugiere que en el mundo existen soluciones varias, lo que relativiza el poder de las soluciones preestablecidas. Encontrarse con otra cultura es indudablemente enfrentarse a introyectos desconocidos que denuncian la existencia de nuestros propios introyectos. Trabajo eminentemente saludable.

Para el terapeuta, el paciente venido de fuera, ofrece en bandeja un trabajo sobre la necesidad de adaptación, el famoso “ajuste creativo” formulado por Goodman. Más cercano es el paciente, menos oportunidad tendrá el terapeuta de devolverle sus rigideces, por el simple hecho de que él compartirá las mismas. Más lejana es la cultura del paciente, y más obvios serán para el terapeuta los automatismos de este.

Cada uno de nosotros está influido por las distintas áreas concéntricas a las cuales pertenece. Pertenece a un barrio, una ciudad, una región, una nación, un continente, a la tierra y en última instancia al universo. Si la tierra y el universo, son dimensiones que sin lugar a duda nos reúnen, al contrario el hecho de no pertenecer a un mismo continente, una misma nación, una misma región, una misma ciudad y un mismo barrio, nos separa, nos diferencia. Y esta diferencia es riqueza. Más lejanas serán las culturas del terapeuta y del paciente, más ricas serán las confrontaciones: siendo el

⁵¹ Apartado directamente inspirado por los valiosos comentarios de Olga de Miguel.

objetivo final aprender a ser más flexibles, más conscientes de los múltiples recursos a nuestro alcance, es decir ser menos neuróticos. Al contrario, más cercanas serán sus representaciones del mundo, más pobres, sin duda, serán las devoluciones del terapeuta en cuanto a los automatismos que mueven a su paciente, puesto que compartirá gran parte de ellos, quedando entonces su consciencia oscurecida⁵².

Sin embargo, quiero precisar que si la lejanía de las experiencias da una oportunidad de oro para desenmascarar introyectos y luchar contra ellos, este trabajo no se lleva a cabo sin mucha labor. Bien conozco lo que podría llamarse “narcisismo cultural” o “narcisismo nacional”, por haberlo experimentado en carne propia. Este narcisismo funciona como una suerte de ceguera. Frente a costumbres distintas y a las cuales uno tiene dificultad en adaptarse, muy habitual es una reacción de rechazo, generalmente matizada de desprecio. En la comunidad de inmigrantes a la cual pertenezco, pude observar este mecanismo muchas veces, y puedo asegurar que no sólo por parte de franceses, supuestos paradigmas del chauvinismo. Vi este comportamiento en alemanes, ingleses, argentinos, italianos, etc. También pude observar las mismas críticas de extranjeros en Francia o Alemania. Curiosamente escuché la misma frase en contextos distintos: “¡Que bonita sería Francia si no existieran los franceses!” y “¡Que bonita sería España si no existieran los españoles!”. Entrar en contacto con lo extraño, lo nuevo, no es sinónimo de apertura. La impregnación y la integración no son mecanismos tan fáciles de conseguir –bien lo saben las personas que trabajan para las políticas de integración-. A menudo, la reacción es al contrario un refuerzo de la rigidez, una especie de petrificación de las costumbres y de las maneras de relacionarse con el mundo.

Frente a un sistema que se basa sobre unas relaciones sociales distintas a las del país de origen, hay un sentimiento de incompreensión vivido a menudo como una agresión. Y esta impresión de ataque no lleva fácilmente al cuestionamiento de uno mismo, sino que al contrario, puede conducir a una reafirmación identitaria de la cultura originaria. En un punto bastante profundo, hay una confusión entre el ser y la nacionalidad. Esto lo fomentan todos los sistemas escolares –estudio en prioridad de la geografía del país, de los autores nacionales, etc.-, los media, etc. El deporte en

⁵² Aquí también descubrimos que el hecho de no hacer terapia con una persona allegada (amigos o peor, familia), no sólo remite al hecho de que la relación externa a la terapia podría condicionar el desarrollo de las sesiones, también queda patente aquí que cuanto más cercano es el terapeuta del paciente, menos devoluciones interesantes le puede hacer. La consciencia del terapeuta quedaría cegada por un universo que él tendría en común casi íntegramente con su paciente.

particular es muy representativo de esa identificación con la nación. De manera que todo lo que cuestiona las costumbres del país de origen se vive como una fragilización del ser, una amenaza de la esencia de uno. Atentado que provoca reacciones de defensa, de engrandecimiento de lo nacional. Cuántas personas, a pesar de haberse ido de su país de origen que no le permitía vivir en paz (por problemas políticos –dictaduras, represión-, económicos –desempleo, pobreza-, etc), siguen hablando de lo que decidieron racionalmente abandonar como de un paraíso perdido. Y todo lo que esta ligado a este país se encuentra bajo un halo casi sagrado.

Así que aunque estar de frente a una nueva cultura lleve a sentir íntimamente una sana lucha de introyectos -que tendrían que terminar por anularse entre ellos-, no todos estamos preparados para hacer de esa situación una oportunidad para abrir los ojos sobre los automatismos que invaden al hombre y en particular los que nos dominan. Es al terapeuta, consciente de esas rigideces, al que toca transformar esa sensación de asedio en oportunidad para conocerse y crecer.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARROLL, David W., *Psicología del lenguaje*, Paraninfo, Madrid (4º edición en castellano 2008 [1º edición en inglés 2004]), 501 p.

COHEN, Rachel, « Apprendre le plus jeune possible », in GARABEDIAN, Michèle (compiladora), *Enseignement / Apprentissages précoces des langues*, Hachette, « Collection F », (1991), pp. 48 a 56.

DAVIS, Flora, *La comunicación no verbal*, colección “Psicología”, Alianza Editorial (2009), 270 p.

DE CASSO, Pedro, *Gestalt, terapia de autenticidad, La vida y la obra de Fritz Perls*, Editorial Kairós, Barcelona (2003), 575 p.

FAGAN, Joen, SHEPHERD, Irma (compiladores), *Teoría y técnica de la psicoterapia guesáltica*, Amorrortu editores, Buenos Aires (2005 [1º edición en inglés 1970]), 303 p.

GIL, José María, *Introducción a las teorías lingüísticas del siglo XX*, Ril Editores, Santiago de Chile (2001, [1º edición 1999]), 283 p.

GREENBERG, Leslie S., *Emociones: una guía interna, Cuales sigo y cuales no*, Colección “Crecimiento personal”, Desclée de Brouwer, Bilbao (2000), 348 p.

GRINDER, John, BANDLER, Richard, *De Sapos a príncipes, Programación Neurolingüística*, traducido por Francisco Huneus, Cuatro Vientos Editorial, Santiago de Chile (1982 [1º edición en inglés 1980]), p. 209

HALL, Edward T., *Le langage silencieux*, Editions du Seuil, Paris (1984 [1º edición en inglés 1959]), 237 p.

HALL, Edward T., *La dimension cachée*, Éditions du Seuil, Paris (1971 [1º edición en inglés 1966]), 254 p.

KRIZ, Jürgen, *Corrientes fundamentales en psicoterapia*, Amorrortu editores, Buenos Aires (2001), 410 p.

NASIO, J.-D., *Cinq leçons sur la théorie de Jacques Lacan*, Petite Bibliothèque Payot, Paris (2001 [1º edición 1992]), 242 p.

PARDO TORIO, José Luis, “Dos dogmas del semiologismo. El significado como imagen: de la fenomenología a la teoría de la argumentación”, in *Discurso o imagen: las paradojas de lo sonoro*, coord. Ana María Leyra Soriano, Editorial Fundamentos, España, 2003, pp. 119-150

PERLS, Frederick S., *Dentro y fuera del tarro de la basura, autobiografía*, traducido por Francisco Huneus, Cuatro Vientos Editorial, Santiago de Chile (1995, [1º edición en inglés 1975])

PERLS, Frederick S., HEFFERLINE, Ralph F., GOODMAN, Paul, *Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana*, traducido por Carmen Vázquez Bandín y M^a Cruz García de Enterría, Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Libros CTP, Madrid (2006 [1^o edición en inglés 1951]), 607 p.

PERLS, Frederick S., *Yo, hambre y agresión, Una revisión de la teoría y del método de Freud*, traducido por Carmen Vázquez Bandín, Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Libros CTP, Madrid (2007 [1^o edición 1942]), 396 p.

PERLS, Fritz, BAUMGARTNER, Patricia, *Terapia Gestalt, Teoría y practica & Una interpretación*, Pax México, México (2003 [1^o edición en inglés 1975]), 301 p.

PERLS, Fritz, *El Enfoque guesaltico & Testimonios de terapia*, Cuatro Vientos Editorial, Santiago de Chile (2001 [1^o edición en inglés 1973]), 187 p.

PERLS, Fritz, *Sueños y existencia*, traducido por Francisco Huneeus, Cuatro Vientos Editorial, Santiago de Chile, (2008 [1^o edición en inglés 1969]), p. 284

POLSTER, Erving, *Cada vida merece ser una novela*, Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Libros CTP, Madrid (2003?), 255 p.

RODRIGO ALSINA, Miquel, “La comunicación intercultural”, Portal de la comunicación, Aula abierta, Lecciones básicas, Universidad Autónoma de Barcelona, <http://didac.unizar.es/jlbernal/comintercultural.pdf>

RUIZ, Jesús, DE HITTA, Concha, *La Comunicación en terapia Gestalt*, tesina AETG (2008), 147 p.

STEVENS, John O. (compilador), *Esto es Gestalt, Colección de artículos sobre terapia y estilos de vida guesálticos*, Cuatro Vientos Editorial, Santiago de Chile (1978[1^o edición en inglés 1975]), 301 p.