

# Ciencias sociales y terapias humanistas: acercamientos para el trabajo interdisciplinario en contextos de sufrimiento social

*Social Sciences and Humanistic Therapeutic Orientations: Approaches for Interdisciplinary Work in Contexts of Social Suffering*

Minerva Rojas Ruiz<sup>1</sup>

Universidad Nacional Autónoma de México

## RESUMEN

En este texto se abordaron similitudes y diferencias entre la entrevista en profundidad y la entrevista terapéutica, así como el énfasis en la comprensión del cuerpo, como ejes para el encuentro entre las ciencias sociales —particularmente la sociología—, y las psicoterapias humanistas rogeriana y gestáltica. Posteriormente, se señalaron aportes de las ciencias sociales a la teoría y práctica terapéutica, partiendo de la teoría sociológica de campos y los conceptos de *habitus* y violencia simbólica emanados de ésta. Finalmente, se delinearono acciones específicas en las que sociología y psicoterapia pueden apoyarse mutuamente. Se concluye la necesidad de establecer grupos de trabajo interdisciplinarios, con miras a una intervención que incluya tanto el entendimiento del origen social de los sufrimientos y conductas personales, como el ejercicio de la empatía y la horizontalidad, para contribuir a la recuperación de la agencia individual y grupal en contextos de violencia, descomposición y sufrimiento social.

*Palabras clave:* sociología, diálogo, psicoterapia humanista, práctica terapéutica.

## ABSTRACT

This paper presented similitudes and differences between profound and therapeutic interview, and the accent in understanding the body, as meeting points between Social Sciences —specifically Sociology— and the therapeutic orientations based on Person Centered and Gestalt therapies. Then, some contributions of Social Sciences to the theory and practice of therapy were developed, basing on the sociological theory of fields, and the concepts of *habitus* and symbolic violence that stem from it. Finally, specific actions axis, in which both therapy and Social Sciences can support each other, were presented. It is concluded the necessity of establishing interdisciplinary workgroups, in order to carry out social interventions that include both comprehension of the social background of personal suffering and conducts, and the exercise of empathy and horizontality, with the aim to contribute to the recuperation of individual and group agency in contexts of violence, social discomposure and social suffering.

*Key words:* sociology, dialogue, humanistic psychotherapy, therapeutic practice.

1 Candidata a doctora en Ciencias Políticas y Sociales, por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Docente de maestría en el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt (IHPG-México). Profesora de licenciatura en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM. Correo: minervinha@yahoo.com.mx

*En las discusiones, pronto queda claro que la gente siente inquietud y se avergüenza por el mundo que ha heredado a sus hijos. Ese mundo no es suficientemente humano, no es suficientemente serio. Un adulto puede ser cínico (o estar resignado) con respecto a sus propias renunciadas, pero no está dispuesto en absoluto a ver a sus hijos privados de una sociedad que valga la pena.*

(Paul Goodman, *Growing up Absurd*)

¿Por qué escribir sobre la relación entre las ciencias sociales y la psicoterapia? A menudo me he preguntado sobre el alcance de la psicoterapia como elemento de transformación social. El país en el que vivo (México) padece en la actualidad una grave crisis económica, política, social; los altos índices de pobreza, violencia, desconfianza en las instituciones, directa o indirectamente afectan a todos los que vivimos en dicho país. A raíz de los acontecimientos de Ayotzinapa, en los que 43 estudiantes de la Escuela Normal de Ayotzinapa fueron desaparecidos en septiembre de 2014, se generó una fuerte movilización social: se organizaron protestas masivas, demandando la reaparición de los estudiantes, el esclarecimiento del caso, delimitación de responsabilidades, y justicia para las víctimas.

Este fenómeno generó en la población indignación, pero también mucho temor. Muchos terapeutas Gestalt<sup>2</sup> comentaban en las sesiones de supervisión que se realizaban en dicha época, que el caso Ayotzinapa se volvió un referente común en las sesiones de múltiples pacientes, a partir de los temores que tenían de la posibilidad de ser ellos mismos víctimas. Los pacientes iban a terapia a contar cómo significaban vivir en este país ante la grave situación nacional, expresaron sus reacciones frente a las protestas, se preguntaron sobre la pertinencia de unirse a ellas, y redefinieron sus posturas políticas. Además, trabajaron con sus *mecanismos de afrontamiento* para sobrellevar la situación: desde unirse a plegarias colectivas, hasta acudir a las manifestaciones públicas, debatir

---

2 La Terapia Gestalt fue desarrollada en Estados Unidos por Fritz Perls, Ralph Hefferline y Paul Goodman a mediados del siglo XX. Se enfoca en la experiencia subjetiva del paciente y los ajustes que realiza para hacer frente a las situaciones que vive. La escuela más grande de terapia Gestalt en el mundo se encuentra en México, es el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt, con ocho sedes ubicadas en la Ciudad de México, diversos estados y una sede en Quito, Ecuador. A lo largo de 32 años ha formado a más de 10 mil terapeutas en Terapia Gestalt y Enfoque Centrado en la persona, otra terapia humanista, propuesta por Carl Rogers, combinando en su currículo ambos enfoques. Quien suscribe se formó en dicho Instituto y actualmente labora en él, así como en la UNAM.

con amigos, *postear* información en redes sociales, e incrementar sus propias medidas de seguridad personal.

En esas mismas sesiones de supervisión, los propios terapeutas refirieron sus vivencias frente al caso, sus esfuerzos para comprender qué estaba pasando, y consultaban a sus colegas sobre las estrategias que fueron desarrollando para trabajar con los que sus pacientes iban relatando, que también les afectaba a ellos mismos.

El interés por escribir este trabajo responde a las inquietudes que plantearon los terapeutas gestálticos en ese momento, y que resurgen ahora que están por cumplirse dos años de la desaparición, pues dichos profesionales referían su carencia de elementos para interpretar los acontecimientos político-sociales de manera que pudieran contribuir a que sus pacientes los comprendieran y ajustaran sus acciones a ellas, e incidir en las discusiones públicas. También obedece a las interrogantes que se plantearon en la academia con respecto a cómo podríamos desde ella coadyuvar a aliviar el sufrimiento social, y acompañar los procesos que se estaban desarrollándose en las calles, casas, escuelas y centros de trabajo.

Este texto está dirigido tanto a psicólogos sociales como a otros científicos sociales y terapeutas, y es parte de una investigación en curso donde se detallarán posteriormente los mecanismos de afrontamiento de los pacientes y las estrategias concretas que desarrollaron los equipos terapéuticos de supervisión. Sin embargo, en este momento, la atención está puesta en resaltar los puntos de encuentro entre dos tipos de psicoterapia humanista y las ciencias sociales, bajo la premisa de que la interdisciplinariedad puede ser útil para interpretar los fenómenos sociales, pero también para incidir sobre ellos.

### **Puntos de encuentro entre las ciencias sociales, y las psicoterapias humanistas (rogeriana y gestáltica)**

Sorprendentemente, la terapia gestalt se asume como una terapia humanista con enfoque social, he encontrado muy poca literatura que refiera a la intervención social desde ella. Jean-Marie Robine señala al respecto: “Una pregunta tendría que permanecer presente en nuestras conciencias: *¿será por impotencia para actuar sobre lo social que actuamos sobre el individuo?*”. La respuesta que da es, en principio, desalentadora: considera que debemos restaurar “nuestra postura en unos límites más modestos”. A pesar de ello, afirma que “la conceptualización de la relación terapéutica tendrá que buscar sus instrumentos tanto y más del

lado de lo psicosociológico... como del lado de lo psíquico... el objeto de la intervención tendría que situarse tanto en lo social como del lado del individuo monádico” (Robine, 1999, p. 226). Es precisamente en función de ello que considero que abrirnos a un enfoque transdisciplinario puede ayudarnos no sólo a enriquecer nuestra práctica terapéutica, sino justamente a superar la impotencia, y comenzar a plantear vías de intervención social.

Muchas veces he compartido con mis alumnos de licenciatura y maestría (en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM y en el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt [IHPG]) las similitudes entre las técnicas de la entrevista en profundidad, que se emplea en las estrategias cualitativas de investigación de las ciencias sociales, y las técnicas de la entrevista terapéutica —particularmente del enfoque centrado en la persona, desarrollado por Carl Rogers y la psicoterapia Gestalt, desarrollado por Goodman, Perls y Hefferline—. En ambos casos se busca establecer una relación horizontal, profunda, que parta de la empatía, la autenticidad y el respeto a lo que el otro está siendo en este momento. Con esas actitudes básicas, procedemos a hacer tres tipos de intervención muy similares, que podemos catalogar en actos de habla, ya sea en registro modal o referencial: las declaraciones, las interrogaciones y las reiteraciones (Alonso, 1998, p. 87). Cada una de ellas se corresponde, en el enfoque rogeriano, con la comunicación de la comprensión empática, las concretizaciones y los reflejos. Los actos de declaración también incluyen lo que en el enfoque gestalt se llama *autorrevelación*.

A mis estudiantes los invito a leer textos provenientes del campo psicoterapéutico, y extendiendo aquí la invitación a quienes busquen mejorar sus habilidades metodológicas para llevar a cabo investigaciones cualitativas, y específicamente empleen la entrevista en profundidad como herramienta. Básicamente ello se debe a lo siguiente: primero, para reforzar su capacidad de acudir a herramientas provenientes de diversas disciplinas, que nutran su saber y hacer; pero también porque en las ciencias sociales, por más que siempre se nos invita a establecer la relación, a escuchar desde la empatía, a estar completamente inmersos en lo que va sucediendo en la entrevista y en lo que nos pasa juntos al otro y a mí, no he encontrado aún un texto que nos diga cómo hacerlo con tanta claridad como la encontrada en la experiencia cotidiana de ver a otras personas<sup>3</sup> explicar y modelar dichas actitudes y habilidades,

<sup>3</sup> Me refiero a mi propia terapeuta, mis profesores y compañeros de las especialidades

y en los textos de las psicologías humanistas.

También en el aula notamos las diferencias entre los dos enfoques: por ejemplo, que en la entrevista en profundidad, aunque no sea enfocada, siempre hay algo de directividad. Asimismo, interesa aquello de lo privado que pueda dar luz sobre lo público, que permita comprender, a través de la ejemplificación sistemática de casos específicos, a un grupo social situado deícticamente. Es decir, hay un análisis de la información, tendiente a explicar procesos sociales más o menos amplios. Si a pesar de las especificidades que nos distinguen queda clara la contribución de los enfoques terapéuticos a las ciencias sociales, la pregunta, entonces, es: en el camino de regreso, ¿qué le pueden aportar éstas a la psicoterapia? Y más aún: ¿qué pueden hacer juntos los enfoques humanistas de psicoterapia y las ciencias sociales por la sociedad?

Más allá de las diferencias, encuentro que un punto interesante de acercamiento entre las terapias humanistas y las ciencias sociales es la teoría de los campos —que es también una teoría de la práctica—, que para las segundas desarrolló principalmente el sociólogo francés Pierre Bourdieu. Particularmente, resulta de utilidad el concepto de *habitus*, del que hablaré más adelante. La idea de *campos* es retomada de Cassirer tanto por Bourdieu como por Kurt Lewin, cuyo trabajo, a su vez, es una de las fuentes de inspiración de la teoría de campos en el enfoque gestalt<sup>4</sup>.

Bourdieu dirigió a un equipo amplio de sociólogos, que en los años 90 del siglo XX realizaron entrevistas en profundidad a personas muy diversas del espectro social francés de aquel momento: amas de casa, estudiantes, migrantes, obreros, policías, personas hospitalizadas, herederos de fortunas familiares, desempleados, profesores, periodistas... El resultado fue *La miseria del mundo* (1999a), libro que se ha convertido en todo un clásico de la sociología y la antropología en el mundo entero.

Aunque dicho autor no conocía (o al menos nunca he leído un texto

---

en Desarrollo Humano y Enfoque Gestalt, en el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt.

4 Al respecto, Bourdieu señala: “Pensar en términos de campo significa pensar en términos de relaciones. El modo de pensamiento relacional... es, como lo señalara Cassirer en *Substanzbegriff und Funktionsbegriff*, la marca distintiva de la ciencia moderna... Lewin invoca explícitamente a Cassirer, como yo mismo lo hago, para superar el sustancialismo aristotélico que impregna espontáneamente el pensamiento del mundo social” (Bourdieu, Wacquant, 1995, p. 64).

suyo que lo refera) el trabajo de Carl Rogers, las técnicas que emplea para recopilar información son muy similares a las de éste. Por caminos distintos, llega a conclusiones parecidas: la necesidad de “establecer una relación de escucha activa y metódica”, rendirse “a la singularidad de su historia particular” (la del entrevistado), controlar “el lenguaje utilizado y los signos verbales o no verbales” con que interactuamos con el entrevistado, buscando “reducir al mínimo la violencia simbólica” (Bourdieu, 1999a, p. 529).

Habría que aclarar que por *violencia simbólica* se entiende el ejercicio de “todo poder que logra imponer significaciones e imponerlas como legítimas *disimulando* las relaciones de fuerza en que se funda su propia fuerza” (Bourdieu, Passeron, 1996, p. 44). El elemento clave aquí es la *disimulación*, es decir, el encubrimiento de las asimetrías de poder que permiten la instauración arbitraria de los significados. Por ello, “la eficacia de una acción de violencia simbólica está en relación directa con el desconocimiento de las condiciones y los instrumentos de su ejercicio” (Bourdieu, 2008, p. 67), y una tarea a realizar es el desvelamiento de sus mecanismos, a manera de acercarnos a una relación de mayor horizontalidad entre nosotros y nuestros interlocutores. Es decir, para reducir la violencia simbólica en la sesión terapéutica, pero también en las acciones colectivas en las que los científicos sociales participamos, habrá que desnudar sus mecanismos; ello puede hacerse desde la discusión entre los participantes de los impactos que tienen nuestras asimetrías de poder, la vivencia de la autoridad, las similitudes y distancias que se derivan de nuestra pertenencia a determinadas capas sociales, grupos étnicos, religiosos, etcétera.

Por una vía más cercana a la Gestalt, Bourdieu también señala que la entrevista en profundidad “tiende naturalmente a convertirse en un socioanálisis de a dos”, a través de la conversión del tú en *nosotros en relación* (1999a, p. 531). Pero, además, dice del entrevistador:

Yo diría de buen grado que la entrevista puede considerarse como una forma de *ejercicio espiritual*, que apunta a obtener, mediante el olvido de sí mismo una verdadera *conversión de la mirada* que dirigimos a los otros en las circunstancias corrientes de la vida. El talante acogedor, que inclina a hacer propios los problemas del encuestado, la aptitud para tomarlo y comprenderlo tal como es, en su necesidad singular, es una especie de *amor intelectual*: una mirada que consiente en la necesidad, a la manera del “amor intelectual a Dios” ... que Spinoza consideraba la forma suprema de conocimiento (Bourdieu, 1999a, p. 533).

Es decir, nos invita, tal como lo hace la Gestalt, a un verdadero diálogo, a un encuentro donde también nosotros salimos transformados, al transformar nuestra propia mirada y ponernos un momento en suspenso, para que surja el “entre”.

Otro punto de encuentro entre ambos enfoques es el énfasis puesto en el cuerpo, elemento central del trabajo gestáltico. Al respecto, el sociólogo francés afirma: “Aprendemos por el cuerpo. El orden social se inscribe en los cuerpos a través de esta confrontación permanente, más o menos dramática, pero que siempre otorga un lugar destacado a la afectividad y, más precisamente, a las transacciones afectivas con el entorno social” (Bourdieu, 1999b, p.186). Es en el cuerpo en donde se asienta —y muestra a los otros— la historia personal, una historia que no puede ser leída sin el contexto que nos lleva a ser/actuar de diversos modos (lo que él llama *hexis corporal*) en circunstancias específicas.

### Aportes de las ciencias sociales a la teoría y práctica de las psicoterapias humanistas

109

Una vez apuntadas brevemente estas similitudes, considero que la inclusión de un enfoque sociológico en la mirada terapéutica puede ser útil para hacernos algunos cuestionamientos y plantear alternativas. En primer lugar, invita a reflexionar si en el consultorio, en nuestra interacción con el otro aparece de algún modo la *violencia simbólica* de la que se habló previamente, si hemos naturalizado hasta tal punto las relaciones de poder que no somos ya capaces de verlas. Un ejemplo que viene a mi mente es la propia definición de aquel que tenemos frente a nosotros: el “cliente” o “paciente” (en el enfoque rogeriano y gestáltico, respectivamente). El uso de estas palabras, tan extendidas que poco nos detenemos a pensar en sus implicaciones, puede conducirnos a su aceptación acrítica, sin considerar la carga violenta que conllevan. La invitación de Bourdieu es a “resistir a las palabras neutralizadas, eufemizadas, banalizadas... pero también a las palabras pulidas, limadas hasta el silencio” (2008, p. 17).

En este ejercicio de reconsideración, me parece que cuando caracterizamos al otro como “cliente” nos situamos en un ámbito que se acerca más a una relación mercantil que a una humanista. Somos partícipes de un nexo que en su propia definición es económico. Aunque reconocamos que, en efecto, la terapia es un servicio por el que se cobra —al menos en la práctica privada—, creo que podemos preguntarnos si la elección de un término económico nos pone en desventaja de

poderes frente al otro (resumida en la concepción que señala la obligación de dar “al cliente lo que pida”), y si de algún modo se debilita la *horizontalidad* (que justo es una referencia al *poder*) que pretendemos. Aunque no sea la intención, una apuesta mercantil nos sitúa más en una relación yo-ello, que en otra yo-tú. Considero que dicha horizontalidad, que parte del principio de no-explotación, debe ser un camino de dos vías. Una manera de que nuestro interlocutor aprenda a no ser explotado, es mostrarle que tampoco requiere explotar, que podemos construir otro tipo de encuentro.

Por su parte, la caracterización como “paciente” funciona en sentido opuesto, siendo nosotros quienes ostentamos esa violencia simbólica. Por una parte, no deja de remitir a un enfoque médico: un paciente es *un enfermo*, alguien que requiere de una *cura*. Ello no sólo se contrapone con la visión gestáltica, sino que nos lleva a convertirnos en un agente dotado de un poder “sanador”, a través de la distancia entre capitales (en sentido bourdieusiano) simbólicos y de conocimiento. Lo mismo ocurre con la palabra “terapia”, que significa “tratamiento”, aunque posiblemente en este caso la abundante literatura psicoterapéutica se ha encargado de resemantizar el término y despojarlo de su marca negativa.

110

Por otro lado, si nos apegamos a los papeles temáticos estudiados desde la lingüística—otra ciencia social—, “paciente” es aquel que *padece* la acción del *agente*. El terapeuta sería el *agente*, el que ejerce la acción, dejando al *paciente* sin ninguna agencia propia. Pienso que una de las principales tareas del terapeuta es justamente ayudar al otro a que amplíe o incluso recupere la conciencia de su propia agencia: su capacidad para actuar en el mundo y hacerse responsable de sus actos.

¿Y entonces cómo habría que llamarle a ese otro? ¿Cómo a los terapeutas? ¿Cómo a la propia terapia? Aquí está uno de los primeros aportes de las ciencias sociales. Creo que podemos recuperar la visión de la terapia justo como un ejercicio de “entrevista”, un enfoque que se ajusta más a lo que buscamos hacer con el otro, por significar en su origen etimológico “verse entre sí”. Como señala Ximo Tárrega (2012), el proceso terapéutico es en sí mismo uno de *interdependencia*: el terapeuta da, pero también recibe. Es un proceso “de a dos”, donde ambos, al mirarse, al entrar en contacto, ejercen acción sobre el otro y la reciben de él. Entonces, el terapeuta —que puede conservar su nombre, considerando lo dicho sobre la resemantización— puede ser

pensado también como un *entrevistador en terapia*<sup>5</sup>.

Al cliente/paciente sería más preciso renombrarlo: propongo *entrevistante* o incluso, para mayor especificidad, *terapeante*, si se considera que el término “terapia” carece ya de una marca negativa. El sufijo «-nte» significa “que ejecuta la acción expresada por la base” (Real Academia Española, 2014), es decir, elimina la condición de “paciente”. Así, en ambos casos se mantiene la agentividad, a través del reconocimiento de la capacidad de acción de quien acude a la sesión. Posiblemente los sustantivos propuestos aún queden cortos, pero creo que el hecho de comenzar a plantearnos estas preguntas, a desnaturalizar nuestra propia praxis lingüística y cómo nos posicionamos desde ella frente al otro, ya es un comienzo.

Otro aspecto que quisiera resaltar, es que las ciencias sociales pueden ayudar a clarificar uno de los puntos que más interés y controversia suscitan en el enfoque Gestalt. Me refiero a la aparente disputa entre la visión “intrapísica” y la de “campo”. Lo interesante de la noción de *campo*, tanto desde la sociología como desde el enfoque Gestalt, es que con ella se establece un método de pensamiento enteramente relacional. Sin embargo, el uso de la categoría “campo” no debe confundirse con una identificación plena en los significados e implicaciones; éstos son muy amplios y por razones de espacio no puedo extenderme aquí en su explicación.

No obstante, no puedo dejar de mencionar someramente que, para las ciencias sociales, el campo es un espacio dotado de sus propias reglas de funcionamiento; su estructura se define en función de las relaciones entre los agentes que ocupan ese espacio. Así, encontramos diversos campos (el político, el artístico, el educativo, y en este caso, el gestáltico, etcétera), que sin embargo son sólo relativamente autónomos, puesto que se permean unos a otros, y los agentes pueden actuar simultáneamente en varios de ellos. Una diferencia crucial es que desde el pensamiento bourdieusiano los campos son espacios de lucha por la apropiación de recursos tanto materiales como simbólicos, cosa que no sucede en los enfoques humanistas, y en particular en la Gestalt. Aun existiendo esta diferencia en el uso del término *campo* entre el enfoque Gestalt y la sociología, lo que es claro es que en ambas disciplinas la

5 En todo caso, aun conservando el término terapia, podemos modificar el verbo que lo antecede: no es lo mismo dar terapia (que coloca al terapeuta en una posición de superioridad), que hacer terapia (que posibilita la comprensión del encuentro como co-construcción).

consideración simultánea del individuo y de su contexto es una premisa básica que no puede soslayarse.

En función de lo anterior, considero que una forma en que el enfoque gestalt puede ampliar su comprensión sobre cómo se da la relación entre el organismo y el entorno es acudiendo al concepto de *habitus*, que se desprende de la teoría sociológica de campos. Ésta postula que todos los agentes del campo social (léase, *todos los seres humanos*) poseemos un *habitus*, que es un sistema “de *disposiciones* duraderas y transferibles, estructuras estructuradas predisuestas para funcionar como estructuras estructurantes, es decir como principios generadores y organizadores de prácticas y representaciones” (Bourdieu, 1991, p. 92). Esto significa que nuestra historia individual, que es siempre *producto de la interacción social*, a su vez produce historia, en nosotros y en los demás. Es decir, al estar en relación con otros, somos estructurados en nuestras prácticas y estructuramos las ajenas. Ello implica que toda “percepción, pensamiento y acción” (*idem*) aunque sean individuales, son producto de dicha interacción, pasada y presente simultáneamente, y a la vez tienen un efecto en el campo, estructurando los de los otros. De tal manera que no existe un hecho puramente intrapsíquico, o, dicho de otro modo, *todo hecho intrapsíquico es el resultado de la interacción histórica en un campo*. Visto de este modo, me parece que la disputa se desvanece.

112

Una de las propiedades fundamentales del *habitus* es su adaptabilidad en función de las circunstancias operantes en determinado momento: nos permite “inventar en presencia de nuevas situaciones, medios nuevos de cumplir las antiguas funciones” (Bourdieu, 1991, p. 95). Así, cuando voy a terapia llevo conmigo todo lo que soy hoy, como producto de lo que fui ayer, y esa historia deja en mí la semilla que me permite encontrar otros modos de hacer y estar en relación. Es decir, a la vez que mis prácticas tienen su origen en las estructuras disponibles hasta ahora (en lo que en Gestalt se llama *función personalidad*) —que siempre están en relación con las condiciones sociales de posibilidad—, éstas me dotan de la capacidad de hacer cosas nuevas, particularmente cuando me encuentro en situaciones novedosas (justo lo que sucede en la sesión terapéutica).

Cuando soy entrevistadora en terapia, todas mis intervenciones, mi gestualidad, mi modo de estar con el terapeuta, mis hipótesis, son también producto de mi propia historia, que se actualiza en el aquí y ahora del diálogo. Pero, además, son una puesta en juego de un enfoque teórico que muchos autores han desarrollado, discutido, precisado, y que he aprendido de la lectura que con mi propio bagaje hago de

ellos, y de la lectura que mis profesores hacen de ellos desde su experiencia y me han transmitido clase con clase.

Así, la práctica terapéutica no es una mera interacción entre dos personas, sino entre *dos concreciones de relaciones sociales*. Esto no es más que la afirmación sociológica de que la base de la sociedad no es el individuo, sino la relación social. La terapia, entonces, es un *modo de relación social*, que tiene una concreción histórica decantada en la práctica en el consultorio; el individuo, a su vez, no es comprensible sin considerar su contexto<sup>6</sup>. Esto nos lleva, como terapeutas, a la necesidad de considerar lo siguiente: mientras más conozcamos del mundo social, de las especificidades de los campos en los que se mueve nuestro terapeuta, de las posiciones que ocupa en ellos, de las reglas que operan en los mismos y condicionan sus posibilidades —y hagamos este mismo ejercicio reflexivo con respecto a nosotros mismos—, más posibilidades tendremos de acercarnos a su historia y vivencia, de comprenderlo, de no forzarlo a hacer cosas para las que él mismo o el campo aún no están preparados. Más posibilidades de comprender y atender nuestras propias reacciones frente a lo que nos va diciendo.

113

Existen otras teorías sociológicas y antropológicas que pueden ayudarnos a enriquecer estos aportes, por ejemplo, los estudios sobre los procesos de individuación de Norbert Elias (2009), las teorías del interaccionismo simbólico, los enfoques etnometodológicos, las diversas teorías sobre las representaciones sociales o las recientes contribuciones de la sociología y antropología de las emociones. Del mismo modo, otros autores dan claves interesantes sobre el uso e importancia del cuerpo (Foucault, Scott). Sin embargo, no me extiendo sobre ellos, porque implicaría hacer un trabajo mucho más amplio; elegí a Pierre Bourdieu y la teoría sociológica de campos por ser una vía de entrada más accesible, tanto por las similitudes metodológicas en la entrevista como por el énfasis puesto en el cuerpo y el aporte que puede obtener-

---

<sup>6</sup> Desde una perspectiva distinta pero complementaria a la de Pierre Bourdieu, otro sociólogo, Norbert Elias, se ocupa de las relaciones sociales desde la interdependencia. También es un enfoque relacional, que del mismo modo se nutre de Cassirer. Elias asume que la interdependencia es inherente a toda relación con el/lo otro, un proceso recíproco y siempre cambiante (en ajuste constante); de tal modo, no puede entenderse a los individuos separados de la sociedad: “conceptos como ‘individuo’ y ‘sociedad’ no se remiten a dos objetos con existencia separada... el problema de las relaciones entre estructuras individuales y estructuras sociales comienza a aclararse en la medida en que se investigan ambas como algo mutable, como algo que está en flujo continuo... puesto que el devenir de las estructuras de la personalidad y de las estructuras sociales se realiza en una relación inseparable la una con la otra” (2009, pp. 37-38, énfasis añadido).

se si se piensa en el *habitus* para la comprensión de la relación histórica que se despliega en el campo organismo-entorno, tanto en la sesión como en las vidas cotidianas del terapeuta y el terapeuta.

### ¿Qué pueden hacer las terapias humanistas y las ciencias sociales por la sociedad?

En función de lo dicho hasta ahora, pienso que podemos dejar de pensar que nuestra tarea con personas concretas tiene su límite en sus historias particulares y su mejor vivir individual. Cuando se mueve un elemento del campo, todos los demás se reacomodan. Pero si algo nos enseñan las ciencias sociales es que los cambios individuales tienen alcances mínimos cuando comparamos el espacio social en que se mueve una persona con la sociedad entera. Y que buena parte de los asuntos y desgracias *personales* (tanto lo que se llama “miseria de condición” como la “miseria de posición”), como el desempleo, la incertidumbre frente a la vejez, la constante preocupación por la seguridad (física, emocional, económica), la angustia por la urgencia social de conseguir o mantener un estatus, los modos en que enfrentamos el conflicto, entre muchos otros, en tanto tienen su origen en la organización de las estructuras sociales, sólo son comprensibles y resolubles si tenemos una visión estructural que trascienda lo inmediato (a este respecto se puede ver, por ejemplo, el trabajo de otro sociólogo ya clásico, Wrigth C. Mills [2005, pp. 23-41]) .

114

¿Qué hacemos con eso? ¿Qué hacemos, específicamente en momentos como los que vivimos en la actualidad en países como México? Paul Goodman, uno de los fundadores de la terapia Gestalt, que también era sociólogo, propuso en 1945 un programa de acción social que, aunque responde a un tiempo-espacio distintos de los nuestros, no pierde vigencia y puede ser un buen primer paso hacia la discusión de lo que hoy necesitamos. Para ello, señala el imperativo de “trazar una línea”, que nos permita distinguir entre aquello con lo que comulgamos y lo que nos es éticamente incompatible. La importancia de esta delimitación radica en el señalamiento de que es necesario construir una ética de trabajo social, que complemente nuestra ética de trabajo profesional, hasta ahora acotada al consultorio. Así, basándose en los principios de la Revolución Francesa: “la convicción de que el ser humano nace libre... que la fraternidad es la fuerza política más profunda y la fuente de la invención social”; y la necesidad de la “ausencia de un poder

coercitivo” (Goodman, 2011, p. 41<sup>7</sup>), señala los puntos que a continuación resumo, de los cuales me interesa rescatar sobre todo el último:

1) Replantear la economía para que su fin último no sea la producción de bienes materiales, sino la cooperación laboral en que los trabajadores puedan comprender y controlar la tecnología, liberar su potencial inventivo y dar sentido a su trabajo. 2) Reevaluar nuestros estándares de vida, para identificar qué es lo verdaderamente necesario para nuestra subsistencia y eliminar lo que nos “esclaviza”. 3) Permitir y alentar la satisfacción sexual. 4) Ejercer la iniciativa directa en los asuntos de la comunidad: “las decisiones constructivas que nos conciernen no pueden ser delegadas a un gobierno representativo o a la burocracia” (Goodman, 2011 p. 43). 5) Dejar de culparnos y de condenar los actos socialmente mal vistos que emanan de nuestra naturaleza humana. 6) Abstenernos de participar en todo aquello que esté conectado con la guerra: “si hemos de tener paz, es necesario *construir* la paz. De otro modo, cuando venga la guerra, seremos responsables de ella” (*ídem*).

Como puede verse, el programa es una invitación a la reevaluación de las estructuras sociales, a una participación activa y responsable en los asuntos públicos, y a la revaloración de nuestras necesidades básicas. A partir de lo anterior, la gran pregunta es, entonces, cómo pueden contribuir las ciencias sociales y los enfoques humanistas a la construcción concreta de estos puntos de los que habla Goodman. Aquí propongo algunas ideas, sin que en modo alguno sea una lista exhaustiva. Más bien, la intención es invitar a discutirla, ampliarla, mejorarla.

-En primer lugar, enriquecer nuestro bagaje teórico, acudiendo a otras disciplinas, que nos ayuden a mejorar nuestra práctica como terapeutas y, por qué no, a crecer como personas y como agentes de transformación social. El recurso a las ciencias sociales puede guiarnos en la obtención de una mirada más aceptante sobre los comportamientos desaprobados que realizamos los seres humanos, al entender que, lejos de ser patologías anómicas, son prácticas que contienen una lógica y un orden interno, que responden a circunstancias específicas (Tilly, 1983, pp. 43-56). Pero también los científicos sociales tendremos más elementos para validar desde la empatía dichos comportamientos, como actos que han ayudado a la supervivencia en entornos hostiles. Esto posibilita trabajar con ellos desde la comprensión de que no estamos en presencia de conductas disfuncionales cuya única carga de

7 Las traducciones son propias.

responsabilidad se sitúa en el individuo, y nos compromete a trabajar también con el entorno.

-En segundo lugar, importa ayudar al terapeuta, pero también a otros actores sociales a recuperar su agencia (y ejercitarnos en recuperar la propia), y a llevar la ampliación de nuestras miradas del entorno e intervenciones en él desde una escala micro hacia otras meso y macrosociales. Ello puede ayudar a una reconfiguración de nuestras vivencias, por ejemplo, de la soledad, el miedo y la vergüenza, y de las respuestas dadas frente a los fenómenos de distinta magnitud social que las originan. Además, puede desembocar (tanto en científico social como en el terapeuta y el terapeuta) en una verdadera agencia social, que, en tanto logremos extender, podría ayudarnos a superar las inercias colectivas, a veces tan profundas, en las que nos paralizamos, y que llevan a un sentimiento extendido de impotencia. Asimismo, la promoción de la capacidad de responsabilización —de ambos— puede contribuir a la construcción de un civismo que tenga efectos duraderos.

-En tercer lugar, considero necesario que los científicos sociales busquemos aprender de los enfoques humanistas, de su comprensión del cuerpo y las interacciones sociales, y que establezcamos grupos de trabajo interdisciplinario para ampliar los beneficios de psicoterapia a segmentos cada vez mayores de la sociedad, por ejemplo, mediante asesoría y cooperación con grupos de la sociedad civil que estimulan prácticas de convivencia libres de violencia, de restablecimiento del tejido social donde se halla descompuesto o en peligro, de defensa de los derechos humanos, de acompañamiento de víctimas. Para ello, pueden ser de gran utilidad las enseñanzas gestálticas de intervención en crisis, trabajo con grupos y trabajo con el conflicto (tanto intra como interpersonal).

También pueden impartirse talleres de sensibilización con funcionarios de instituciones, que los socialicen en el humanismo. En ese sentido, para los psicólogos sociales y terapeutas, la comprensión de las estructuras y dinámicas sociales resulta de vital importancia para identificar los entornos en los que es más urgente la intervención. De igual modo, el conocimiento teórico-empírico de experiencias exitosas concretas puede dar ideas sobre el tipo de trabajo específico a realizar con cada grupo, con miras a que éste sea efectivo.

-Todo ello requiere de articulación. Entre terapeutas, no sólo gestaltistas, sino de otras corrientes humanistas, pero también con científicos y trabajadores sociales y de cualquier otra disciplina (o grupo social) que

nos ayude a ir esbozando respuestas compartidas. Si en algo coinciden nuestras visiones, es en el llamado común a superar el aislamiento y a basarnos en una mirada relacional.

## Conclusiones

En este trabajo se han esbozado algunas líneas de encuentro entre las psicoterapias humanistas, particularmente los enfoques centrado en la persona y Gestalt, y las ciencias sociales, específicamente a partir de la teoría sociológica de campos.

A partir de ello, se ha extendido una invitación a colaborar en grupos de trabajo interdisciplinario, en función del reconocimiento de que una amplia comprensión social puede mejorar el trabajo terapéutico, y una mirada que incluya la visión terapéutica puede contribuir no sólo a practicar la empatía en las investigaciones cualitativas, sino en la intervención social llevada a cabo por científicos sociales.

Los problemas a los que nos enfrentamos en países con niveles altos de violencia, descomposición y sufrimiento social hacen imperativo dicho trabajo interdisciplinario, y el compromiso, por un lado, de salir del espacio micro de la consulta terapéutica (para los profesionales de la salud mental), y de los espacios académicos y de discusión especializada (para los científicos sociales).

Las tareas mencionadas no son menores ni rápidas, pero es posible el trabajo conjunto que redunde en una transformación, para bien, de nuestras sociedades. Contribuir, en fin, a aumentar el awareness, la capacidad de elección y la responsabilidad, ampliar nuestras posibilidades, aprender a mirar al otro, extender la horizontalidad, y construir desde la solidaridad.

---

*Fecha de recepción: agosto 2016*

*Fecha de aceptación con modificaciones básicas: septiembre 2016*

## REFERENCIAS

Alonso, L. E. (1998). *La mirada cualitativa en sociología. Una aproximación interpretativa*. Madrid: Fundamentos.

Bourdieu, P. (1991). "Estructuras habitus, prácticas". En *El sentido práctico*. Madrid: Taurus.

\_\_\_\_\_ (1999a). *La miseria del mundo*. México: FCE.

\_\_\_\_\_ (1999b) *Meditaciones pascalianas*. Barcelona: Anagrama.

\_\_\_\_\_ (2008). *Cuestiones de sociología*. Madrid: Akal.

Bourdieu, P., Passeron J-C. (1996). *La reproducción. Elementos para una teoría del sistema de enseñanza*. Barcelona: Fontamara.

Bourdieu, P., Wacquant, L. (1995) *Respuestas. Por una antropología reflexiva*. México: Grijalbo.

Elias, N. (2009). *El proceso de la civilización. Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*. México: FCE.

Goodman, P. (2011). "What must be the Revolutionary Program?". En Taylor Stoehr (ed.). *The Paul Goodman Reader*. Oakland: PM Press.

118

Mills, C.W. (2005). *La imaginación sociológica*. México: FCE.

Robine, J.-M. (1999). *Contacto y relación en psicoterapia. Reflexiones sobre terapia gestalt*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Tárrega, X. (2012). "De la autosuficiencia a la interdependencia". *Figura/Fondo* no. 32. México: IHPG.

Tilly, C. (1983). *Big Structures, Large Processes, Huge Comparisons*. Michigan: Univesrity of Michigan.