

Psicología de la Percepción o de la Forma

La psicología de la **Percepción** o de la **Forma** es una corriente surgida en Alemania a principios del siglo XX, cuyos fundadores son **Max Wertheimer, Wolfgang Köhler, Kurt Koffka** y **Kurt Lewin**.

El término Gestalt proviene del alemán y fue introducido por primera vez por **Christian von Ehrenfels**. No tiene una traducción única, aunque se lo entiende generalmente como "forma". Sin embargo, también podría traducirse como "figura", "configuración" o "estructura".

La escuela de la psicología de la Gestalt, tal como fue desarrollada por *Wertheimer, Koffka y Köhler*, llegó a su apogeo en los años 30's, y poco a poco fueron adhiriéndose nuevos investigadores europeos y norteamericanos distinguidos, y se fue internando a campos de la psicología más amplios, tales como la Psicología Animal (*Köhler*), la Psicología Infantil (*Werner y Wolf*), la Psicología Social (*Lewin*), el estudios de las post-imágenes (*Rothschild*) del razonamiento (*Wertheimer y Duncker*) de la memoria (*Wulf, Lewin y Birenbaum*) de la vida emocional y de la conducta en grupo (*Lewin*), de la estética (*Read*) de las perturbaciones psíquicas (*Goldstein, Gelb, Gotschaldt*) del psicodiagnóstico (*Bender y Anstey, Casullo, Rey y Koppitz*).

En Estados Unidos, la Dra. *Lauretta Bender*, quien trabaja en el Hospital Bellevue, también impactada por la teoría de la gestalt, se propuso investigar la teoría de la *percepción gestáltica* en diversos tipos de pacientes psiquiátricos y de su evolución en los niños, para lo cual utilizó patrones vasomotores, los que consideraba como los más satisfactorios dado que el campo visual se adapta con mayor facilidad al estudio experimental, y porque los sujetos de estudios se presentan sin dificultad a la copia de dibujos. Sus investigaciones la condujeron a conclusiones personales diferentes y a formular nuevos principios entre los cuales está la **función gestáltica**.

La mente configura, a través de ciertas leyes, los elementos que llegan a ella a través de los canales sensoriales (percepción) o de la memoria (pensamiento, inteligencia y resolución de problemas).

En nuestra experiencia del medio ambiente, esta configuración tiene un carácter primario por sobre los elementos que la conforman, y la suma de estos últimos por sí solos no podría llevarnos, por tanto, a la comprensión del funcionamiento mental. Este planteamiento se ilustra con el axioma el todo es más que la suma de sus partes, con el cual se ha identificado con mayor frecuencia a esta escuela psicológica.

En la década de 1930 las críticas a las teorías de la Gestalt se generalizaron, destacando la realizada por la llamada Psicología de la **Ganzheit**, encabezada por **Felix Krueger** (1874-1948).

Dos universidades fueron las que obtuvieron los primeros resultados experimentales. Por una parte estaba la **Escuela de Graz** y por otra la **Escuela de Berlín**.

La escuela de Graz propuso la **Teoría de la Producción**, que consideraba la **cualidad gestáltica**, la forma o *Todo*, como el producto de un acto perceptivo. Por otra parte, la escuela de Berlín demostró que la gestalt viene dada de forma inmediata, no es producto de la percepción, sino que es ésta la que es producto de la gestalt. Esta teoría fue demostrada con el "**movimiento aparente**": la presentación de dos fenómenos en distintos tiempos (tal como hacen los dibujos animados) que crean movimiento.

Los psicólogos iniciadores de esta corriente, Max Wertheimer (1880-1943), Wolfgang Köhler y Kurt Koffka (1887-1941), desarrollaron el programa de investigación de la Gestalt a principios de la década de 1910, trabajando sobre el "**movimiento aparente**" y dando lugar a la teoría del "**fenómeno Phi**".

Uno de los principios fundamentales de la corriente Gestalt es la llamada **ley de la Preganancia** que afirma la tendencia de la experiencia perceptiva a adoptar las formas más simples posibles.

Principios Gestálticos de la Percepción

1. **Principio de la Relación Figura-Fondo** - Afirma que cualquier campo perceptual puede dividirse en figura contra un fondo. La figura se distingue del fondo por características como: tamaño, forma, color, posición, etc.
2. **Principio Holístico**: El Todo es siempre más que la suma de sus partes que lo componen.

3. **Principio del Isomorfismo:** los procesos psicológicos se relacionan de modo directo con procesos biológicos y fisiológicos. Es la hipótesis general de la *Gestalt* desde los años 20's, la cual afirma que: "los hechos psicológicos y los procesos fisiológicos que los sustentan en el cerebro y el sistema nervioso central, se parecen en todas sus características estructurales y de organización". Con el Isomorfismo se superan los paralelismos que pretenden explicar la relación entre sustancias de diferente naturaleza (dualismo sustancial mente-cuerpo). Como principio plantea más que una relación causal entre lo físico y lo psicológico, una simultaneidad y reciprocidad bidireccional entre ambas dimensiones, que además se determinan mutuamente.

- *Primera Totalidad:* La integración de ambas dimensiones: mente y cuerpo.
- *Segunda Totalidad: el ser es en-el mundo y con-los-otros.*

Las propiedades de las formas especiales como totalidades principales perceptuales, poseen cualidades que las distinguen de sus elementos; las sensaciones se organizan en la conciencia y crean cualidades formales que pueden ser novedosas. Estas percepciones, afirma Edgar Rubin (1915), surgen como un todo y en forma gradual. Tales figuras demuestran que nuestras percepciones son activadas, vívidas y organizadas; no somos simples receptores pasivos de estímulo sensoriales.

Los psicólogos de la *Gestalt* consideraban que los principios de la organización perceptual no sólo explican nuestras percepciones visuales, sino también nuestras percepciones auditivas y táctiles y demás procesos mentales superiores.

Antecedentes filosóficos y psicológicos

Otro ejemplo gráfico producido por la *Gestalt* se inscribe en la tradición filosófica alemana del siglo XIX. Dentro de esa tradición, se cuentan como influencias principales a:

1. **Immanuel Kant:** La filosofía kantiana se refleja principalmente en el pensamiento trascendental de Kant que asigna a la imaginación como condición subjetiva y "*a priori*" de la penetración, pues el fenómeno es ya una síntesis, una construcción mental, cuya materia procede de los estímulos

(sensibilia), pero cuya forma impone el hacer (tun) desde la imaginación, espacio y tiempo, pues, no sólo lo que hay, sino también según somos, según el yo imaginante y pensante. Todo pensar supone al sujeto que piensa (**Descartes**) y, por consiguiente, la representación no es un simple reflejo. La noción de que la imaginación hace posible el conocimiento sensible, o su trascendental actividad en nuestra "visión" del mundo, fueron ya anticipadas por el asociacionismo de **Hume**.

2. **Edmund Husserl:** La fenomenología es reconocida como la raíz teórica fundamental de esta escuela psicológica, debido a su comprensión de la experiencia consciente como una experiencia fenoménica. Tanto en los conceptos fundamentales de la Teoría de la Gestalt, como en sus métodos experimentales, existe la necesidad de comprender la experiencia consciente como vía fundamental para la descripción de los procesos mentales.

Leyes Gestálticas de la Percepción

La experiencia se asimila y se incorpora a través del campo perceptual, el cual se organiza formando una gestalt (totalidad, configuración o forma) o estructura, la cual se divide en dos partes: una *figura* y un *fondo*. La Figura se pone de relieve, se destaca y aparece al centro, al frente y sobre el fondo; y tiene un contorno bien definido.

La gestalt o *forma* que se percibe puede ser simple o compleja, y su grado de complejidad es su grado de articulación. Las *gestalten* que están bien articuladas se consideran una **gute gestalt** (buena forma). La *gute gestalt* es una forma fuerte que tiene cohesión y se resiste a la desintegración por el análisis de la atención, o por su fusión con otras formas, porque tiende a persistir o dejar huella en el observador. Cuando hay un conflicto entre dos formas superpuestas, la gestalt más fuerte absorbe a la más débil. Las *gestalten* tienen significados y tienden a preservar su forma y consistencia, a pesar de los cambios en la situación de estímulo, es decir, a pesar de los cambios en el fondo.

1. Ley de la Constancia

La forma, la organización y el carácter de la gestalt, depende generalmente de las relaciones entre sus partes y no de sus características particulares. De esto resulta que si las partes cambian, pero las relaciones se mantienen constantes, la estructura

total no cambia. La ley de constancia permite a la gestalt tender a la conservación de su forma.

2. Ley del Todo

Los organismos tienen una tendencia apercibir los objetos y los estímulos como un todo bien estructurado, el cual es diferente a la suma de sus partes; esto es, lo que percibimos o experimentamos está en si mismo estructurado en grados variable: son configuraciones o formas más o menos definidas con sus propiedades y leyes del todo. Las partes aparecen no siempre aisladas sino organizadas como un todo y por lo tanto, el estudio de los fenómenos psicológicos debe realizarse a partir del análisis del todo, no de sus partes aisladas.

3. Ley de la Proximidad

Frente a una constelación de estímulos tendemos a agrupar los miembros más cercanos o próximos en el espacio, integrándolos en una unidad completa o un todo.

4. Ley de la Semejanza

Frente a una constelación de principios diferentes, la percepción tiende a agrupar en una figura o estructura a aquellos elementos que son parecidos o iguales entre sí. La igualdad de tamaño o forma constituyen un factor organizador y se visualiza el estímulo espontáneamente en parejas agrupadas.

5. Ley de la Continuidad

Frente a una serie de datos tendemos a agrupar en una figura aquellos datos que manifiestan una dirección continua. Las formas equilibradas y simétricas se perciben más fácilmente que las vagas, mal construidas o ambiguas, por ejemplo, entre más cercanos son los puntos tienden a percibirse como líneas.

6. Ley del Cierre

Frente a una constelación de estímulos, la percepción tiende a completar la forma y significado de conformidad con el todo cuando falta una parte pequeña. Esta ley se relaciona con la ley del Todo porque a partir de esta se determinan las partes. Por ejemplo, una serie de puntos que casi forman un círculo son percibidos como si se tratase de un círculo.

7. Ley del Destino Común

Esta ley establece que cuando una serie de elementos se mueven juntos en la misma dirección y a la misma velocidad, estos elementos tienden a ser agrupados en un todo perceptual. Por ejemplo, cuando un tirador que está perfectamente disimulado entre la hierba, es invisible mientras no se mueve, pero cuando mueve por lo menos una mano, se percibe en su totalidad, y no solo se percibe su mano. Los elementos de su cuerpo comparten el sentido común.

8. Ley de la Dominancia

Frente a una serie de datos, la percepción tiende a visualizar aquellos que no se alejan demasiado de la forma en que más se destacan como pertenecientes a ella, por ejemplo, una serie de puntos que no se hallan exactamente sobre el perímetro de un círculo, se visualizan como un círculo.

9. Ley de la Buena Forma

Esta ley se refiere que frente a una constelación de datos, la percepción tiende siempre a las formas regulares, simples, simétricas. Toda figura tiende a ser lo mejor posible, a alcanzar el máximo de regularidad, simetría, totalidad, unidad, equilibrio y máxima sencillez.

Función Gestáltica

Se define como aquella función del organismo integrado por la cual este responde a una constelación de estímulos dada como un todo, siendo la respuesta misma una constelación, un patrón, una gestalt. Los procesos integradores del sistema nervioso se producen en constelaciones, patrones o **gestalten**. Esta integración no se da por suma, resta o asociación, sino por diferenciación o por el aumento o disminución de la complejidad interna del patrón en su marco. Lo que parece un organismo integrado nunca responde de otra manera. El escenario total del estímulo y el estado de integración del organismo determinan el patrón de respuesta.

Cuando se nos presenta un estímulo (*gestalt*), esta impacta a la retina ocular del individuo y se transmite mediante la función sináptica a través del nervio óptico hasta la corteza cerebral (*visión*), pero para que sea el estímulo fielmente percibido como tal, debe ser decodificado, interpretado y entendido, lo cual depende tanto del nivel de maduración del sistema nervioso del individuo como de sus experiencias previas.

Así, para ser percibido el estímulo, la persona debe determinar consciente o inconscientemente en que consiste el estímulo. Por ejemplo, la lámina "A" del *Test de Bender*. Pero que el individuo pueda percibir fielmente el estímulo no implica que pueda ejecutarlo (copiarlo), para esto tiene que traducir lo que percibe en un movimiento motor apropiado (*integración visomotriz*) y ejecutarlo en el medio (papel).

Así pues, la **función gestáltica** no se puede separar en sus elementos constitutivos (percepción visual y coordinación psicomotora) porque es un proceso de integración más complejo. Para llegar a estos resultados, la *Dra. L. Bender*, construyó su *Test Gestáltico Visomotor*, eligiendo nueve de los patrones fundamentados en las *leyes gestálticas* de Wertheimer.

Para la psicoterapia de la Gestalt existen dos tipos de experiencia: *directa* e *indirecta*. La *experiencia directa* se refiere al mundo privado de lo individual, es la experiencia inmediata al sujeto derivada de la interacción que establece con el objeto causante de la experiencia misma. La *experiencia indirecta* es mediada por un conjunto de elementos comunes a todo el que quiera adherirse a sus parámetros dentro de los cuales se encuentran los sistemas conceptuales, métodos científicos y lenguajes cuantitativos que pretenden darnos una visión exacta del mundo.

Dos son las ideas centrales de la Gestalt tomadas de la **Física de Campo** son: la actividad de *organización* y la importancia que le concede al entorno. La *organización de las experiencias* se da en función del *principio de totalidad* por el cual lo percibido se constituye en una *unidad*, y la persona con el objeto conforman un sistema. La agrupación tiende a establecer unidades. Las *totalidades* sencillas y regulares, es decir, las áreas cerradas, se forman con más facilidad y frecuencia que las totalidades irregulares y abiertas.

El **Asociacionismo** se basa en la idea de que tendemos a relacionar los objetos del medio que nos rodea como resultado de la experiencia; es decir: de la observación de acontecimientos que se presentan repetidas veces en forma secuenciada, concluimos que tienen relación entre sí. Para los asociacionistas no existe nada anterior a la experiencia.

Para los *gestaltistas*, todas las experiencias se dan en el marco que le proporcionan las estructuras de conocimiento, las cuales les imprimen *Orden* y *significado*. Kant planteó que las experiencias científicas se ordenan según los a priori espacio-tiempo de la razón que se aplica a ellas. Para la psicología de la Gestalt el individuo no es algo aparte, *tanto él como su entorno conforman el todo*.

Facultad de Intencionalidad

La persona no solo percibe, sino que carga de *significado* a los *objetos*. El proceso cognitivo se da en función del significado. "Los objetos existen para nosotros solo cuando la experiencia sensorial se ha impregnado totalmente de significado". El significado habla del modo en que la persona constituye su entorno a partir de una selección de los elementos del medio y una *jerarquización* de los mismos de acuerdo a un orden. Las cosas son percibidas según tengan o no sentido. El *significado* se da en función de la relación que establece el individuo con su entorno.

La **Fenomenología** sostiene del *ser-en-el-mundo* y *con-el-otro*. La organización no es producto de la experiencia sino anterior a la misma. La Gestalt imprime un yo que es intencionalidad no interioridad.

Campos Psicológicos son las dimensiones a partir de los cuales se aborda la realidad psicológica, evitando así el uso de conceptos como respuesta conductual, material de lo reprimido, estímulo reforzador, contenido latente inconsciente, etc. Esta noción permite concebir la relación entre el individuo y su medio en consideración con las propiedades dinámicas entre ambos. De la *intencionalidad* y las *relaciones dinámicas* surge un concepto diferente al de *objetividad*. Desde la Gestalt se dice que las cosas se ven como se ven porque la persona las percibe así, según el orden y significado que les imprime, por consiguiente, la *objetividad es relativa al sujeto, no absoluta*.

Los vínculos que establecemos entre las experiencias se dan con base en el *significado* que tienen para nosotros, el cual resulta no solo de la percepción de hechos que se repiten secuencialmente y que por consiguiente son relacionados entre sí, como lo establece el **Asociacionismo**. Las experiencias se van agrupando así de esta manera y no solo de la percepción de hechos repetidos, sino de las modificaciones que esta sufre al ser afectada por el pensamiento, la motivación, la memoria y otros procesos más de la vida psíquica del individuo.

La *organización* implica consideraciones de las *relaciones* y ambas refieren al *significado*.

La **Percepción de una Necesidad** conlleva su propia demanda de satisfacción y hasta que no sea satisfecha produce *tensión*. Los cambios en los *sistemas de relaciones* se deben a elementos que pueden emerger en el momento que menos lo esperamos, como la percepción de una nueva necesidad, o cuando menos lo buscamos. Esto habla de la posibilidad de que se den *reorganizaciones repentinas*.

El papel de la *memoria* en el proceso de *solución de problemas* es fundamental y se encuentra ligado al *significado* que para cada quién puede tener una situación. Si no se tomara en cuenta la memoria, no podría hablarse de una *Continuidad* necesaria para la *Identidad*, para la *Integración* en una nueva respuesta y para la *Constancia* de nuestra presencia en el mundo.

Si consideramos el *campo perceptivo* como una interrelación de fuerzas vemos como del campo del *fondo* emerge una fuerza que tiende a ponerse de relieve hasta que ocupa el *primer plano*: *la figura*. Esta *figura* y su *fondo* del que es indisoluble forman una composición o configuración a la que se le llama *gestalt*. La figura separada del *fondo* pierde su sentido porque el ojo humano percibe globalmente y simultáneamente a ambos, complementados mutuamente percibimos *totalidades* (*gestalten*).

Percibir al individuo en su totalidad con la misma **pauta integradora** con que el organismo tiende a mantenerse en equilibrio armónico mediante el proceso de **autorregulación**. La tendencia del individuo a *completar* a aquello que percibe de acuerdo con *la Ley del Cierre*, se observa como la tendencia del individuo a completar su existencia, a imprimirlle orden y significado.

Este impulso puede malograrse por factores sociales e interrumpir el proceso de una persona a ser lo que quiere hacer. Una *figura* que emergió del *fondo* y que no pudo completarse, vuelve de rechazo a sumergirse en el *fondo*. Una **gestalt incompleta** puede ser un primer paso de desajuste, de proceso de alienación neurótica.

De acuerdo con la influencia de la motivación en la percepción, una persona insatisfecha continúa elaborando asuntos inconclusos del pasado en su actividad presente, impidiendo que *nuevas figuras* emerjan en el *primer plano* (*el aquí y ahora*).

Un *fondo* provee de innumerables *figuras* que en su momento pueden ponerse de relieve en el *primer plano*. Pero si el *fondo* se encuentra rígido, formado por *gestalten incompletas*, solo permite surgir las mismas figuras reproducidas obsesivamente en mil variantes y acompañadas de diversos síntomas y signos psiconeuróticos.

En el *fondo de la experiencia* la persona que percibe no es un blanco pasivo para el bombardeo sensorial que le llega del ambiente, sino que estructura sus propias percepciones y les impone un orden.

La persona *organiza* básicamente las percepciones en la **experiencia primaria** de una *figura* vista o percibida contra un segundo plano o *fondo*. La *figura* emerge del *fondo* a manera de un bajo relieve y se adelanta a una posición central que realza sus cualidades de precisión y nitidez, aparece así con lujo de detalles, invitando al examen atento y concentrando el interés a veces hasta la fascinación.

El *fondo* carece de tal magnetismo, difuso y amorfo su función principal es de servir de contexto para la percepción de la *figura*, dándole profundidad y relieve, pero sin despertar interés por sí mismo. Su poder reside en fertilidad inagotable de nuevas figuras. Así es como fluye la experiencia, en cualquier momento lo que es figura puede retroceder al fondo, y algo del fondo puede convertirse en figura.

La persona no solo estructura lo que percibe en unidades económicas de experiencia, sino que además rectifica y censura lo que percibe, armonizando selectivamente sus percepciones con sus necesidades internas.

Todos los intereses humanos reflejan exigencias organizacionales de naturaleza totalizadora, "toda la vida de uno sirve de fondo para las figuras del momento presente".

La psicoterapia debe alterar el sentido que el individuo tiene de su fondo para que nuevas experiencias estén ahora en armonía con su naturaleza. Cuando una figura irrumpie bruscamente del fondo donde hasta entonces había permanecido ignorada o mal conocida, la repercusión emocional es intensa, puede trastornar a quienes ocultan ante sí mismo o ante los demás su propio fondo. Las acciones incompletas son rechazadas violentamente al *fondo* en el que permanecen inconclusas e inquietantes y la mayoría de las veces distraen al sujeto. No hay ninguna experiencia del fondo de la existencia que no pueda en circunstancias apropiada convertirse en figura. La claridad y la efervescencia de la propia vida dependen en alto grado de la riqueza de figuras que pueda proveer el fondo, porque solo en plenitud de la figura percibida ardientemente contra un fondo aceptado pueden coexistir la vitalidad y el sosiego.

La excitación que no se puede tolerar se transforma en angustia. Si el flujo de la figura es compulsivo seguramente se debe a que la figura se percibe sin el sostén de su fondo. A medida que el *fondo de la experiencia* se diversifica se hace potencialmente más armonioso con una gama completa de posibilidades.

El objetivo terapéutico es ampliar el *fondo de la experiencia* para hacerse más susceptibles y responder mejor a la vida misma. No se observa ninguna garantía en adquirir mayor vitalidad a menos que se facilite el movimiento entre *figura* y *fondo*.

mediante una amplia libertad de acceso consciente a todo el repertorio de características y experiencias del individuo.

Logrado el *cierre* y una vez que se le ha podido experimentar y vivenciar plenamente en el presente, la preocupación obsesiva desaparece y se puede avanzar hacia las posibilidades y riesgos actuales. Cuando el **Asunto Inconcluso** se constituye en centro de la vida impide la efervescencia del espíritu. En principio: "una persona sin trabas está en libertad de participar en cualquier cosa que le interese, haciéndolo hasta que ese vivo interés se apague y alguna otra cosa atraiga su atención". Este es un proceso natural y el que vive de acuerdo con su ritmo se siente flexible, lúcido y eficaz.

La **mentalidad lábil** apenas da ocasión a experimentar lo que está ocurriendo porque su foco de atención es tan fluctuante que no permite el desarrollo ni desde luego la experiencia del *cierre*.

La persona lábil no permite una relación estable entre un momento y el siguiente. Escasa oportunidad hay para que un desarrollo de figura se complete o adquiera significado dentro del él, ya que abandona rápidamente cada proceso de estructuración.

La **fertilidad del fondo** como proceso natural surge de la amplitud mental, no de la parsimonia. Acabamos por no decir sino lo que ya está completo y elaborado en nuestra mente, precisamente para evitar nuestra **fobia al caos**: La perspectiva de dejar inconcluso algo que requiere conclusión. En la psicoterapia gestáltica la tolerancia al caos suele ser mayor que sin este apoyo psicológico: "*El concepto siempre es enemigo de la esencia*".

Los seres humanos establecen jerarquías en la estructuración de las experiencias diversas que van conformando su vida. *La organización* de la mente no es tan estricta como para que cualquier cosa que ocurra en ella equivalga a cualquier otra. Cada uno debe desarrollar un *sentido* de los acontecimientos internos que tiene fuerza para cobrar *expresión* y distinguirlos de los que sólo son débiles apariencias superficiales, no preparadas aún para nacer. Toda experiencia humana, incluso los pensamientos o voliciones, o se vuelven partículas dispersas en el sistema exaltado del yo, o bien, avanzan hasta una posición central y reclaman ser expresados de algún modo.

La **accesibilidad al fondo** implica postular la configuración de figura-fondo como la dinámica elemental de la conciencia. La escisión entre lo consciente y lo inconsciente dicotomiza al hombre. La vida es clara, si uno pasa de un momento de

la experiencia real al momento que sigue descubriendo algo nuevo en cada una, encontrará mayor potencialidad y vitalidad en cada una de sus experiencias.

"Las interpretaciones del inconsciente son audaces intentos de adivinación, drama apasionante para los depositarios del saber profético, se trata para ellos de un juego especial que desafía su ingenio y les permite comprobar su puntería psicológica. Al paciente observado puede brindarle esclarecimiento y agudas sorpresas, por cierto que si la interpretación da en el blanco, concertará la conciencia de la persona con los nuevos datos extraídos del inconsciente. El peligro es que por este camino aprenda a desconfiar de lo que aparece en primer plano y tenga que depender en adelante de una autoridad externa que le explique la realidad.

La interpretación del contenido inconsciente de un individuo neutraliza el proceso de su maduración personal, este proceso se instala sobre bases más firmes cuando se apoya en la toma de conciencia de cada momento presente, recibiendo en cada nueva toma de conciencia el impulso de la experiencia precedente".

En la trayectoria del movimiento no interpretativo, el paciente sigue su propio camino a su propio ritmo, y tiene que hacer sus propias selecciones en cada etapa de su vida; su experiencia presente se constituye en eje para la solución de su asunto inconcluso en cuanto le da la oportunidad de liberar emociones perturbadoras profundas. En el proceso de avanzar se refleja la concepción existencial de que: cualquier cosa que existe solamente ahora.

El flujo es condición básica de la experiencia de modo que si uno puede permitir que cada experiencia alcance la realidad que persigue se disipa a su vez en el fondo para ser sustituida por la experiencia inmediata que tenga fuerza suficiente para irrumpir en el primer plano. Solo el estancamiento psíquico puede mantener la apariencia de uniformidad en la vida. Cada configuración momentánea contribuye solo con su cuota correspondiente al proceso total de **la estructuración de la experiencia**, así como cada toma aislada aporta solo una imagen fugaz al movimiento ininterrumpido de una película. Si la proyección se interrumpe, aunque la figura esté nítidamente enfocada, pierde su vivacidad y nos quedamos con una versión inerte de lo que pudo haber sido un proceso vital.

La restauración de este movimiento a través del tiempo es un tema omnipresente en nuestra terapia. Donde quiera que este movimiento sufra intermitencias o se detiene, la vida se vuelve torpe, inconexa, dolorosa y vacía, porque uno ha perdido el apoyo constantemente rejuvenecedor del ciclo evolutivo. La perspectiva gestáltica asigna un alto valor a la novedad y al cambio, pero no los precipita, los aguarda con

fe contando con que la experiencia y la novedad son condiciones de la esencia humana inevitables.

El “**status quo**” es una expresión que se utiliza para designar a la capacidad del individuo para atenerse a su experiencia tal como se va desenvolviendo por sí misma. Contraria a esta, se observa a los que no saben soltarse a tiempo de una experiencia determinada y dar paso al proceso natural de cambio.

Por otro lado, si precipitamos el proceso, abortamos la *continuidad* natural (*Ley de la Continuidad*) que cada momento tiene con el que le sigue. Si lo retardamos, interrumpimos esa continuidad. Importa aprender la diferencia que existe entre sostener una experiencia hasta el fin y estancarse en ella tratando de obtener “*algo más, cualquier cosa más*” de una experiencia terminada o agotada. La pista básica la suministra la *atención* prestada al asunto. El que permanece en cualquier situación que lo hace desdichado y no se promete mejorar, se estanca. Cuando la situación inmediata está en permanente inarmonía con el contexto de sus propias necesidades, el individuo se estanca.

Cuando la desarmonía persiste y no se hacen esfuerzos para cambiar las circunstancias, alguien se está estancando. Una *atención* abierta a las alternativas y un claro sentido de la propia *libertad de opción* son rasgos diferenciales de la persona que sostiene una experiencia. No hay reglas infalibles para establecer la distinción entre estancarse y sostener algo.

La singular capacidad de respuesta de una persona a cada acontecimiento es lo que determina la cualidad intrínseca de su vida. El asunto es *mantenerse en contacto con uno mismo* y con sus propias necesidades.

Fritz Perls defendía la *concentración*, a través de su **Técnica del Continuo de Conciencia**, como antídoto contra la acumulación de asuntos *inconclusos del pasado* y por lo tanto perturbadores. Solo somos capaces de concentrarnos por completo en aquellos objetos que significan la *completación* de un *todo incompleto* (Perls, 1947). La tensión que producen las *gestalten* incompletas se considera como una de las principales fuentes de la neurosis. Los agudos *insights* terapéuticos de Perls, le ayudaron a resumir las leyes de la percepción simple en un sistema de psicoterapia y luego en *una concepción humanista de la existencia*.

Kurt Goldstein demostró en los años veinte, que las *Leyes de la Forma* no eran validas solo en el área de la percepción y de los fenómenos fisiológicos, sino que tenían validez para el organismo como un todo. Destacó *la unidad del organismo y su capacidad de autorregulación* demostrando que la ausencia funcional de una

parte del cuerpo es compensada por una reorganización total de las partes restantes, lo cual explica que un organismo puede en muchos casos seguir existiendo aunque haya sufrido amputaciones o lesiones considerables.

Laura Perls insiste en estudios de las *Leyes de la Percepción de la Escuela Alemana* para entender la *Terapia Gestalt*. La obra de *Wertheimer* enfatiza sobre las formas de pensar de manera productiva. La obra de *Kurt Lewin* enfatiza sobre la **Gestalt Incompleta** y la importancia de la motivación en la formación de *gestalten*. La obra de **Kurt Goldstein** enfatiza sobre el organismo como un todo indivisible.

Oscar Prettel Barrera