

Psicoterapia feminista y Gestalt

Azucena González San Emeterio

Introducción

Llegué al mundo de la gestalt, profesionalmente, desde el feminismo; necesitaba adquirir herramientas para trabajar en grupos. Mi trabajo consistía en incorporar la mirada de género en el ámbito de las administraciones públicas, la docencia..., grupos de mujeres para la prevención de la violencia, el empoderamiento... e intervenciones socioeducativas para fomentar la igualdad... Todos estos trabajos formulados desde un plano teórico y vivencial.

Personalmente, mi camino había sido, desde la adolescencia, el mundo de la autogestión y la militancia feminista.

Me enamoré de la gestalt y aquí me he quedado. Sin despegarme de ese primer amor que es la militancia y el feminismo. Atravesada por estas cosas y en pugna por tratar de integrarlas, en mí y en los espacios terapéuticos y formativos que habito.

Sé que no estoy sola en esto. Y esta revista es un claro ejemplo de ello.

Hay muchas personas que, como yo, llegamos a la gestalt desde el feminismo. Al reconocernos establecemos ciertos guiños entre nosotras. Por ejemplo, cuando nos recomendamos formaciones hablamos en estos términos: «No tiene perspectiva de género, pero está bien...», «No hay mirada feminista, pero no resulta ofensivo...», «Si no te enfadas por lo que no hay, todo bien...».

También, hablamos de cómo ha sido quedarnos, qué ha pasado para que podamos identificarnos y sentirnos incluidas en este mundillo que, de entrada, parece sospechar del feminismo o incluso, cada vez menos, ser arisco con él. E igualmente, usamos ciertos guiños.

La crítica

Qué nos falta, qué nos ofende, qué nos enfada...

No pretendo hablar por todas, más bien trato de poner mi reflexión en alto. Un granito de arena en el honroso trabajo de realizar una crítica feminista a la gestalt. Recojo solo algunos aspectos, los que en este momento me surgen como más relevantes.

Hay algo muy básico que ocurre en la mayoría de las formaciones y espacios gestálticos y tiene que ver con el uso del lenguaje. No solo pienso en el lenguaje inclusivo, también en cómo categorizamos a través de él.

Desde que entramos en gestalt, se nos propone poner conciencia en cómo nombramos y lo que dejamos fuera en decirnos y decir el mundo... En cambio, cuando pedimos un uso no sexista del lenguaje resulta que, de repente, no tiene tanta importancia. Tiene que ver con la ideología y/o las ganas de polemizar y las resistencias. Seguramente habrá momentos en los que sea así, pero, si se utilizase el lenguaje de otra manera, dejaría de ser un escondite. ¿Cómo podemos estar en un ambiente tan feminizado sin decir nosotras? Desde una mirada feminista, es muy difícil de transar.

En relación a la categorización, también hacemos afirmaciones que son una clara reproducción de la ideología dominante. Es cierto que el lenguaje, en este sentido, es más difícil de transformar, que representa un cierto estancamiento del orden social que nos construye o, mejor dicho, nos encarna.

Cuando decimos «Voy a comprar al chino» en vez de «al bazar», estamos reproduciendo racismo. Cuando hablamos de lo bellas que están las mujeres del grupo, estamos reproduciendo sexismo. Sí, así es. La ideología dominante nos sale por la boca. No puede ser de otra manera, hemos construido nuestro autoconcepto en un mundo racista y patriarcal, pero ¿por qué lo negamos?, ¿por qué nos defendemos cuando alguien lo señala?

Nos importará más o menos, pero no podemos negar un hecho que es, porque al negarlo nos impedimos darnos cuenta y nuestra responsabilidad. Si no me importa reproducir sexismo, me hago responsable de ello o de lo a gusto que estoy en el patriarcado con mis privilegios o en mi posición de subordinación. Si me importa, me disculpo y explico lo que me cuesta o hablamos de lo difícil que nos resulta a todes. Pero negar la evidencia es lo menos gestáltico que hay.

Por otro lado, nunca he visto en una formación, ni siquiera de sexualidad, buscar una explicación a la heterosexualidad. Nada parecido a «Le pasó tal cosa y por eso es hetero...». En cambio, sí he visto buscar explicación a la homosexualidad, al lesbianismo, a las

identidades no normativas. Lo hacemos de una manera más burda o más invisible, pero la lógica es la misma: por el camino algo no fue bien y el resultado es este.

La homofobia está muy presente en las diversas corrientes psicoterapéuticas, no solo en la gestalt. En el psicoanálisis clásico, se trató como un desarrollo psicosexual inverso, fallido. Cuando hablamos en el entorno *psi* de la diferencia sexual, naturalizamos la heterosexualidad. Desde la teoría feminista, hay corrientes teóricas que tratan de romper esa inercia e incluir en la mirada de la construcción de la subjetividad una teorización que haga posible la normalización de la orientación del deseo sexual en todas sus formas. Nos construimos homosexuales, heterosexuales, bi, trans... y todo está bien. Solo hay que ver qué nos dejamos en el camino, qué partes nuestras estamos alienando y cómo nos sienta en nuestro bienestar.



Ilustración de Anna Mezz

Otra dificultad, a mi modo de ver, es que, devolviendo responsabilidad, en ocasiones estamos psicologizando la injusticia, tornando problemas sociales en problemas personales. Hay un viejo ejemplo muy ilustrativo: podemos devolver una mejor gestión del estrés en vez de plantearnos luchar por unas condiciones laborales más dignas... Nos pasa, de manera más o menos sutil, con algunas devoluciones de responsabilidad que no tienen en cuenta que, al construir la subjetividad, estamos internalizando una posición concreta de dominio/sumisión; que ser una persona querida y aceptada en el ambiente en el que has nacido en ocasiones pasa por ocupar posiciones de subordinación que nos devuelven reconocimiento. A modo de ejemplos: si en nuestras asambleas las mujeres hablamos en público menos que los hombres, no es casualidad, aunque nadie nos impida tomar la palabra; estar en una relación de maltrato y que nos cueste irnos de ella forma parte de la socialización en una cultura amorosa sostenida en la desigualdad... Devolver responsabilidad en estos casos sin tener en cuenta las condiciones externas es no entender cómo funciona el patriarcado en nuestras psiques y entornos.

Otro punto especialmente llamativo es la esencialización de lo masculino y lo femenino. La gestalt es una corriente eminentemente existencialista, hasta que llegamos a la polaridad femenino-masculino y de repente... somos pura esencia. Vientres que acogen, posiciones pasivas, la madre tierra para las mujeres... Penes que rompen o conquistan, posiciones activas, protección y fuerza para los hombres... Y qué pasa con el resto de los cuerpos y qué

pasa con el resto de realidades. Para muchas personas, es muy complicado identificarnos con eso... ¿No somos normales? Cuando hagamos un proceso de integración, ¿será posible que nos sintamos identificadas? ¿Es eso deseable? Son preguntas falsas, yo puedo contestarlas: sí, no, no. Si todes contestamos de la misma manera, ¿qué estamos haciendo al esencializar esta polaridad?

En relación a la esencialización, hay que recordar que el deseo, la necesidad, lo que viene de mí, lo obvio... no existe sin la cultura, sin el lenguaje, sin lo de fuera. Somos con y debemos tenerlo presente, porque se nos olvida.

Con respecto al marco teórico de la gestalt, lo mejor que se puede decir es que, en relación a la diferencia sexual y a la construcción del autoconcepto en un campo en el que existe la discriminación, no se dice casi nada; hay poco que debatir con la teoría y mucho que hacer para incorporar esta mirada. Y esto tiene un filo peligroso, lo que no se nombra, lo que no se explicita, en ocasiones se vuelve especialmente dañino.

Por último, para cerrar este punto de la crítica, me gustaría decir que es importante entender que las personas que hemos aprendido del feminismo nombramos estas cosas y las podemos visibilizar, en mayor o menor medida. De hecho, estamos muy sensibilizadas y se nos hacen figura. Y esto no significa que no nos atraviesen. El patriarcado, incluyendo la desvalorización de lo femenino, la homofobia internalizada, la cultura del amor romántico..., todo esto nos acompaña, está encarnado, nos hace el cuerpo como a las demás.

El feminismo no te vacuna. Creer que es así es como pensar que siendo terapeuta no vas a tener neurosis. Ya sabemos que eso no es cierto. Lo que sí es verdad es que hemos aprendido a conocerla y, en el mejor de los casos, a negociar con ella. Lo mismo pasa con el feminismo, nos permite entender cómo nos atraviesa todo esto y hacernos cargo de ello.

Hemos construido nuestro autoconcepto en una cultura patriarcal e internalizamos las reglas y normas en el decir y saber de mí y del mundo. Es fundamental, en este sentido, el trabajo terapéutico feminista que nos ayude a visibilizar cómo lo hemos hecho, si no, muchas veces, nos encontraremos reproduciendo ideología dominante. Incluso sin querer que sea así.

Por eso, cuanto más nos estemos defendiendo en este momento, al leer la parte crítica, cuanto más estemos pensando que en nuestra escuela no pasa, que quién hará esas cosas, que..., más falta nos estará haciendo revisarnos.

El reconocimiento

Volviendo con las compañeras que, igual que yo, se acercaron a la gestalt desde el feminismo, pienso que, si no nos hemos ido con todo esto y vamos sorteando las dificultades, es por el bienestar producido por otro tipo de aspectos. Eso sí, dejando de lado todo lo que sabemos en este sentido (dejando fuera una parte de nosotras...).

Nos nutrimos de la gestalt como podemos. Y es que la gestalt es muy nutritiva. Los procesos de autoconocimiento, el contacto con uno mismo y con el mundo producen mucho bienestar. Aquí, ahora, darse cuenta y responsabilidad. Aprender esto es un regalo. La expresión de las emociones, el trabajo con el cuerpo, el cariño y el sostén de los grupos, los procesos transferenciales y contratransferenciales...

Pasar por la formación es una experiencia transformadora difícil de reducir a palabras. Sobre todo, sin hablar de lo propio, porque cada quien encuentra las claves en sitios distintos. En mi proceso, encontré la posibilidad de elaborar mucho dolor que había acumulado en distintas experiencias vitales y tenía aparcado, como si evitarlo fuera posible. Salí ligera, mucho más conectada con mi energía y mis necesidades.

Además, añado un reconocimiento muy concreto: creo que la gestalt, desde una posición metodológica, le viene muy bien al feminismo para la flexibilización de las identidades con respecto al género.

Nos viene bien entender cómo construimos el carácter y de qué manera podemos incluir las partes negadas en el autoconcepto. Darnos cuenta de nuestros procesos de identificación/alienación; qué posibilidades hemos perdido en ese camino y qué nos está apretando en ese ajustarnos a las expectativas de un mundo binarista y patriarcal.

Entender los mecanismos de defensa y, fundamental desde la perspectiva de género, negociar con el peso de los introyectos (algunos de ellos también feministas).

Desde las teorías emancipatorias, en ocasiones, definimos sujetos que se convierten en ideales del yo. Construimos modelos imaginarios de cómo «deberíamos ser» y no de cómo realmente estamos siendo.

Respondiendo a estos «deberías», jugamos un rol, un «como si» que nos dificulta el contacto interno y el externo. Limitamos nuestras posibilidades personales, ahora marcadas por los propios discursos emancipatorios y no por la estructura patriarcal.

Cuando deseamos cambiar, establecemos una dicotomía entre lo que estamos siendo y lo que queremos ser, generando nuevos introyectos que interrumpen la regulación orgánica y

alienando, de nuevo, partes nuestras. En el trabajo terapéutico se procura la integración entre lo que está y lo que quiere llegar.

Además, el enfoque fenomenológico de la gestalt evita el «debería». Supone partir de la experiencia vivida procurando darse cuenta de cómo nos afecta el género, en este caso. Y desde este lugar observado, interrogarnos acerca de qué cosas queremos modificar y qué no y cómo hacerlo. A partir de aquí se puede establecer el proceso de desidentificación.

Para poder habitar eso que queremos, tenemos que incorporar los cambios aceptando lo que previamente está. La premisa es que hay que saber exactamente dónde estamos para poder llegar a donde queremos estar. Sin esa base, el movimiento se complica enormemente.

Por último, la gestalt entiende que somos en el contacto. Abre el paradigma del campo frente al paradigma del individualismo. En palabras de Marta Fischman Slemenson (en el prólogo para la traducción de *Vergüenza y soledad*, de Gordon Wheeler):

“El «modelo de campo» de Goodman propone un punto de vista totalmente diferente en el que el sí mismo o el yo no es algo puramente interno, sino que, en su metáfora espacial, está en el límite de contacto, ubicado de modo tal que integra todo el campo y que una ruptura significativa en el mismo, en la conexión natural con el entorno, será percibida como una ruptura en la conexión interna del yo”.

(Fischman, 2005, p. 21).

“[...] En la medida en que somos relacionales, intersubjetivos, integrados al campo como un todo, se desprende que una perspectiva ética debe basarse en el criterio de cuáles acciones y actitudes apoyan un desarrollo saludable del campo en su totalidad”.

(Fischman, 2005, p. 23).

Gordon Wheeler cierra el libro con esta referencia al género. De las pocas reflexiones teóricas explícitas en gestalt.

“Nacemos en un campo «generizado»; las historias íntimas que heredamos, acomodamos e integramos más o menos bien, para bien y/o para mal, son historias generizadas (dependen del género). Los términos específicos de esa asignación de roles según el género van a variar enormemente de una cultura a otra. Lo que no variará es el hecho de que la cultura misma contiene la noción de género y que esos valores y significados de género son transmitidos por nosotros y por la cultura en forma de narraciones como historias de género que moldean y constriñen nuestras historias íntimas de género, tal como lo hacen todas las narrativas culturales”.

(Wheeler; 2005, pp. 277-278).

Una propuesta de mirada feminista en psicoterapia

Marco general

A las personas se nos especializa, nos especializamos, en ser mujeres y hombres (no existe un lenguaje que permita hablar de las dos cosas al mismo tiempo, estamos inmersas todavía en el paradigma del individualismo que opone un afuera a un adentro). No es la única característica que va a marcar nuestra subjetividad, pero sí una de las más importantes.

Muchas autoras afirman que el género es la categoría fundamental en la construcción de nuestra psique, aunque el feminismo postcolonial nos ha permitido ver que en otras culturas y en esta misma, según para quién, puede haber otros ejes que tengan un peso mayor. Pensemos en la negritud en sociedades colonialistas, en algunas diversidades funcionales...

En todo caso, volviendo al género, esta diferenciación nos interpela en gran medida, si no de manera fundamental, a la hora de decir quién soy yo. Y lo más importante, no es una mera diferencia, marca también posiciones de poder y subordinación, nos habla de desigualdad y discriminación. Nos coloca o pretende colocarnos en lugares distintos. Lugares en los que se asientan dinámicas económicas y de parentesco para reproducirse. Es la base del sistema patriarcal.

Desde este lugar, por ejemplo, las mujeres regalamos nuestro tiempo al trabajo reproductivo por «amor». La asimetría de los roles de género, en las interacciones amorosas, hace que las responsabilidades del cuidado, el sostén emocional y las tareas domésticas recaigan sobre las mujeres. Especializarnos en ser mujeres implica encontrar el reconocimiento en estos roles, por lo que estos intercambios desiguales son, en muchos casos, voluntarios. Aunque, en la mayor parte de ellos, no están exentos de tensiones y conflictos. En palabras de Anna G. Jónasdóttir, los hombres obtendrían una «plusvalía de dignidad genérica» (1993, p. 70). Para esta autora, no es el trabajo gratuito la causa mayor de la subordinación en las mujeres, sino el cuidado y el amor, el sostén emocional para el que hemos sido especializadas, que no encuentra una especialización similar en el afuera que equilibre lo dado.

“La explotación implícita en la relación existente entre el capitalismo y el trabajador es de estructura similar a la que existe entre hombres y mujeres. En estas dos relaciones de correspondencia se da una transacción desigual en cuanto a bienes y valores: el capital extrae la fuerza laboral durante un tiempo mayor del que paga y se apropia del control sobre el producto de este trabajo extra. Los hombres se apropian de los poderes de cuidado

y amor de las mujeres sin dar a cambio lo mismo. Además, esto ocurre en condiciones que dejan a las mujeres incapacitadas para reconstruir sus reservas emocionales y sus fuerzas sociales de autoridad...”

(Jónasdóttir, 1993, p. 153).

Pero en el proceso de especializarnos en ser mujeres y hombres nos pasan más cosas. Se nos presenta una biología del sexo diferenciada en dos, varones y hembras. Una lógica binarista que no está previamente inserta en los cuerpos, sino que, más bien, se va insertando en ellos a través de las prácticas culturales. Desde la mirada feminista que yo comparto, se entiende que el cuerpo produce y es producido por significados sociales y también que la biología está presente. Fausto-Sterling toma de la filósofa feminista Elizabeth Grosz la imagen de la banda de Möbius como metáfora de la psique.

Grosz propone que contemplemos el cuerpo (el cerebro, los músculos, los órganos sexuales, las hormonas y demás) como la cara interna de la banda de Möbius, y la cultura y la experiencia como la cara externa [...], entre el interior y el exterior no hay solución de continuidad, y se puede pasar de uno a otro sin levantar los pies del suelo. (Fausto-Sterling, 2006, p.41).

Se nos especializa en ser mujeres y hombres y este trabajo queda incorporado, construye nuestros cuerpos. La lotería la decide una diferencia biológica que es artificialmente binarista; en los cuerpos solo se ve una diversidad sexual, de modo que se niegan o se corrigen los cuerpos que se salgan de esta lógica.

En palabras de Anne Fausto-Sterling:

“El sexo de un cuerpo es un asunto demasiado complejo. No hay blanco o negro, sino grados de diferencia [...], etiquetar a alguien como varón o mujer es una decisión social. El conocimiento científico puede asistirnos en esta decisión, pero solo nuestra concepción del género, y no la ciencia, puede definir nuestro sexo. Es más, nuestra concepción del género afecta al conocimiento sobre el sexo producido por los científicos en primera instancia”.

(Fausto-Sterling, 2006, p.17).

En este sentido afirmamos que el género construye el cuerpo y lo hace tratando de adecuarse a un modelo polar y binario que poco tiene que ver con las expresiones de la singularidad, con las posibilidades de desarrollo creativo de cada persona, y mucho con una repetición iterativa de modelos de masculinidad y feminidad que no tienen un original previo a la lectura cultural de los mismos.



Ilustración de Anna Mesa

Y a la vez, se construye y naturaliza la heterosexualidad, la construimos y la naturalizamos. El género la lleva implícita... Ser hombre es identificarse con otros hombres y desear a las mujeres. Ser mujer es identificarse con otras mujeres y desear ser deseada por los hombres (según ha mandado, en la historia reciente y en la actualidad, la tradición de género en nuestra cultura).

Por supuesto que, en términos fenomenológicos, el género y la sexualidad se expresan de muchas otras maneras. Lo que trato de señalar es el límite, la sujeción con la que vamos a construir una parte de nuestra identidad por imitación o repudio. Estoy hablando del ideal regulativo que nos interpela y al que de una forma u otra respondemos a lo largo de toda nuestra vida. La culpa y la vergüenza, dos emociones que regulan las necesidades de pertenencia, van a estar muy influidas por las narrativas de género y el esfuerzo de legibilidad que hacemos las personas.

En palabras de Judith Butler, filósofa feminista referente de la teoría *queer*:

“Debemos empezar por presuponer que lo masculino y lo femenino no son disposiciones, como a veces sostiene Freud, sino, por el contrario, logros que emergen conjuntamente con la consecución de la heterosexualidad. Freud articula aquí una lógica cultural según la cual el género se alcanza y se estabiliza mediante el posicionamiento heterosexual, de tal manera que las amenazas a la heterosexualidad se convierten en amenazas al género mismo. La preeminencia de la matriz heterosexual en la construcción del género no aparece solo en el texto de Freud, sino también en las formas culturales de vida que la han absorbido y que están habitadas por formas cotidianas de ansiedad de género”. (Butler, 2001, pp.150-151).

Solo hay que mirar, como ejemplo, el bullying homófobo en los colegios para darnos cuenta de ello. Cristina Garaizabal Elizalde¹ resalta que en esas edades no se castigan las prácticas sexuales (todavía son poco actuadas o inexistentes), se persiguen las expresiones de género no adecuadas, las plumas.

Esto es lo que Butler presenta como matriz de inteligibilidad (cualidad de ser legible) desde la que se construyen los cuerpos. Una lógica esperada/forzada entre: una lectura del cuerpo distinguida en dos sexos; unas cualidades, características, atribuciones a esos cuerpos que se

¹ En la formación de Psicoterapia Feminista y Transformación Social que impartimos conjuntamente.

internalizan y se tratan de alcanzar; una heterosexualidad esperable como desarrollo psicosexual exitoso para completar ser mujer u hombre con las posiciones que eso conlleva. Carolina Meloni, en una lectura de Butler, habla de los diversos cuerpos con respecto a la matriz:

“La matriz heterosexual define tanto la coherencia como la incoherencia, la continuidad como la discontinuidad. Aquellos cuerpos cuyo género no es una consecuencia de su sexo anatómico, aquellos cuerpos cuyas prácticas y deseos sexuales no se corresponden con el deseo heterosexual, e incluso aquellos cuerpos que no poseen una definición clara de su condición anatómica (como es el caso de los intersexuales) caen fuera de la matriz de inteligibilidad, siendo, por lo tanto, ininteligibles o incomprensibles. Estos cuerpos serán, por ello, rechazados, marginados, excluidos y, en ocasiones, patologizados. Por esta razón, debemos entender la heterosexualidad no como una simple opción sexual, sino como un régimen de poder discursivo, hegemónico y excluyente”.

(Meloni, 2008, p. 77)

Las líneas de fuga son los cruces *queer*, todas las respuestas insumisas a los géneros y la lógica de legibilidad. Cuanto más buscamos la autenticidad más se desbarata y desordena la matriz, el ideal regulativo. La singularidad de la expresión humana no puede ser apresada de una manera tan burda más que a base de violencia..., violentando, mermando, recortando, calzando en moldes que nos aprietan y, por supuesto, nos neurotizan.

Simone de Beauvoir afirmó, a mediados del siglo XX: «No se nace mujer, se llega a serlo», dando lugar al concepto de género tal y como lo entiende la teoría feminista. Y fue fundamental para combatir los argumentos que justificaban la discriminación en base a diferencias naturales, a la lógica dualista de la complementación de los sexos.

Judith Butler le añade otro interrogante a la pregunta de Beauvoir: Pero ¿se llega a serlo? ¿Mujeres y hombres llegamos a serlo?

El problema fundamental al que nos enfrentamos con Butler es aprender a pensar de manera diferente la subjetividad humana y la alteridad. De nuevo en palabras de Carolina Meloni:

“Butler nos incita a pensar ya no en un sujeto político, sino en múltiples «subjetividades» o «subjetivaciones», en nuevas posibilidades de vida, en modos distintos de existencia, en otras filiaciones o formas de ser-en-común. Estas «subjetividades» o identidades periféricas no vienen sin más a suplantarse al sujeto moderno. Como si bastara con invertir los términos colocando allí donde se situaba lo Mismo y lo idéntico, lo excéntrico y marginal, lo otro. Se trata de un desplazamiento más profundo que cuestiona los límites de toda identidad, que rearticula los discursos y las relaciones sociales desde sus fronteras mismas. Lo negado,

reprimido y oprimido, es decir, lo otro, lo diferente, lo excluido y marginado, los monstruos que dice Haraway o los «fantasmas de la incoherencia» (las malas copias o simulacros) de Butler apelan a su legitimidad precisamente para demostrar que no hay coherencia posible, que no hay identidad o subjetividad que no esté atravesada por múltiples discursos, prácticas sociales y políticas, dispositivos de saberpoder, etcétera”. (Meloni, 2008, p. 81).

En terapia

Vaya por delante que, en terapia, incorporar la perspectiva feminista no es tanto hacer algo concreto como no hacer. Sobre todo, tratar de no reproducir ideología dominante a través de las preguntas o devoluciones.

En los trabajos grupales es más fácil proponer técnicas que nos ayuden a explorar, a darnos cuenta de cómo nos atraviesa el patriarcado, a experimentar cosas distintas.

En la terapia individual es diferente. Las personas vienen con una demanda concreta que puede estar alejada de esta perspectiva. Da igual, en ningún caso la perspectiva feminista implica aleccionar o llevar a la persona a ningún sitio, vamos detrás de ella, acompañando, como cualquier terapeuta gestalt.

Tiene que ver con lo que sabemos, con lo que podemos alumbrar en nuestro acompañamiento, con la tarea compartida de poner palabra a esos dolores que en caso contrario no pueden ser nombrados. Y no solo a través de la teoría, también a través de la experimentación. Hay que incorporar, en la narrativa reconstruida en el proceso terapéutico, este tipo de dolor tan primario, tan naturalizado, tan opresivo.

Pedro de Casso articula así la relación entre el marco teórico y práctico en la terapia gestalt:

“Pienso que es verdad que «en el momento inmediato de la relación terapéutica no tiene lugar» —o no debería tenerlo, en buena práctica— «la conciencia de teoría». Pero pienso también que pertenece al conocimiento y a la formación del terapeuta gestáltico la asimilación —sobre todo por experiencia y también a través de lecturas— de toda una serie de referencias sobre el quehacer gestáltico, que en último término forman parte de aquel entramado que opera por debajo de las experiencias vivas que surgen en la terapia. Y me atrevo a pensar que algo que puede contribuir a que la conciencia de esas referencias no interfiera en el momento de la relación terapéutica es, precisamente, el tenerlas bien asimiladas”.

(De Casso, 2003, p. 561).

El conocimiento del desarrollo psicosexual nos vertebra porque, «en tanto que humanos, somos inteligibles como sujetos sexuados y generizados; sexo y género no solo designan el conjunto de funciones biológicas, anatómicas y culturales, sino también un núcleo psíquico de significación que va a constituir nuestra identidad» (Meloni, 2008, p. 78). Averigüemos cómo lo está haciendo, cómo nos está vertebrando.

Toda persona que se dedique a acompañar terapéuticamente estará poniendo en juego su propia neurosis, vamos a llamarla «de género». Sería adecuado, entonces, que le pongamos conciencia a cómo es para no colocarla o actuarla sin conciencia en los procesos terapéuticos.

Con respecto a lo expuesto anteriormente, de la mirada de la construcción de la subjetividad, entiendo que tenemos dos lugares a los que atender cuando nos observamos: cómo está marcado el género desde la lógica binaria en nuestros cuerpos, cómo respondemos a ese juego de legibilidad del que las personas formamos parte como acusadas y juezas.

- Hemos sido especializadas en ser mujeres u hombres con mayor o menor éxito. Hay contenidos muy concretos, introyectos claramente marcados que nos hacen reconocernos en la experiencia de las demás, narraciones culturales de género que se transmiten de generación en generación. No es raro encontrarnos en terapia, o internamente, con introyectos totalmente caducos que están teniendo peso en nuestra vida.
- Y lo hacemos tratando de tener un passing lo mejor posible en ese juego de legibilidad que deja en las fronteras lo equivocado, lo monstruoso, lo anormal, lo que no presenta coherencia en la matriz. Buscamos dar respuesta a una lógica externa que condiciona, en el mejor de los casos, o nos mutila, literalmente, los cuerpos, las expresiones, las potencialidades... Nadie llega al ideal. Unas personas se acercan más que otras, algunas con menos dolor, otras con mucho. Algunas incluso llevadas a la frontera de lo patológico, lo anormal, lo enfermo. Observemos qué significado tiene en nuestra realidad sentida.

La distinción que acabo de señalar es totalmente artificial, pero a mí me ayuda a poner luz, teniendo en cuenta que una característica del género es la volubilidad. En palabras de Jessica Benjamin:

“La crítica de la complementariedad de género ha dado lugar a una irremediable paradoja: a la vez que se rebela contra las categorías de opuestos de feminidad y masculinidad, reconoce que dichas oposiciones organizan irremediablemente nuestra experiencia (Dimen, 1991) [...]. Tal y como Harris (1991) sostiene, el género no está «ni enraizado ni es algo liminal y evanescente. Sin embargo, en la experiencia de cualquier persona, el género puede ocupar ambas posiciones» [...]. Dimen (1991) sostiene que este carácter elusivo no debería

«entenderse como un fracaso del método o de la teoría, sino como un signo de lo que es el género»”.

(Benjamin, 2013, p. 94).

También hay un feminismo de la diferencia sexual que entiende dicha diferencia como esencial y trae a la mirada terapéutica conceptos tan interesantes como el *affidamento*, la sororidad, la revalorización de los estereotipos tradicionales asociados con la feminidad... Y sobre todo, el intento de revertir un orden simbólico patriarcal y propulsar el orden simbólico de la madre. Puede ser realmente importante desde un punto de vista terapéutico².

Trabajar, en todos los cuerpos, la revalorización de los aspectos tradicionalmente asociados a lo femenino, practicar el *affidamento* y la sororidad y ensayar la subversión del orden simbólico patriarcal nos va a permitir incorporar o habitar de manera distinta aspectos negados de nuestra personalidad.

Creo que todos los feminismos, desde su marco teórico y su práctica, han colaborado en proporcionarnos una mirada más amplia e inclusiva de las subjetividades. Pero la esencialización y la biologización de las diferencias ha sido un lugar peligroso para una parte de él y yo comparto ese miedo.

Prefiero el concepto de *embodiment*, de cuerpos incardinados, de una mirada de la biología no esencialista³.

Mari Luz Esteban lo expresa con estas palabras:

“El sujeto no es más que materia. Cuerpo. Una materia que se transforma. Una materia que se transforma en sonido. Una materia que se transforma en emoción. Una materia que se transforma en deseo...”

Una emoción, un deseo, un cuerpo, un sujeto, ya lo sabemos, dinámicos, subvertibles, transformables.

Un deseo que hace que el sujeto (extraño para sí mismo) se desplace, mire al otro, como un extraño. Un otro, a su vez, extraño para sí⁴.

Un otro que es Otro en tanto que es mirado, que es visto.

² Quien desee profundizar en esta línea puede acercarse a la obra de estas autoras: Luce Irigaray, Hélène Cixous, Carla Lonzi, referentes fundamentales del feminismo de la diferencia.

³ *Embodiment* es un término acuñado por el antropólogo Thomas Csordas. Algunas miradas de la biología no esencialistas: Gros, Anne Fausto-Sterling, Sandra Harding.

⁴ Zulaika, Joseba. *Etnografías del deseo: bases teóricas*, 2008.

Un Otro que es mirado como se mira una flor que no se recoge. Con una mirada que no es ni distraída ni depredadora”.

(Esteban, 2011, p. 473).

Jessica Benjamin, una de las fundadoras de la orientación relacional en el psicoanálisis, desarrolla una teoría que da cuenta del lugar de la opresión y la dominación en la subjetividad y una concepción del desarrollo en la constitución de los géneros. Distingue cuatro fases en el desarrollo temprano: la identificación genérica nominal; la identificación de rol genérico (con la llegada de la representación simbólica); la fase sobreinclusiva preedípica; la fase edípica (Benjamin, 1997, p. 83).

Hay dos ideas de Benjamin que resultan fundamentales en mi manera de entender la psicoterapia feminista.

1. La «sanación» en los procesos terapéuticos de las dinámicas de reconocimiento fracturadas (en el desarrollo psicosexual). Esta autora habla del reconocimiento⁵ en estos términos:

“El reconocimiento del daño sufrido, o incluso causado por uno mismo, restablece la posición del testigo que puede soportar el conocimiento de lo que es el dolor. Esta postura es esencial para recrear el sentido de un universo lícito en el que sabemos que algunas cosas no están bien, si bien ocurren. Es increíble lo tranquilizador que resulta y cuánto más cohesionado se siente uno, cuando se valida que nuestro sentimiento es correcto, o que algo mal no está precisamente bien. Pero además, el testigo sirve como un representante de lo que yo llamo el tercero lícito, que contrarresta la pérdida desesperanzada de agencia, la impotencia, que una víctima siente cuando está rodeada de negación o disociación, y es incapaz de tener algún impacto en o de ser escuchada por un otro. Ya sea el testigo fallido un miembro de la familia, como en un trauma personal, o la comunidad mundial, como en los traumas colectivos, este fracaso puede contribuir tanto a la impotencia postraumática como lo hacen los propios eventos”.

⁵ <https://www.psicoterapiarelacional.es/CeIRREVISTA-On-line/CeIR-Buscador-Valore-y-comente-los-trabajos-publicados/ID/299/El-Tercero-Reconocimiento-Jessica-Benjamin-PH-D>

2. Y la falsa dicotomía entre identificación y deseo, que recoge de la lectura de Butler y que permite desnaturalizar el deseo heterosexual e incorporar toda orientación del deseo como parte del desarrollo psicosexual humano.

A modo de conclusión



Me gustaría concluir señalando, desde la reflexión teórica de mi práctica terapéutica, los puntos que entiendo más importantes.

Para mí, lo fundamental del feminismo es que habla de jerarquía, de posiciones de poder, del lugar o de los lugares que ocupamos las personas con respecto a diversos ejes de opresión y cómo construimos nuestra subjetividad en esa posición concreta. Observar esto nos permite visibilizar y no solo con respecto al género.

Incorporar en el conocimiento teórico la construcción de la subjetividad con respecto a los géneros. Con una mirada procesual del yo. La identidad como proceso, no como destino. Poniendo peso en el género corporizado y en las dinámicas de legibilidad.

La utilización del lenguaje, tanto en su faceta inclusiva como de herramienta de categorización, de una manera distinta. Que abra posibilidades de nombrar, de decir y decirnos, que ponga en duda «normalidades» y «patologías».

La importancia de las narrativas con respecto al género. Encontrar palabras a dolores que de otra forma no pueden ser nombrados. Palabras que permitan su existencia y los hagan «llorables». Hacernos cargo de nuestros malestares implica encontrar la capacidad para expresarlos, a través del lenguaje fundamentalmente, aunque también, de una manera primaria, a través del propio cuerpo.

Entender que somos cuerpo y que todo lo que nos pasa nos pasa en él. Las experiencias culturales nos construyen y constituyen. El género, obviamente, también.

Darnos cuenta, comprender, las dinámicas de género que atraviesan los procesos grupales que acompañamos. Sin esa conciencia reproducimos lo normativo y formamos a otras personas que lo van a reproducir igualmente.

Hacer conscientes las dinámicas de reconocimiento, en el proceso terapéutico, que permitan reparar algunas fracturas con respecto al desarrollo psicosexual temprano, donde construimos nuestro estar en el mundo desde un lugar sexuado que nos limita y nos coloca, nos colocamos, en lugares diferentes y desiguales.

Por último, entender que lo que sabemos y lo que nos hemos atrevido a experimentar son la clave de un buen acompañamiento. Ambos aspectos son igualmente importantes.

Bibliografía

- Benjamin, Jessica. *Sujetos iguales objetos de amor*. Barcelona: Paidós.
- Benjamin, Jessica (2012, junio). «El tercero. Reconocimiento». *Clínica e Investigación Relacional*, vol. 6 (2), pp. 169-179.
- Benjamin, Jessica (2013). *La sombra del otro. Intersubjetividad y género en psicoanálisis*. Madrid: Psimática.
- Butler, Judith (1995). *El género en disputa*. Madrid: Paidós.
- Butler, Judith (2001). *Mecanismos psíquicos del poder. Teorías sobre la sujeción*. Madrid: Cátedra.
- De Casso, Pedro. *Gestalt. Terapia de la autenticidad*. Madrid: Kaidós.
- Esteban, Mari Luz (2011). *Crítica del pensamiento amoroso*. Barcelona: Bellaterra.
- Fausto-Sterling, Anne (2006). *Cuerpos sexuados*. Barcelona: Melusina.
- Fischman, Marta (2006). Prólogo, en Gordon Wheeler, *Vergüenza y soledad. El legado del individualismo* (pp. 15-25). Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Jónasdóttir, Anna G. (ed.) (1993). *El poder del amor. ¿Le importa el sexo a la democracia?* Madrid: Cátedra.
- Meloni González, Carolina (2008). «Judith Butler y la genealogía», en *La Torre del Virrey*. *Revista de Estudios Culturales* (5), pp. 75-81.
- Wheeler, Gordon. *Vergüenza y soledad. El legado del individualismo*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.



Azucena González San Emeterio

Psicoterapeuta por la *FEAP*. Terapeuta gestalt, miembro titular y supervisor de la *AETG*. Experta en feminismo y perspectiva de género. Formadora de terapeutas en Gestalt: Psicoterapia y Formación (GPvF). Confundadora y formadora de la Red de Psicoterapia Feminista y Transformación Social. Licenciada en Sociología. Postgrado en investigación por la UCM. Máster en Intervención Psicosocial con Mujeres por el COP. Autora de la tesina *Perspectiva feminista y Gestalt* (2013).