

## 24. Acerca de la confrontación<sup>1</sup>

Graciela: Me dijeron que la palabra confrontación la habías introducido tú en España. Me parece una oportunidad muy especial el hecho de que tú mismo nos pudieras dar claridad en cuanto a su uso y que todos los gestaltistas conociéramos de la fuente la diferencia entre FRUSTRACIÓN y CONFRONTACIÓN.

Además, yo llamé a algunos gestaltistas de otros países para que opinaran sobre el tema y me dijeron que no sabían qué les pedía exactamente, que les mandara bibliografía sobre el tema para luego poder opinar; así me di cuenta de que éramos muchos los que estábamos en la oscuridad con estos términos.

Claudio: En las interpretaciones del lenguaje bíblico se ha llamado la atención en cómo la verdad, a veces, se simboliza como piedra— como en el caso de ‘las tablas de la ley’, y a veces como agua que fluye; y otras incluso como vino. Se trata de niveles de verdad, y es la verdad literal a la que alude la piedra, que a veces sirve para apedrear. Hay imágenes bíblicas, como el pozo o la noria que abrió Isaac (¿o fue Jacob?), que luego se cerró, de modo que hubo que sacar la piedra que la cubría para que volviera el agua. Yo creo que son imágenes pertinentes para la discusión del uso de estas palabras sobre las que me preguntas, porque hoy en día estamos frente a una Gestalt bíblica. Se está haciendo doctrina con palabras demasiado precisas para lo que era la Gestalt eminentemente experiencial cuando yo la conocí en Perls.

Recuerdo haber oído a Perls hablar acerca de la importancia de la frustración. Pero cuando yo hablé de Gestalt, nadie lo había hecho fuera del libro clásico aquél de los años 50, *Gestalt Therapy*, que ahora se ha tornado en la Biblia pero en aquella época, Perls prácticamente no lo mencionaba; como si fuese algo de una encarnación anterior. Y era un libro que no tenía pertinencia para uno que conocía a Perls y veía su Gestalt viva; se percibía tal distancia entre lo que él hacía y lo que el libro expresaba.

Cuando él me invitó a escribir, lo primero que redacté sobre Terapia Gestáltica (y que no he incluido por ahora en mis libros)— una monografía intitulada *Yo y tú, aquí y ahora*, para ser publicada por Esalen—me sentí libre de escribir lo que yo conocía por experiencia y usar mis propias palabras. Cuando más tarde él mismo me instó a completar un libro y se mostraba tan feliz de lo que yo estaba haciendo, no me sentí menos libre de escribir desde la experiencia, y no desde las palabras fraguadas en el contexto de su colaboración previa con aquella gente de la cual ni siquiera se despidió cuando se vino de Nueva York. El resentimiento que ello despertó vino a aparecer sólo después de la muerte de Fritz, pues nunca nadie se atrevió a levantar un dedo ante él mientras él estuvo vivo. Pero cuando murió, ya en el servicio fúnebre organizado en la Costa Este tras el de San Francisco, Paul Goodman tuvo el mal gusto de querer empezar ya a desplazar a

---

<sup>1</sup> Transcripción de una entrevista realizada por Graciela Andaluz en presencia de Paco Peñarubia y publicada en el boletín de la AETG número 19 de marzo de 1999.

Perls, y me parece claro que en parte, hacía de portavoz en sus críticas del resentimiento de Laura. Tuvo lugar desde entonces una progresiva toma del poder, en que la gente de la Costa Este parecía proponerse como la autoridad en materia de Gestalt. Y como eran precisamente quienes habían quedado atrás del desarrollo de la Gestalt viva, diría que se han defendido de ello tomando la posición ridícula que se siente cuando uno lee el libro sobre Fritz Perls de la inglesa Petruska Clarkson. Ella obró de buena fe, pero de segunda mano nos dice que: “cuando Perls vino a California ya no hizo Gestalt”. Pareciera que un importante propósito de su libro sobre Perls fuese precisamente el de afirmar algo así como: “él no es la Gestalt, nosotros somos los gestaltistas, los que nos hemos formado con los herederos de New York, Perls mismo fue un disidente...”. Nos lo presentan como uno que degeneró, que tomó drogas, que se puso a bailar, que se puso hippie, que no se interesó en la teoría, y todo esto sin comprender la grandeza de su dejar de lado la teoría, como hace en principio el existencialismo —aunque los existencialistas nunca lo hacen tan realmente— porque son al fin y al cabo pensadores de profesión. Él era un existencialista verdaderamente, desde la filosofía vivida.

Es cierto, entonces, que Perls utiliza la palabra frustración, pero cuando yo hice esta formulación de la teoría de las técnicas de la Gestalt en que planteo un contraste entre apoyo y confrontación, lo que estaba implícito en mi mente era un artículo que uno de los primeros que escribieron formuló para la celebración que le hizo cuando cumplió los 70 años. Se le presentó entonces un volumen de aportaciones entre las que estaba aquel artículo mío *Present Centeredness* —que se reprodujo posteriormente en el libro de Joan Fagan e Irma Shepard<sup>2</sup>. Me refiero a un artículo acerca de la Terapia Gestáltica como una fusión del conductismo con lo psicodinámico. Pues desde cierto punto de vista, se trata de una terapia que pretende corregir directamente la acción, y en la cual no sólo el terapeuta dirige los actos del paciente sino que aplica implícitamente los conceptos básicos y del conductismo: el reforzamiento positivo y el reforzamiento negativo.

El reforzamiento positivo es el apoyo y el reforzamiento negativo es la disuasión. Pero al pensar en cómo trabajaba Perls, me pareció que lo más característico suyo era la confrontación—por más que él usara más la palabra frustración. Y diría incluso que Perls era uno que fundamentalmente hacía terapia a través de su capacidad de ver al otro, y de verle al otro sobre todo el mal rollo, el mal juego, la neurosis.

Para mí la formulación cumbre de la teoría de la Gestalt de boca del mismo Perls está contenida en una frase más cierta que ninguna de las cosas que circulan bajo la rúbrica de la “teoría de la Gestalt”; todo se puede resumir, me parece, en lo que le dijo Fritz una vez a Abe Levitsky: “I have eyes and I’m not afraid”, (“tengo ojos y no tengo miedo”). Era un hombre que realmente veía, con una mirada nutrida por la libertad personal, por la experiencia psicoanalítica y por la práctica de muchos años. Una vez me dijo en alemán algo equivalente a ese dicho que tenemos en castellano: “más sabe el diablo por viejo que por diablo”.

---

<sup>2</sup> *Gestalt Therapy Now*

Además de ser un hombre que veía mucho, sin embargo, no tenía miedo de expresar lo que veía; más de lo que la diplomacia y las convenciones sociales normalmente impiden que haga incluso un terapeuta: aunque no tenía miedo, él daba miedo.

Yo recuerdo mi experiencia de asistir a un primer grupo con Perls habiendo oído que era un cirujano, y que era muy directo; uno tenía que estar preparado para dejarse meter el cuchillo y para mí la experiencia más importante con Perls fue simplemente transitar por esa situación. Para mí lo terapéutico de mi primer encuentro con él fue encontrarme con un miedo a la verdad, miedo a que me dijera cosas muy duras y luego hacerme la reflexión: ¿acaso no estoy buscando yo la verdad?, ¿acaso no vengo yo a esto, justamente a esto, a encontrarme con mi verdad?, y de pronto me resultó como " $2 + 2 = 4$ ", que si yo estoy buscando la verdad y él me dice la verdad, por dura que sea, no puede dolerme y yo se lo agradeceré. Y me pregunté entonces: "¡ah! Y si me dice algo que es duro y no es la verdad, ¿podría eso dolerme? Pero ¡cómo va a doler si eso no es la verdad!" Y de pronto me entregué a fondo. Me entregué, me dejé estar en la situación de una forma en que con eso ya estaba hecha más de la mitad de la terapia.

Puede decirse que todo esto, entonces, fue inspirado por ese gran poder confrontador, ese gran poder que tenía de ponerlo a uno frente a frente con su propia idiotez, con sus malos juegos, con sus evasiones. Todo aquello que formulaba, pese a la supuesta consigna de no interpretar, lo formulaba en forma muy concisa, sin el aparato de las interpretaciones psicoanalíticas que, cuando son completas, tienen que referirse tanto a lo transferencial como al pasado y tanto a las defensas como a los impulsos. Él simplemente usaba un lenguaje, un poco como el de Eric Berne, de apuntar a malos juegos: "estás haciendo el idiota", o cosas así. Recuerdo a una mujer que conocí en un grupo en el que yo participé con otro terapeuta. Era un poco sorda, alemana, y se sentó frente a Perls, como a veces se hacía, no en el círculo sino en una silla puesta cerca de él, frente a frente. Y Perls le dice no sé qué cosa, y ella le responde: "What did you say?". Y él se queda callado. Y ella le insiste: "no escuché lo que usted me dijo". A lo que él ahora hace explícito que "no voy a repetir".

Sabiendo que la mujer era un poco tarda de oído, pensé: "qué hombre más injusto", pero retrospectivamente entendí que tenía razón. Ella era una seis conservacional, demasiado habituada a hacerse ayudar, y en quien era un rasgo neurótico decir: "no lo entendí, ¿me lo puede explicar un poco mejor?". Él lo había captado en un instante y no se iba a dejar caer en la trampa de eso que, aunque tuviera un 50% de justificación, también implicaba otro 50% de necesidad de la paciente de que le dijeran las cosas super-claro, y que se las repitieran de vez en cuando.

Graciela: ¿Y eso no sería una frustración en el sentido del uso que le daba Perls?, ya que él frustró que ella de alguna manera lo atrapara con esa pregunta. Esa palabra allí, en el ejemplo, ¿tú la llamarías confrontación?

Claudio: Si todos buscamos el placer, claro que es una frustración que se nos presente algo desagradable, pero yo creo que es una descripción incompleta. Yo diría que es frustración el no engancharse en el deseo de ayuda del otro cuando se trata de una persona seductora que está pidiendo que le lleven el amén después de cada frase, o que el terapeuta, con una inclinación de la cabeza, le demuestre

que la sigue, que va muy bien, y que la entiende. Quedarse como solía hacer Fritz con la mirada perfectamente neutra de un maestro Zen era una frustración. Pero decirle a la persona “ese asunto no me interesa” va un poco más, porque generalmente hace muy presente cuál es el asunto. En este caso, diría que su no respuesta no sólo implicaba una frustración, sino un reproche de que no le hubiese escuchado más atentamente.

Otro ejemplo: una vez íbamos con Fritz caminando hacia los baños, en Esalen, después de no habernos visto durante un año. Yo comenzaba a explicarle por qué no le había escrito (“me pasó esto... pensé tal cosa...”). Se cerró los oídos, de modo que simplemente no tenía ningún sentido que siguiera dándole explicaciones. No hubo una interpretación, “tus explicaciones no me interesan” o “tus explicaciones sólo cumplen un rol de dejarte tranquilo a ti”... “no me invadas a mí con tu problema interior”; pero con ese gesto de cerrarse los oídos me devolvía claramente que mi explicación—que era parte de mi ‘buena educación’ le resultaba una invasión tóxica del oído, que ni le interesaba o servía.

Hay, entonces, cosas que pueden no ser dichas como confrontación y, sin embargo, lo son desde que te ponen fuertemente frente a lo que estás haciendo. Yo pienso que frustrar es importante en terapia cuando la persona te pone frente a su necesidad neurótica de la cual debe aprender a distanciarse, a no darle tanta importancia etc., como cuando una persona dramatiza mucho su pasado, y con sus lágrimas quiere evocar tu conmiseración. En tal caso, frustrar podría ser quedarse simplemente, o desdramatizar, o responder con “bueno, y ¿hasta cuándo vas a estar llorando por los asuntos de 30 años atrás...?”

Graciela: Yo me animo a decir que algunos gestaltistas, a la escena esa tuya de los oídos, también le hubiéramos llamado frustración. De ahí la necesidad de aclarar la diferencia.

Claudio: A la confrontación yo le doy un matiz más cercano a ayudar al “insight”. No es solamente cortar, mostrar que eso no me interesa; “yo te educo en no hacerle caso a esas necesidades de niño chico, yo no te aguanto infantil aquí, ponte más adulto”; eso sería todo cosa de la frustración.

Frustraba Fritz mucho a los orales, no le gustaban los bebés. Es cierto, y para él, como fálico-narcisista, este rechazo de la oralidad, de la dependencia de la actitud infantil era tan predominante que yo creo que eso lo hacía a él usar la palabra frustración, le gustaba sádicamente frustrar.

En cambio, el confrontar creo que lo hacía un poco como el gran artista que no sabe cómo está desarrollando un estilo personal; cuando Gaugin les mandaba a sus amigos de Francia lo que estaba pintando en Tahiti, y le decían: “¡Qué color más maravilloso!”, él no sabía que estaba utilizando colores especiales. Él pintaba las cosas como las veía, no se sabía gauginiano, ni trataba de pintar de manera original ...

Yo creo que Perls era más confrontador de lo que él mismo se sabía porque “el diablo sabe más por viejo que por diablo”. Así, también como, muchas veces, encuentro que, por ejemplo, cuando la gente se me acerca para darme las gracias por tal cosa que dije o hice que les cambió la vida. No son las cosas que yo recordaría o las cosas que yo pensaría: “¡Ah, qué sabio fue decir tal cosa!”, son cosas que se dicen porque le salen a uno tan fácil que no se da cuenta, son cosas que surgen casi de la interacción natural, de lo que se es con la situación. Así,

creo que él mismo no tenía tanta conciencia de confrontar, pero era el "insight" que él tenía lo que lo hacía funcionar de esa manera.

En resumidas cuentas, pienso que la confrontación es una maniobra psicológica más compleja y más rica que la simple frustración por el hecho de que refleja la percepción que el terapeuta tiene de lo que le está pasando al otro.

Puede ser una confrontación explícita, como cuando Perls, un poco humorísticamente en su autobiografía, hace todo un tratado de los caracteres a través de la forma de cómo la gente besa en los baños de Esalen. Hay besos que son así, besos que son así...

O, en Here comes the neurotic<sup>3</sup>: los que juegan a que no se enteran, o los que juegan a ser inteligentes. Percibir esos juegos y el carácter puede hacer que la confrontación sea más explícita, a veces expresada con frases lapidarias. Por ejemplo, a lo que hoy en día he llamado el cuatro sexual, (una persona muy frustradora porque compite con el terapeuta y tiene una pasión de llamar la atención pero al mismo tiempo es tanta la necesidad que tiene de ser primero que castra al terapeuta (como castró a las parejas en su día), él llamaba "reina de la tragedia".

Yo recuerdo a una mujer que, después de haber tenido una relativa paciencia, porque él no tenía mucha, en la segunda sesión de un grupo le dice "¿a cuántos terapeutas has derrotado?" Antes de darse por derrotado, confrontaba su loco deseo de triunfo, que la dejaba sin ayuda.

En este caso el tono era el de una confrontación humorística; otras veces recurría a ese gesto que tanto se ha comentado de hacerse el que se duerme o de darse la libertad de reclinarsse en el sofá, descansar y cerrar los ojos, o desinteresarse del otro hasta que produzca algo más interesante; como si dijese "bla, bla, bla, ¿hasta cuándo con esto?" Hasta Freud tenía eso, yo he tenido noticias de que a veces Freud se enojaba con los pacientes. Uno no se imaginaría eso ahora con lo que es la práctica psicoanalítica.

Freud, sin embargo, podía decir: "oye, ¿cuándo me vas a traer material más interesante?" Eso de la simple asociación libre no le bastaba mientras no fuera una asociación profundamente libre que llevara a algo. Hay un juego, como decía Perls, de usar la asociación libre para transformarla en una disociación libre para escaparse de la experiencia inmediata en lugar de enriquecer la comprensión de la experiencia.

Paco: Pienso que se puede frustrar pasivamente, pero confrontar es muy activo, es más implicado por parte del terapeuta, ¿no?

Claudio: El frustrar es casi el complemento a lo rogeriano: donde se refleja, se apoya. "Te entiendo, te entiendo, te entiendo"... pero le falta el otro lado, de repente ponerse a dormir o "eso no me interesa", o "me interesaba más lo que me estabas diciendo antes"...La frustración pura usualmente se expresa en un no interesarse; porque qué otra cosa espera el paciente del terapeuta que su interés, su acompañar, su empatía. Perls, a veces, podía ser más explícito: "y ¿qué quieres con este sufrimiento tuyo, que yo te tenga compasión?" Una vez me llamó la atención de que mi voz estaba como quejándose de algo, y me dice: "lo que yo te

---

<sup>3</sup> Fritz Perls. *El enfoque gestáltico* - pág. 53 (cap. 3)

puedo ofrecer es que a las tres de la tarde me voy a acordar de ti y me voy a compadecer”...

Ya eso es algo más que simple frustración, pues implica cierta burla de que esperase su conmiseración. Lo llamaría una CRIPTOCONFRONTACIÓN, que me hizo avergonzarme de mi tono plañidero. Desde la perspectiva de Fritz, que entendía el crecimiento como creciente autonomía, la necesidad neurótica de apoyo, de piedad, de ayuda, merecían ser no sólo frustradas sino que aún confrontadas, pues interfieren con una actitud adulta. Se necesitaba, en el caso citado, que sacara pecho y que me pusiera frente a la situación dolorosa real un poco más entero. Para todo eso no se necesitan palabras, no se necesita, como en el estilo psicoanalítico, una gran explicación, simplemente basta con sentirlo para captarlo. Cuando el terapeuta ve lo que está pasando, a veces muy poquitas palabras hacen de vehículo para que uno vea lo que el otro está viendo. Pero es un hecho que Fritz no sólo era un frustrador sino alguien dado al sarcasmo, y diría que en él el desprecio podía hacerse terapéutico.

Yo he usado ahora en forma un poco extensa esto de la confrontación para contarles lo que Perls hacía, que era mostrarle a uno lo que está haciendo de ridículo, de falso, de enrollado, de mal juego y no me había detenido a pensar que en la forma en que lo hacía uno podría decir que muchas veces apenas estaba frustrando. Pero un frustrar con tanta conciencia de qué es lo que estaba frustrando resultaba CONFRONTACIÓN. Otras veces sí que confrontaba en forma directa: “oye, ¿qué estás haciendo aquí?” Con algunas pocas palabras bastaba para apretar el botón rojo, para señalar cuál era la cosa que para él era inaceptable o rechazable. Era una confrontación no técnica, era una reacción personal, una confrontación en el tú y yo.

Un “eso no me gusta”, aunque fuera como un acto tan simple como mirar para el otro lado, mirar a su cigarrillo o el gesto de tirar la ceniza con un golpecito del índice.

Era una de las maneras de Perls de expresar desprecio, miraba el cigarrillo y le interesaba más la ceniza o echar la ceniza al suelo que lo que tú le estabas planteando.

Una vez le vino una mujer super seductora, que prácticamente se arrastraba y que lo acariciaba con la palabra como las que llamamos hoy día dos sexual. El tipo histriónico en su plenitud (como lo describió Bob Hall en una entrevista<sup>4</sup>). Él mira para el otro lado y creo que mira una flor o una hierba larga. Hace un gesto y toma esta flor con la mano pero mirando para el otro lado. También en ese ejemplo de frustración se agrega un elemento de criptoconfrontación, ya que gestualmente se transmitía un mensaje despectivo como: “Mira; no me vengas con esta seducción que a mí no me interesas nada carnalmente. No te escapes de tu asunto tratando de seducirme y de ponerme de tu parte cuando estamos viendo ciertas cosas duras”. Yo tengo esa idea de que el componente fundamental de la terapia es que el terapeuta vea lo que está pasando, ya sea que lo perciba a través del “insight” psicoanalítico o que lo logre porque se transmite casi mágicamente, el resultado es el mismo. Yo planteo simplemente que cuando uno ve al otro, el otro no necesita muchas palabras para sentirse visto.

---

<sup>4</sup> Publicada en el artículo titulado: Robert Hall y Claudio Naranjo recuerdan a Fritz Perls.

El ver al otro se transmite de una forma que va más allá de las técnicas. El otro se siente entendido o atacado según sea el caso, y el principal reforzamiento de esa percepción no es la explicación verbal sino el gusto personal de "me gusta, no me gusta" expresado en mirar para otra parte, o mirarle a los ojos, o mirar la ceniza del cigarrillo, o conmovirse, etc. Cuando el terapeuta es muy explícito con su disgusto sentimos que no sólo rechaza, sino que apunta al desvalor de aquello que rechaza, y así confronta.

Para terminar, quiero decir también que la palabra confrontación estaba en un artículo de Fiedler en los años 60. Yo estuve en la Universidad de Illinois, al lado del edificio donde trabajaba Fiedler; él hizo análisis factorial destinado a comparar escuelas terapéuticas y tengo el vago recuerdo de que asemejaba o comparaba la terapia Gestalt con la terapia Adleriana en materia de confrontación; aunque no estoy muy seguro por los años que han pasado (30) si esa era la palabra que usaba.

Mi impresión es que Perls y Adler escapaban del estilo médico según el cual el psiquiatra hereda las buenas maneras del médico de cabecera, y se permitían ser más duros.

Nunca pretendí crear un término original. Tengo la impresión que, aunque la Gestalt sea un poco provinciana en sus programas de formación, desde la cultura californiana la palabra confrontación ha entrado ya en el mundo de la psicoterapia.