

EL AJUSTE CREATIVO EN EL ENFOQUE GESTÁLTICO DESDE LA NARRATIVA DEL CUENTO “CABEZA DE CARTÓN”

Iris Yaneth Reyes Santoyo

Morelia, Michoacán, México

Resumen

En la introducción de este trabajo se habla sobre los conceptos, ajuste creativo, campo, organismo y entorno, los cuales se analizan desde la narrativa del cuento titulado “cabeza de cartón”, donde el personaje principal llamado “Anterior” opta por cambiar su cabeza “normal” por una cabeza de cartón, debido a las exigencias de la autoridad de su ciudad. El significado que tiene la cabeza de cartón se interpreta como la acción que el sujeto realiza como *ajuste creativo*. En psicoterapia Gestalt se habla de *ajuste creativo*, cuando hay una búsqueda de soluciones viables por parte del organismo para satisfacer la necesidad, la persona es capaz de autorregularse y ajustarse creativamente para lograr nuevas soluciones a hechos del entorno. El objetivo fue explicar y describir cómo opera el proceso de ajuste creativo desde el enfoque gestáltico a través de la narrativa del cuento cabeza de cartón, así como la importancia del campo y del entorno al influir de manera directa en este proceso, el cual realiza el organismo para autorregularse y adaptarse a las diferentes circunstancias que se le presenten. Se discute que, si no existe apoyo ambiental, él organismo no se puede mantener a sí mismo, ya que el organismo hará todo lo posible para encajar y adaptarse al entorno, incluso dejando características que al parecer son positivas, como ser asertivo, creativo e innovador, como hace el personaje de este cuento. Se llega a la conclusión que a medida que la persona avanza y utiliza su experiencia creativamente está le permite funcionar con plenitud en su entorno.

Palabras clave. Campo, organismo/ entorno, contacto, Ajuste creativo

Summary

In the introduction to this work, we talk about the concepts, creative adjustment, field, organism and environment, which are analyzed from the narrative of the story entitled "cardboard head, where the main character called "previous" chooses to change his head" normal "for a cardboard head, due to the demands of his city authority. The meaning of the cardboard head is interpreted as the action that the subject performs as a creative adjustment. In Gestalt psychotherapy we speak of creative adjustment, when there is a search for viable solutions by the body to satisfy the need, the person is able to self-regulate and creatively adjust to achieve new solutions to facts in the environment. The objective was to explain and describe how the process of creative adjustment operates from the Gestalt approach through the narrative of the cardboard head story, as well as the importance of the field and the environment by directly influencing this process, which is carried out by the body to self-regulate and adapt to the different circumstances that arise. It is argued that, if there is no environmental support, the organism cannot maintain itself, since the organism will do everything possible to fit in and adapt to the environment, even leaving characteristics that appear to be positive, such as being assertive, creative and innovative, as does the character in this story. It is concluded that as the person advances and uses his experience creatively, he is allowed to function fully in his environment.

Keywords: Field, organism / environment, contact, Creative adjustment

Introducción

El enfoque Gestalt tiene una comprensión holística del hombre, *“por ejemplo, incluye el funcionamiento de su cuerpo físico, emociones, pensamientos, cultura y sus expresiones sociales en un marco unificado”*. (Latner, 1973). Por lo que está más interesado en la integración de estos elementos que por el análisis. Esta integración de elementos se hace a través de la facultad perceptiva que está establecida en el principio de organización: ordenamos el mundo al entrar en contacto con él dándole sentido a la realidad, mientras está se va percibiendo.

Esta comprensión se hace a través de *“una visión de la persona en el encuentro con su ambiente es decir el contacto como el acontecimiento central para vivir, evolucionar y crecer”* (Wold &Thoman, 2007). El individuo al ser un ser social, vive en un entorno del que no se le puede abstraer a no ser artificialmente. La naturaleza es una fuerza poderosa y autorregulada de la que el hombre forma parte. Con base a esta relación organismo-entorno (Robine, 2005). Yontef (2009), define el ajuste creativo como:

“Una relación entre persona y ambiente en la cual la persona 1) se contacta responsablemente, reconoce y enfrenta su espacio vital, y 2) asume la responsabilidad de crear las condiciones para su propio bienestar. ... Trabajar, amar, ser asertivo, producir, etc. son acciones maduras solo cuando forman parte del ajuste creativo”. (p.182)

El concepto de ajuste creativo aparece en la literatura gestáltica como medio y fin de la psicoterapia y hace referencia a una capacidad de las personas de transformar y ser transformadas por el entorno. El concepto de ajuste creativo encierra un par dialógico: ajuste y creación (Robine, 2005). El ajuste es el proceso por el cual el organismo da respuesta a sus necesidades, entrando en interacción con el medio, del cual toma aquello que necesita para su satisfacción. En sí, no implica una novedad, sino que se trata de una repetición y lleva implícita la idea de adaptación (Robine, 2005). La creación, como ya se expuso, está vinculada a la novedad, implica una solución distinta, una nueva configuración, una nueva integración, que abre a la dimensión de la fantasía y de la ampliación de las posibilidades (Robine, 2005).

Basado en esto se interpreta dentro del cuento la acción que realiza el personaje principal llamado Anterior como ajuste creativo a la acción que este realiza de cambiar su cabeza, por una cabeza de cartón, debido a las exigencias de la autoridad de su ciudad. Recordemos que se habla de ajuste creativo cuando hay una búsqueda de soluciones viables por parte del organismo para satisfacer alguna necesidad. Maslow (1982) mencionaba que existen condiciones esenciales para la satisfacción de las necesidades, tales como; libertad de expresión, hacer lo que se desee sin dañar a terceros, equidad y orden, dentro de la narración a Anterior se le cuestionaban estas condiciones.

Estas condiciones le eran cuestionadas por varios factores desde su personalidad, la cual era asertiva, crítica, innovadora, creativa y que pensaba por su cuenta, hasta su forma de vestir, que era diferente a los demás. El entorno del personaje de este cuento, se caracteriza por ser un lugar en donde, *“la gente le gustaba que todo siguiera normalmente. Es decir todo debería estar en la media, sin grandes extravagancias ni para menos, ni para más”*. (Sátiro, 2012). De tal forma que en la narración llega el momento en que una autoridad solicita al personaje Anterior no comportarse de una manera tan

excéntrica, pues podía resultar anti social y le explicó que, él debía ser un especialista aplicado, un consumidor compulsivo y un ciudadano pasivo, como todos los demás. (Sátiro, 2012).

Surge de esta manera el contacto entre el organismo (personaje Anterior) y entorno (autoridad) interactúan para hacer este proceso de acomodo mutuo. Es entonces en donde el organismo deberá buscar otra forma de ser y estar en ese entorno. Es en este momento cuando el organismo realiza las adaptaciones creadoras necesarias y las que el entorno le permite para seguir adaptándose a él. En la narración lo podemos ejemplificar, cuando posterior al encuentro con la autoridad, Anterior, sale confuso, sin embargo acepta el consejo y fue a pasear a un centro comercial, para practicar su vida de consumidor compulsivo, es entonces cuando entra a una relojería. De esta acción surge el ajuste creativo;

Entró y le dijo al señor que estaba detrás del mostrador:-además de relojes, ¿arregla cabezas también?-las cabezas son como un reloj –dijo el relojero–, y para funcionar bien les conviene revisiones periódicas. Necesito treinta días para detectar el defecto y arreglarlo. –Pero ¿qué haré sin cabeza durante treinta días? –No se preocupe, le dejo esta de cartón. (Sátiro, 2012).

Al aceptar su cabeza de cartón, Anterior, en la narrativa del cuento, sale con ella y es un éxito en la ciudad, actuaba como todos y por eso no molestaba a nadie, *“su vida social transcurría con tanta tranquilidad que su mente se quedó dormida y olvidó volver a la tienda al cabo de los treinta días y así pasaron años y años”*. (Sátiro, 2012).

Entendido así que la noción de ajuste creativo pone de relieve que, si bien el término ajuste remite a la noción de supervivencia y autoconservación, lo creativo refiere a la idea de crecimiento, por lo tanto, el concepto da cuenta de experiencias que transforman al individuo y al entorno. Se podría pensar que cambiar la cabeza tan original y única que tenía Anterior por una de cartón, pareciera una decisión sin acierto, sin embargo como ya lo hemos mencionado el entorno influye tanto, que transforma al individuo y esto, más que un decremento de lo que él mismo es, refiere al crecimiento, ya que entre mayor adaptación exista al entorno, son mayores las posibilidades de que el organismo satisfaga sus necesidades.

Decidir hacer el cambio de cabeza le permitió a Anterior una mejor adaptación en su entorno. Perls, Hefferline y Goodman (2009) sostienen esto mismo desde los inicios del Enfoque: auto preservación y el crecimiento son los dos polos de un mismo proceso, ya que solo lo que se preserva puede crecer y solo lo que se asimila puede preservarse.

Objetivos:

A partir de la revisión bibliográfica se formuló el siguiente objetivo general:

- Describir cómo opera el proceso de ajuste creativo desde el enfoque gestáltico a través de la narrativa del cuento cabeza de cartón.

Como objetivo particular:

- Explicar la importancia del campo y del entorno al influir de manera directa en él ajuste creativo que realiza el organismo para autorregularse y adaptarse a las diferentes circunstancias que se le presenten.

Discusión y conclusiones:

Para concluir haré mención del final del cuento, para después analizar y discutir respecto a las generalidades del concepto de ajuste creativo que se abordaron en este artículo.

Después de pasar años y años con la cabeza de cartón puesta, un día Anterior pasó por el centro comercial, vio la tienda y le resultó familiar. Entró, y preguntó –Señor, ¿acaso dejé algo aquí y olvidé recogerlo?– El relojero, respondió: ¡por fin, le esperaba desde hace años...Tengo aquí su cabeza. No he encontrado ningún defecto en ella. ¡Al contrario, es un modelo muy original y único, es una preciosidad. –¿De veras? ¿Dejé mi cabeza aquí? Pero es que me siento tan bien con esta...Vivo tranquilo, tengo dinero, la gente no me rechaza cuando digo lo que pienso, porque ya no sé pensar por mí mismo. La verdad es que no quiero mi cabeza, prefiero este modelo de cartón.

Tras la revisión bibliográfica se pone de manifiesto que el ajuste creativo es un proceso que hace referencia a una capacidad global del organismo de auto organizarse, generando flexibilidad y una novedad en la conducta. Como dice Perls (1991): “No puede existir una relación causal entre los elementos que constituyen el todo y dado que el individuo y el ambiente son meramente elementos de un todo único, que es el campo, ninguno puede imputarse como responsable de los males del otro”. Si no existe apoyo ambiental el organismo no se puede mantener a sí mismo, es por eso que la posibilidad de cambio existe, ya que el organismo hará todo lo posible para encajar y adaptarse al entorno, incluso dejando características que al parecer son positivas, como ser asertivo, creativo, innovador.

De la exploración bibliográfica realizada surge que no ha habido en los últimos años numerosos desarrollos novedosos o significativos que aborden específicamente el concepto de ajuste creativo. Sin embargo realizar una explicación desde la narrativa de este cuento permite dar cuenta que el *ajuste creativo* depende de las posibilidades y apoyos que el entorno provea al individuo y que de igual forma el individuo puede elegir qué hacer con las opciones que el entorno le brinde para lograr su adaptación, podría quedarse con su cabeza única y rechazar la de cartón. Somos una interacción constante con el entorno y pareciera que algunas veces en este proceso de adaptación dejamos de ser quien realmente somos por adaptarnos a él, sin embargo esto no es ni “malo”, ni “bueno”, es una respuesta creativa, por ser algo diferente a lo que se está acostumbrado a hacer, una forma diferente de hacer las cosas, mientras esta nos sea funcional y no se convierta en un ajuste conservador.

La posibilidad de construir relatos en los que intervienen personajes que proyectan sus acciones en el tiempo, que actúan en base a “intenciones” y que son capaces además de atender a normas morales colectivas, volvería a la narrativa una herramienta de enorme eficacia al momento de explicar, predecir y regular nuestras conductas. Es por eso que asociar conceptos psicológicos a un cuento permitirá que demos ejemplos y reflexionemos sobre nuestros propios ajustes creativos y conductas, para concluir, si tú fueras Anterior ¿Cambiarías tu cabeza, por una de cartón?, ¿Qué tanto de ti mismo haz dejado del lado por encajar en un lugar? ¿Anterior, lograría mantenerse a sí mismo, pese a las miradas y señalamientos constantes de los otros?

Referencias bibliográficas:

- Ansel L. Wold & Sarha M. Toman. (2007). *Terapia Gestalt. Historia, Teoría y práctica*. Manual moderno s.a. de c.v.
- Latner, J. (1972). *Fundamentos de la Gestalt*. Santiago, Chile: Cuatro Viento, pp. 23-29.
- Maslow, A. *La motivación humana: sentido y satisfacción de necesidades*. Compilaciones de artículos de psicología humanista, vol 2, pp. 33-14.
- Perls, F. (1976). *El enfoque Gestáltico y Testimonios de Terapia*. Santiago de Chile: Cuatro vientos.
- Perls, F., Goodman, P. & Hefferline, R. (2009). *Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Ferrol: Sociedad de Cultura Valle-Inclán.
- Perls, F. (1991). Terapia Gestáltica y las Potencialidades Humanas. En J. Stevens, *Esto es Gestalt*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Robine, J.M. (1999). *Contacto y relaciones en psicoterapia*. Santiago de Chile: Cuatro vientos.
- _____. (2005). *Contacto y Relación en Psicoterapia*. Reflexiones sobre la terapia Gestalt (2da. ed.). Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Sátiro, A. (2012). *Cabeza de cartón*. España: Oxford educación.
- Yontef, G. (2009). *Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica*. (6ta., ed.) Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Zinker, J. *El Proceso Creativo en la Terapia Gestáltica*. Cap. 4 y 5. pp. 67-103.
- Zinker, J. (2009). *El proceso creativo en la terapia gestáltica* (2da. ed.). México: Paidós.