

Proyecto Evinotes: una herramienta para el seguimiento de procesos terapéuticos gestálticos

David Picó Vila

Resumen

El proyecto Evinotes es una plataforma web para el seguimiento de procesos terapéuticos y administración de herramientas psicológicas de medida. Está realizado con criterios de formulación de caso basados en la terapia gestalt. Es útil para terapeutas, procesos de formación y supervisión, y proyectos de investigación. Permite estructurar la captación de datos sobre procesos terapéuticos de una forma ágil, anónima y segura que permita a las y los terapeutas centrarse en su trabajo clínico y las investigadoras centrarse en el análisis de los datos.

Palabras clave: investigación basada en la práctica, formulación de casos, instrumentos psicológicos, herramientas de apoyo a la investigación, historiales clínicos, seguimiento

Introducción

El proyecto Evinotes surge para apoyar a terapeutas gestalt, pacientes, personas en formación y supervisión, formadores e investigadores, en el seguimiento de los procesos terapéuticos. Evinotes está creado por terapeutas gestalt para terapeutas gestalt. Ofrece una plataforma web para registrar casos clínicos y aplicar instrumentos psicológicos de medida. Evinotes pretende dar cobertura a necesidades específicas de los y las profesionales de la psicoterapia que trabajan desde un enfoque gestáltico, en un contexto como el actual, que requiere estándares cada vez más exigentes de profesionalidad, responsabilidad, ética, diálogo entre modalidades, interacción entre clínica e investigación, y una producción investigadora que avale la eficiencia de nuestro modelo terapéutico y lo desarrolle para mantener su eficacia frente a las formas de sufrimiento que se dan hoy en día.

Resulta paradójico que la terapia gestalt y la investigación en psicoterapia hayan estado tradicionalmente tan distanciadas cuando ambas comparten un elemento fundamental que las hermana: la *curiosidad*. El deseo de experimentar, de conocer, de

contactar, de abrirse a la novedad y tomar consciencia de la experiencia, tan característicos de la terapia gestalt, están impulsados por la curiosidad. La terapia gestalt se centra en la formación de las formas y en cómo se dan los procesos experienciales. Nuestra teoría y práctica nos animan a abrirnos a la incertidumbre y a lo desconocido en cada encuentro terapéutico. El espíritu investigador es intrínseco a la terapia gestalt.

Por tanto, no parece complicado encontrar formas de examinar los procesos terapéuticos que puedan ser de utilidad tanto a terapeutas como a investigadores. En la última década, desde el primer congreso internacional sobre investigación en terapia gestalt en el Cabo Cod, EE. UU., en 2013, muchas y muchos terapeutas gestalt han dedicado esfuerzos a reflexionar sobre formas de investigación prácticas, creativas y viables que se puedan integrar sin problemas en la práctica clínica. Podemos encontrar trabajos recientes sobre la importancia de la investigación para la terapia gestalt (Gold y Zahn, 2019), cómo motivar a los terapeutas para colaborar en la investigación (Roubal *et al.*, 2016), o qué formas de investigación son más útiles y compatibles con nuestros principios y valores (Zeleskov Djoric, 2019; Brissaud, 2018).

La terapia gestalt promueve una actitud exploratoria sobre el proceso terapéutico que tiene lugar con cada paciente. No hace un uso de protocolos ni de una intervención manualizada, sino que examina detenidamente, fenomenológicamente, el «aquí y ahora». Prioriza la toma de consciencia, la observación de los procesos y el registro de la experiencia, tanto por parte de terapeutas como de pacientes. Se beneficia de que ambas partes puedan reflexionar sobre lo que ocurre durante el encuentro terapéutico, tanto sesión a sesión como desde una perspectiva temporal más amplia.

Por otro lado, aunque la docencia de la terapia gestalt es predominantemente vivencial, las personas en formación transitan de una fase inicial de indagación personal y toma de consciencia respecto a los propios procesos a una fase de profesionalización tras la que poder asumir exigentemente el rol de terapeuta. En esta transición, la metodología docente necesariamente ha de cambiar. En las fases avanzadas del proceso formativo gana protagonismo el guiar a las terapeutas noveles en el encuentro con pacientes reales y en poder seguir procesos terapéuticos con niveles altos de competencia profesional. Esto necesita entrenar al alumnado en capacidades de observación, análisis y reflexión sobre la propia práctica. Las personas encargadas de la formación y la supervisión son quienes proporcionan estructuras que faciliten este aprendizaje. Este proceso de aprendizaje y revisión continúa a lo largo de toda la vida profesional, con la supervisión y revisión conjunta de casos.

En los congresos internacionales sobre investigación en terapia gestalt (el último, el quinto, en Hamburgo, Alemania, en 2022) se escucha a menudo la observación de que los terapeutas gestalt trabajamos mayoritariamente en ámbitos privados, con muy poca inserción en ámbitos universitarios, poco reconocimiento y poca financiación. La brecha entre el mundo de la práctica clínica real y el mundo de la investigación académica, dominado además por otras modalidades terapéuticas, resulta especialmente problemática para la terapia gestalt dado el escenario de poco apoyo institucional en el que se mueve.

Para salvar esta brecha, muchos abogan por acercar las terapias humanistas y experienciales a la llamada «investigación basada en la práctica» (Brownell, 2019) que se aleja de los estudios de laboratorio y los indicadores genéricos para acercarse al estudio de la práctica real con psicoterapeutas reales y pacientes concretos. Se han desarrollado metodologías de investigación que permiten que los terapeutas se puedan dedicar a realizar su trabajo en consulta con una disrupción mínima por parte de los investigadores: los estudios de caso y series temporales (Wong *et al.*, 2016), el muestreo teórico para la investigación cualitativa (Roubal y Rihacek, 2016), el uso de herramientas de medida genéricas de bienestar psicológico como el CORE-OM (Stevens y Wakelin, 2016) o la creación de nuevas herramientas con constructos gestálticos como las polaridades (Herrera Salinas, 2016).

Formulación de casos

Un elemento fundamental para observar la práctica clínica es la metodología de formulación de casos. Cuando formulamos un caso, sea para nuestra reflexión como terapeutas, para dar retroalimentación a la persona, para registrarlo como historial clínico, para presentarlo en una sesión clínica, o para hacer el seguimiento de un proyecto de investigación, es importante hacerlo de forma coherente con nuestra mirada gestáltica. Cada modalidad terapéutica tiene unos criterios diferentes y se fija en aspectos distintos de lo que ocurre en terapia. Una terapeuta cognitivo-conductual, por ejemplo, pondrá el énfasis en una descripción de los síntomas y las técnicas de intervención aplicadas. Una terapeuta sistémica tendrá la mirada más centrada en la estructura familiar de la paciente y sus dinámicas.

El enfoque gestáltico, sin embargo, está centrado en otras cuestiones: el proceso, el «aquí y ahora» de la sesión, el ajuste creativo, los fenómenos de campo y los aspectos relacionales de la terapia, entre otros. Necesita por tanto de formas propias de formulación de casos. Nuestro enfoque de campo, por ejemplo, considera que todo lo que ocurre en la situación terapéutica es potencialmente relevante, incluido lo que siente el terapeuta. Una formulación de casos gestáltica necesita registrar las resonancias del terapeuta en la sesión, aspecto al que no dan relevancia otras modalidades.

En el artículo *Case Formulation for gestalt Therapy* (Šromová y Roubal, 2022) los autores entrevistan a terapeutas gestalt para extraer conclusiones teóricas sobre el proceso de formulación de casos desde nuestra perspectiva. Destacan cómo el enfoque fenomenológico de la terapia gestalt permite apoyar el ajuste creativo en cada situación terapéutica.

«La terapia gestalt, al hacer hincapié en el respeto a la singularidad del cliente y tener en cuenta el contexto global, proporciona una alternativa sana de formulación de casos a la objetivación potencialmente dañina del cliente, y ofrece una estructura para facilitar el proceso de comprensión». (Šromová y Roubal, 2022) [La traducción es mía.]

Una formulación de casos fenomenológica puede ser la vía intermedia entre una terapia manualizada, muy alejada del enfoque gestáltico, y una terapia completamente desestructurada, alejada de una praxis que siga criterios profesionales. Permite mostrar las áreas principales donde los terapeutas ponen la atención en su contacto con los clientes.

Una herramienta informática en línea para el seguimiento de procesos terapéuticos gestálticos: Evinotes

Evinotes es una aplicación informática accesible vía web en la dirección evinotes.org que sirve para el seguimiento de procesos terapéuticos: registro de pacientes, sesiones, medidas y otras fuentes de información. La creó en 2021 Biserka Tomljenović, terapeuta gestalt croata con consulta privada en Zagreb, junto con el programador Fran Vrdoljak. Se presentó en el último congreso internacional de investigación en terapia gestalt, en Hamburgo, en septiembre de 2022. A final de 2022, Biserka contactó con la empresa española Aedea Terapia y Divulgación SL para proponer unir esfuerzos y conocimientos, dada la experiencia de Aedea en proyectos para apoyar la divulgación de la terapia gestalt en internet como, por ejemplo, el repositorio sobre terapia gestalt en español gestalt.net.net, la base de datos de artículos de investigación gestaltresearch.org y la red social para investigadores gestaltresearchnetwork.org.

Evinotes es, por tanto, un proyecto reciente. Está ya operativo y cuenta con usuarios que lo usan habitualmente. Aun así está en su fase de crecimiento inicial y está



Recolección de la información

abierto a mejoras y ampliaciones. El objetivo es construir una herramienta cada vez más útil gracias al *feedback* y el apoyo de su comunidad de usuarios y la comunidad gestáltica en general. Se desarrolló originalmente en inglés y croata y desde 2023 está disponible en español. Está en proyecto su traducción a más lenguas, pues eso aumentará el número de potenciales usuarios y facilitará la realización de proyectos de investigación internacionales con terapeutas de diferentes países.

El objetivo principal de Evinotes es crear una metodología de seguimiento de casos y ofrecer unos recursos técnicos que puedan ser ampliamente utilizados por terapeutas, escuelas de formación y proyectos de investigación. Facilita la gestión de registros de pacientes, sesiones terapéuticas, sesiones de retroalimentación y administración de herramientas de medida mediante una plataforma web segura, fácil de usar, ágil y práctica.

Aspectos de interés para la terapia

Registro de historiales

Evinotes proporciona una web de acceso privado para llevar los historiales clínicos de los pacientes. Permite crear fichas de pacientes, y para cada paciente, fichas de registro de las sesiones de terapia. Esto es un requerimiento legal en muchos países. Los campos disponibles ayudan a estructurar la toma de notas y facilitan el «escaneo» interno de los terapeutas para registrar lo relevante de cada sesión. Hay unos campos básicos para una anotación rápida y campos específicos para un registro más pormenorizado, que incluyen cuestiones de diagnóstico, resonancias del terapeuta, observaciones sobre la sesión, hipótesis de trabajo, temáticas abordadas, etc. Se diferencia de otras aplicaciones para psicólogos por su orientación gestáltica.

Evinotes está diseñado para proteger los datos de los pacientes y respetar el RGPD. Los pacientes están codificados para que no se guarden referencias que puedan identificar a las personas. Así, cada terapeuta puede mantener un fichero privado de datos personales desacoplado de los datos clínicos. Esto, además, facilita los proyectos de investigación ya que el personal investigador puede recibir permisos de acceso a la información clínica sin disponer de la información privada que identifique a los pacientes.

Herramientas de evaluación de la terapia

- Evinotes facilita significativamente pasar a los pacientes la herramienta CORE-OM, «un instrumento psicológico diseñado especialmente para la evaluación del progreso terapéutico de pacientes con problemas y/o patologías diversas» (CO-

RE-OM, 2023). Es un cuestionario de autoinforme con 34 ítems, rápido y fácil de rellenar, que evalúa el estado de bienestar, síntomas, riesgo y funcionamiento general de la persona. Evinotes permite generar automáticamente una dirección web con un cuestionario personalizado para cada paciente, tantos como se quiera, y recibe automáticamente los resultados, realiza los cálculos y los muestra resumidos gráficamente.

Como explicaremos más adelante, CORE-OM se utiliza frecuentemente para la investigación sobre resultados de la psicoterapia. Sin embargo, también es una herramienta útil para el seguimiento del estado de los pacientes por parte de los terapeutas y para establecer una relación de cuidado. Hay investigaciones que concluyen que los psicoterapeutas tendemos a sobreestimar los resultados de la terapia, es decir, no siempre percibimos correctamente cómo de mal o bien está la persona (Constantino *et al.* 2023). Puede ser útil pasarles periódicamente el CORE-OM a algunos pacientes para mantener un seguimiento y poder reaccionar si los resultados del cuestionario no cuadran con nuestra percepción.

Evinotes proporciona también la posibilidad de introducir registros de retroalimentación del proceso terapéutico. Son momentos de la terapia en los que la paciente informa a la terapeuta de su percepción de cómo va el proceso. Esto no solo es útil para la terapeuta. También lo es para la persona en terapia, que adopta así una actitud activa en el proceso y toma mayor consciencia de qué cambios se están dando y qué necesidades están y no están cubiertas.

Evinotes muestra el proceso terapéutico de cada paciente con resúmenes en los que se puede ver la secuencia de sesiones de terapia y de retroalimentación, la generación de archivos en formato PDF con la información de las sesiones, y la creación de gráficas de evolución de sucesivas aplicaciones del cuestionario CORE-OM.

Por otro lado, cada usuario dispone de un área personal de estadísticas en la que se muestran las distribuciones de diferentes variables entre todos los clientes atendidos por ese usuario: género, nivel educativo, razones para ir a terapia, objetivos terapéuticos, tipos de trauma, estilos de contacto, polaridades, estilos de carácter, tipos de intervención preferidos, etc.

Aspectos de interés para la formación y la supervisión

Evinotes es una herramienta útil para las escuelas de formación y los procesos de supervisión. Las personas que están en formación como terapeutas pueden utilizarla para realizar un seguimiento detallado de sus pacientes. Usar las fichas estructuradas de Evinotes les ayuda a estructurar su pensamiento sobre cada caso y para tener en cuenta aspectos que posiblemente podrían pasar por alto. Evinotes permite generar informes del proceso terapéutico que pueden servir para elaborar presentaciones de casos o para facilitar la supervisión pedagógica. Sirve también para familiarizar a las terapeutas noveles con las metodologías de investigación y ayuda así a sentar unas

bases que faciliten contar con más profesionales dispuestos a participar en proyectos de investigación.

Aspectos de interés para la investigación

Una de las motivaciones principales para el desarrollo de Evinotes es salvar la brecha que hemos mencionado antes entre el mundo de la investigación y el de la práctica. Los terapeutas cada vez tienen más clara la importancia que tiene hoy en día la investigación en terapia gestalt pero sigue habiendo obstáculos importantes para llevarla a cabo.

Un problema tiene que ver con la percepción de la investigación como algo rígido y academicista. Este enfoque está cambiando conforme se progresa en modelos de investigación basados en la práctica. Los terapeutas gestalt tienen una experiencia única en la comprensión de la experiencia del cliente y en el uso de técnicas experienciales para promover el crecimiento personal y el cambio, si bien a muchos les preocupa que participar en la investigación conduzca a una pérdida de enfoque en el cliente y en la relación terapéutica. Sin embargo, es precisamente al colaborar en proyectos de investigación que los terapeutas pueden ayudar a garantizar que esta se realice de una manera respetuosa del enfoque gestalt y que los resultados sean relevantes para la práctica clínica. Utilizar herramientas de formulación de casos y seguimiento de procesos como las que ofrece Evinotes ayuda también a fomentar que las investigaciones sigan esta dirección.

Evinotes da apoyo también ante una serie de barreras muy específicas que pueden sentir los terapeutas a la hora de participar en un proyecto de investigación, como la falta de tiempo o recursos, la falta de formación o experiencia en investigación, las preocupaciones sobre la confidencialidad o la privacidad, o la falta de comprensión del proceso de investigación. Evinotes facilita que su participación pueda estar centrada únicamente en el registro de su práctica clínica.

El apoyo que Evinotes proporciona a las personas investigadoras incluye la centralización de la recolección de la información, el anonimato y protección de datos, la automatización de los procesos y procesamiento de los resultados, la posibilidad de utilizar fácilmente herramientas de medida como CORE-OM, mencionada antes, o la Escala de Fidelidad a la terapia gestalt (GTFS, por sus siglas en inglés) desarrollada por la terapeuta gestalt australiana Madeleine Fogarty (Fogarty *et al.* 2019).

Futuros desarrollos

Como mencionamos antes, el proyecto Evinotes está en sus fases iniciales y hay muchas ideas para ampliarlo y hacerlo más útil para la comunidad gestáltica. Además de traducirlo a más lenguas, vamos a seguir profundizando en los tipos de información que gestiona la aplicación. Se incluirán más formas de registrar los casos,

con diferentes tipos de constructos y formas de diagnóstico, que sean útiles para diferentes enfoques o prácticas dentro de la propia terapia gestalt. Está previsto incluir más herramientas de medida e instrumentos psicológicos que sirvan tanto a investigadores como a terapeutas, como por ejemplo la escala de medida de polaridades desarrollada por el investigador chileno Pablo Herrera Salinas (2016). Otro desarrollo en proyecto es el registro de las sesiones de supervisión. Esto puede ser muy interesante para proporcionar una visión más clara del proceso terapéutico, en particular para los alumnos en formación.

Otro objetivo a medio plazo, aún más ambicioso, es que Evinotes se convierta no solo en una aplicación de registro de casos, sino en una fuente de información sobre investigación y una red de encuentro entre usuarios, donde los investigadores puedan dar a conocer sus proyectos y contactar con terapeutas que estén dispuestos a participar en ellos. Esto facilitaría sustancialmente la puesta en marcha de iniciativas de investigación y aceleraría la producción científica en terapia gestalt.

Estos desarrollos no podrán ser únicamente producto del esfuerzo de las personas que impulsamos Evinotes. Será necesaria la participación de la comunidad gestáltica, terapéutica e investigadora, para usar la plataforma y proporcionarnos retroalimentación e ideas de mejora. Hace falta la implicación de cuantos más, mejor. También es necesario encontrar suficiente financiación, que de momento está proporcionando la realización de cursos sobre investigación y el uso de la plataforma y una cuota anual. Es el inicio del proyecto y tenemos toda la ilusión en que Evinotes llegue a desarrollar todo el potencial que creemos que puede llegar a tener para apoyar a la comunidad gestáltica. Estamos en ello.

Referencias bibliográficas

- Brissaud, F. (2018) *Recherche descriptive: décrire la pratique du point de vue du gestalt-thérapeute qui la conduit*, en «La recherche en Gestalt-thérapie», Béjà, V., Belasco, F. Eds., Les Cahiers de Gestalt-thérapie.
- Brownell, P. (2019) *Practice-Based Research and Practice-Based Research Networks*, en «Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy (2nd edition)», Brownell, P., Ed., Cambridge Scholars Publishing.
- Constantino, M. J., Boswell, J. F., Coyne, A. E., Muir, H. J., Gaines, A. N., y Kraus, D. R. (2023). Therapist perceptions of their own measurement-based, problem-specific effectiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 91(8), 474–484.
- CORE (2023). *CORE-OM - Sitio web oficial en español*. <https://www.ub.edu/terdep/core/> consultado el 10 de noviembre de 2023.
- Fogarty, M., Bhar, S., y Theiler, S. (2019). Development and validation of the Gestalt Therapy Fidelity Scale. *Psychotherapy Research*, 1-15.
- Gold, E.K., Zahm, S.G. (2019) *The Need for Gestalt Therapy Research*, en «Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy (2nd edition)», Brownell, P., Ed., Cambridge Scholars Publishing
- Herrera Salinas, P. (2016) *The Construction of a Gestalt-Coherent Outcome Measure: Polarities and*

- the Polarization-Integration Process*, en «Towards a research tradition in Gestalt Therapy», Roubal, J., Ed., Cambridge Scholars Publishing.
- Roubal, J., Francesetti, G., Brownell, P., Melnick, J., Zeleskov Djoric, J. (2016) *Bridging Practice and Research in Gestalt Therapy*, en «Towards a research tradition in Gestalt Therapy», Roubal, J., Ed., Cambridge Scholars Publishing.
- Roubal, J., Rihá-ek, T. (2016) *An Adventure in Grounded Theory Method: Discovering a Pattern in the Flow of a Therapy Process*, en «Towards a research tradition in Gestalt Therapy», Roubal, J., Ed., Cambridge Scholars Publishing.
- Stevens, C., Wakelin, K. (2016) *Strategic Research: Using CORE to Establish an Evidence Base for Gestalt Therapy*, en «Towards a research tradition in Gestalt Therapy», Roubal, J., Ed., Cambridge Scholars Publishing.
- Šromová, V., Roubal, J. (2022) Case Formulation in Gestalt Therapy. *Gestalt Review*, Vol. 26, No. 1.
- Wong, A.J., Nash, M.R., Borckardt, J.J., Finn, M.T. (2016) *A Guide to Conducting Case-Based, Time-Series Research in Gestalt Therapy: Integrating Research and Practice in a Clinical Setting*, en «Towards a research tradition in Gestalt Therapy», Roubal, J., Ed., Cambridge Scholars Publishing.
- Zeleskov Djoric, J. (2019) *Useful Methodology in Gestalt Research*, en «Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy (2nd edition) », Brownell, P., Ed., Cambridge Scholars Publishing.



David Picó

Psicólogo y terapeuta gestalt con consulta privada en Valencia, España. Miembro supervisor de la Asociación Española de Terapia Gestalt. Miembro de la Asociación Europea de Terapia Gestalt. Supervisor de Developmental Somatic Psychotherapy. Está particularmente interesado en los fundamentos teóricos de la terapia gestalt, en especial en la teoría de campo, la teoría del self y la fenomenología. Ha colaborado para desarrollar diferentes plataformas informáticas para la difusión de la terapia gestalt y el apoyo a la investigación. Antes de dedicarse a la psicoterapia, ha sido profesor titular de la Universidad Politécnica de Valencia y es doctor en Informática.