

CARL ROGERS: DE LA PSICOLOGIA A LA EDUCACION

Sonia Carballo de Hernández

*Los hombres y las mujeres y la Tierra
y todo encima de la Tierra,
tienen que ser aceptados como son.*

Walt Whitman (1819-92)

El primer día de clases, todos los maestros de una escuela recibieron la siguiente nota del director:

Querido Maestro:

Soy un sobreviviente de un campo de concentración.

Mis ojos llegaron a ver lo que ningún hombre debería contemplar.

Cámaras de gas construidas por ingenieros capaces y eficientes.

Niños envenenados por médicos experimentados y conocedores.

Recién nacidos asesinados por enfermeras bien adiestradas.

Mujeres y niños a quienes habían matado e incinerado jóvenes competentes egresados de la escuela secundaria y la universidad.

Por lo tanto, me muestro suspicaz cada vez que se me habla de lo que significa la educación para el hombre.

Por eso quiero hacerles la siguiente petición: Ayuden a sus alumnos a volverse seres humanos. Sus esfuerzos no deben dirigirse a producir monstruos de gran sabiduría, sicópatas competentes, hombres instruidos y educados, como Eichmann.

La lectura, la escritura y la aritmética son importantes solamente cuando pueden servir para hacer que nuestros niños sean más humanos.

Haim G. Ginott

1. ¿Quién es Carl Rogers? . . .

Rogers nace el 8 de enero de 1902, en Oak Park, Illinois. Se describe a sí mismo de este modo:

“Yo soy un psicólogo; un psicólogo de clínica, creo, un psicólogo de orientación humanista ciertamente; un psicoterapeuta, profundamente interesado en la dinámica del cambio de la personalidad; un científico en los límites de mis posibilidades en la investigación de tal cambio; un educador, estimulado por la posibilidad de facilitar el aprendizaje; un filósofo de un alcance limitado, especialmente en lo que toca a la filosofía de la ciencia, a la filosofía y a la psicología de los valores humanos. Como persona, yo me veo a mí mismo como alguien que enfrenta su vida de una manera positiva; algo solitario en mis actividades profesionales; socialmente, más bien tímido, pero disfruto de buenas amistades; capaz de una profunda sensibilidad en las relaciones humanas, aunque no siempre lo logro del todo; muchas veces, un pobre juez de las personas, por tender a estimarlas demasiado; dotado de la capacidad de hacer libres a los otros, en sentido psicológico; capaz de una obstina-

da determinación de acabar el trabajo emprendido, o de ganar un combate; ansioso de tener una influencia en los otros, pero sin intentar ejercer sobre ellos poder o autoridad.”¹

Otra declaración personal importante de Rogers es la siguiente:

“En mis relaciones con otras personas he descubierto que, a la larga, no me ayuda en nada actuar como si fuera algo que no soy.

Descubro que soy más eficiente cuando me escucho con aceptación y puedo ser yo mismo. La curiosa paradoja es que cuando me acepto como soy entonces cambio.

Me ha sido sumamente valiosa la capacidad de entender a otra persona.

He descubierto que me enriquece abrir canales para que otros me comuniquen sus sentimientos y sus mundos privados perceptuales.

Me ha recompensado mucho poder aceptar a otra persona.

Cuando me abro a mis realidades y a las de otra persona, menos dispuesto me encuentro a precipitarme a “arreglar las cosas.”

Puedo confiar en mi experiencia.

No puede guiarme la valoración de otros.

Para mí, la mayor autoridad es la experiencia.

Gozo en descubrir orden en la experiencia (la investigación es un esfuerzo disciplinario persistente y sumamente recompensante).

Los hechos son amigos (las pruebas científicas sólo ayudan, no dañan; la verdad conduce a la verdad).

Lo más personal es también lo más general (otros sienten como yo).

Por mi experiencia creo que las personas tienen una dirección fundamental positiva (no tipo Pollyanna, pero de tener oportunidad, el hombre asciende).

En su mejor momento, la vida es un proceso fluyente y cambiante, en el que nada está fijo.”²

Rogers inicia sus estudios superiores en la Universidad de Wisconsin (1919). Por influencia familiar elige la carrera de Agronomía, pero la abandona e ingresa en el Union Theological Seminary, un instituto religioso liberal de Nueva York. En la búsqueda de su autonomía deja los estudios eclesiásticos y entra en el Teachers College de la Universidad de Columbia, donde obtiene el doctorado en Psicología clínica y educativa. Su tesis: “Measuring personally adjustment in children nine to thirteen years of age” (1931) es un estudio sobre la adaptación de la personalidad de los niños del Institute for Child Guidance (Clínica médico-pedagógica), de Nueva York. Durante toda su vida profesional, Rogers se ha dedicado a la psicoterapia y a la enseñanza en las universidades de Rochester (1935-40), Chicago (1944-57), Universidad de Los Angeles, California (UCLA, 1947), Harvard (1948), Occidental College (1950), Berkeley, en California (1953-54), Wisconsin (1957-63), y en otras instituciones educativas.³ Al dejar la enseñanza universitaria (1964), Rogers desarrolla su actividad en el Instituto de Ciencias de la Conducta, en La Jolla, California. Actualmente (1979) dirige un Centro para el Estudio de la potencialidad humana, en Palo Alto, California.

Rogers es un gran iniciador. La curva de la evolución de su actividad y pensamiento arranca de una renovación progresiva de la psicoterapia, confirmada por los trabajos de experimentación y una teoría fenomenológica que es, precisamente, la definición de la psicoterapia centrada en la persona. Gracias al enriquecimiento de sus funciones de psicoterapeuta, Rogers logra la extensión de sus conceptos a los diversos campos de las relaciones humanas, por ejemplo, a la industria, psicología pastoral y adiestramiento de psicoterapeutas, pero, principalmente, al proceso de enseñanza-aprendizaje. En los últimos años Rogers parece sentir una fuerte inclinación por la renovación teórico-práctica del campo educativo. Yendo más allá de los

fenómenos interpersonales, descubre la importancia del grupo y aborda los matices institucionales de la educación, definiendo el proceso de enseñanza-aprendizaje como "centrado en el alumno". Rogers tiene vocación de psicoterapeuta del individuo. Esto explica que la unidad temática de la obra rogersiana exista en y desde el concepto del sí-mismo, como construcción central.

Fuentes

A continuación se resumen las principales fuentes del pensamiento de Rogers:⁴

En el Teachers College de la Universidad de Columbia, Rogers conoce las contribuciones hechas al campo educativo por John Dewey y W.H. Kilpatrick, y los procedimientos técnicos propios de la Psicología norteamericana de este siglo, con su inclinación por las definiciones en términos operacionales y las mediciones objetivas, con su insistencia en el método científico y en la necesidad de someter las hipótesis a un proceso de confirmación o refutación, objetivas. En general, Rogers se siente deudor de la cultura norteamericana, por la relación que él ve entre sus concepciones psicoterapéuticas y los principios democráticos de su país.

Desde el comienzo de sus investigaciones, Rogers emprende la solución de la dicotomía planteada por dos corrientes psicológicas opuestas: El psicoanálisis clásico (lo subjetivo) y la Psicología conductista (lo objetivo). Aquí está el nervio central de toda su evolución de psicólogo y psicoterapeuta, porque Rogers se distancia de ambos sistemas y se esfuerza por abordar la persona como totalidad, es decir, como persona y no como objeto. A juicio de Rogers, el conductismo renuncia a este intento, pues sólo estudia la conducta exterior observable, en tanto que el psicoanálisis no se aproxima a las experiencias individuales, sino que las interpreta desde una perspectiva poco auténtica.

Otro motivo por el que Rogers trata de apartarse del freudismo es que este sistema, a su parecer, tiene una visión determinista y biológica de la persona, porque le resta importancia e influencia a los factores culturales y al medio ambiente sobre

la personalidad y no valora suficientemente la capacidad que tiene la persona para reorganizar su personalidad. De aquí el interés muy significativo de Rogers por pensadores existencialistas, como Soeren Kierkegaard, Martín Buber, Rollo May y Abraham H. Maslow, principalmente.

Al describir la conducta humana, en oposición a Freud, Rogers es optimista; para él, la humanidad avanza y es positiva, constructora, realista y totalmente digna de confianza. Sin embargo, Rogers reconoce que su pensamiento ha echado profundas raíces en los conceptos freudianos de represión y relajamiento, y en la insistencia de Freud sobre la catarsis y el "insight", hasta el punto de aceptar que sin los descubrimientos de la psicología profunda, su psicoterapia no habría sido posible. También Rogers aprecia las formulaciones de los neofreudianos, Karen Horney (principalmente), H. S. Sullivan, Otto Fenichel y otros.

Como director del Rochester Guidance Center, de Nueva York (1939), Rogers conoce personalmente a Otto Rank, quien también está en los orígenes de su evolución en psicoterapia.

Rogers advierte la influencia de la Psicología de la forma (Psicología de la Gestalt), por su énfasis en la totalidad y en la interrelación del conjunto de fenómenos que conceptualiza como "individuo"; además, señala la contribución hecha por la Psicología de la Gestalt y Kurt Lewin, acerca de la influencia de la experiencia sobre el comportamiento.

En especial, Rogers afirma que los estudios de Víctor C. Raimy sobre el papel que el concepto del sí-mismo desempeña en la organización de la personalidad y en la determinación del comportamiento, son los que más le ayudaron en la elaboración teórica de su psicoterapia. Raimy fue el primero en proporcionar un amplio marco de referencia teórico acerca del concepto del sí-mismo y en realizar un estudio objetivo de las actitudes hacia el sí-mismo. En esta misma dirección, Rogers también cita a otros psicólogos, como G.W. Allport, A.W. Combs, K. Goldstein, A. Maslow y otros.

II. NUEVA CONCEPCION DE LA PSICOTERAPIA

La psicoterapia centrada en la persona

La heterogeneidad de la cultura plantea a la persona una extensa diversidad de conflictos, los cuales debe resolver dentro de sí misma, bajo su propia responsabilidad, día a día. Esto implica, por parte de la persona, aumento de la comprensión de sus propios sentimientos y motivos; aumento de su autoestima y autoaceptación; mayores sentimientos de seguridad y adecuación; resolución de conflictos perturbadores y desarrollo de técnicas eficaces para tratar sentimientos y problemas personales. El movimiento psicoterapéutico emerge con la promesa de ayudarle a la persona a resolver algunos de los conflictos que se le presentan, de proporcionarle una adaptación interna más satisfactoria, y de ayudarle a relacionarse mejor con las otras personas y con su medio ambiente.

Dentro del movimiento psicoterapéutico surge en este siglo la psicoterapia centrada en la persona, como producto original de la actividad y el pensamiento de Carl Rogers. En su primer libro: *The clinical treatment of the problem child* (1939), Rogers presenta los elementos más importantes de la psicoterapia centrada en la persona. En *Counseling and Psychotherapy* (1942), desarrolla su nueva psicoterapia e incluye la primera transcripción de una entrevista psicoterapéutica registrada en magnetofón. Esta grabación es el comienzo de las experimentaciones científicas de Rogers en el campo de la psicoterapia. Posteriormente, en *Client-centered therapy* (1951), Rogers expone sistemáticamente su intuición inicial expresada en *Counseling and Psychotherapy*.⁵

La psicoterapia centrada en la persona está constituida, dice Rogers, sobre una base profunda de observaciones minuciosas, íntimas y específicas de la conducta de la persona-en-relación, observaciones que creemos trascienden en algún grado las limitaciones de las influencias de una cultura concreta. Asimismo, en su investigación para descubrir las leyes significativas que se dan en una relación psicoterapéutica, se esfuerza por llegar a las constantes, a las secuencias conductuales que son verdaderas, no para una sola época o cultura, sino que describen la forma en que opera la naturaleza humana. Esta psicoterapia rogersiana es, ciertamente,

una teoría singular fundamentada en el terreno sólido de la experiencia, constituida por un sistema coherente de conceptos dinámicos (hipótesis) que dan una línea fructífera de ideas acerca del cambio psicoterapéutico y una conceptualización del individuo, que se basa en la observación del cambio de su personalidad. Este desarrollo teórico parte principalmente de la acumulación de material casuístico completo, en cintas grabadas, las cuales permiten investigar y conocer, objetivamente, casi cualquier fase del proceso psicoterapéutico, desde el aspecto más sutil de la relación hasta mediciones del cambio conductual. Las hipótesis pueden ser descartadas, revisadas o reformuladas a la luz de la experiencia objetiva y, por lo tanto, ofrecen una esperanza de progreso, al incluir las posibilidades de confirmación o refutación, y dan un instrumento valioso, una fuerza de trabajo, para abrir nuevas áreas de conocimiento.⁶

En términos generales, la psicoterapia centrada en la persona es un proceso de aprendizaje significativo, porque la persona aprende nuevos aspectos de sí-mismo, nuevas maneras de relacionarse con las otras personas, y nuevos modos de conducirse. En concordancia, se pueden distinguir en la misma tres facetas: Una concepción concreta de la naturaleza humana, un ambiente y un proceso psicoterapéuticos.

Concepción de la naturaleza humana

La psicoterapia centrada en la persona tiene sus cimientos en una concepción de la naturaleza humana que se fundamenta en los siguientes postulados:⁷

Postulado 1. La persona es una especie.

En cuanto especie, la persona exhibe características propias, únicas, como su carácter eminentemente social, su necesidad de tener relación y compañía con sus semejantes, sus tendencias a ser libre, autónoma, preservarse y mejorarse a sí-misma.

Postulado 2. La persona es un organismo.

La persona posee tendencias para el crecimiento, que son directrices en su naturaleza. Esta dirección es básicamente hacia arriba, alrededor del mejoramiento de sí-misma, como totalidad, y de la situación de su organismo.

Postulado 3. La persona exhibe una tendencia actualizante.

La persona desea y trata firmemente de desarrollar todas sus propias aptitudes, en un presente inmediato.

Postulado 4. La persona es más sabia que su propio intelecto.

Por lo tanto, debe confiar en la totalidad de sus reacciones como persona. Para funcionar y contribuir completamente a su desarrollo, la persona debe renunciar a los controles, a fin de convertirse en partícipe y observador al mismo tiempo.

Postulado 5. La persona tiene la potencialidad del conocimiento de sus propias funciones.

La persona puede alcanzar el conocimiento de sus propios sentimientos, cambios de disposición y reacciones potenciales; además, tiene la capacidad de vislumbrar las consecuencias de una acción, más allá del momento en que la acción se realiza.

Postulado 6. La persona es capaz de relaciones y de ser partícipe en ellas como autora.

Por su propia naturaleza, la persona necesita y desea la aceptación de sí-misma como tal. En consecuencia, al comunicarse con otra persona necesita hacerlo en términos genuinos, de tal manera que perciba el efecto completo de su ser como persona única.

Postulado 7. La persona vive subjetivamente.

Las acciones de la persona son decisiones subjetivas y se identifican como características propias de su ser como individuo. Estas acciones sólo pueden describir la compleja naturaleza de la propia persona que las realiza y, por esta razón, no pueden ubicarse dentro de una escala y medirse en forma objetiva. Vivir subjetivamente es condición básica para que el ser humano colme su necesidad de ser persona. Y,

Postulado 8. La persona posee un potencial que es su más significativa capacidad.

En un medio ambiente satisfactorio, la persona, para desarrollarse, selecciona formas de mejoramiento tanto personales como sociales.

El sí-mismo

Gran parte de lo que ocurre en el proceso psicoterapéutico parece explicarse mejor con referencia a la construcción del sí-mismo. Durante años el sí-mismo ha sido un concepto poco popular en Psicología y los psicoterapeutas no tenían una inclinación inicial a utilizar el sí-mismo como cons-

trucción explicativa. Sin embargo, gran parte del intercambio verbal de la psicoterapia tenía que ver con el sí-mismo. La persona ("cliente") sentía que no era ella misma; realmente, a menudo, no sabía cuál era su verdadero sí-mismo, y experimentaba satisfacción cuando llegaba a ser auténticamente ella misma.

El concepto de sí-mismo, o la estructura del sí-mismo, se define como una configuración organizada de percepciones del sí-mismo, admisible para la conciencia. Está integrado por elementos tales como las percepciones de las propias características y capacidades; los preceptos y conceptos de sí-mismo en relación con las demás personas y el ambiente; las cualidades valiosas que se perciben y asocian con experiencias y con objetos; y los objetivos e ideales que se perciben con valencias positivas o negativas.⁸

Congruencia e incongruencia

La persona satisfecha de sí-misma tiene una pauta organizada de percepciones de sí-misma y de sí-misma-en-relación con las demás y con su ambiente. Esta configuración, esta Gestalt es, en sus detalles, una cosa fluida y cambiante, pero es decididamente estable en sus elementos básicos y se la utiliza constantemente como un marco de referencia interno cuando se debe elegir. Puede considerarse esta estructura como una organización de hipótesis para enfrentar la vida; una organización que ha resultado relativamente eficaz para satisfacer las necesidades del organismo.

Mientras la estructura del sí-mismo está firmemente organizada y no se alcanza a percibir ninguna amenaza, pueden existir sentimientos positivos hacia sí, el sí-mismo puede ser considerado digno y aceptable y la ansiedad es mínima. La conducta de la persona es congruente con las hipótesis y conceptos organizados de la estructura de su sí-mismo. Una persona en tales condiciones percibirá que funciona adecuadamente y, por lo tanto, no siente la necesidad de recurrir a la relación psicoterapéutica.

Pero, si la estructura organizada de su sí-mismo ya no le permite a la persona enfrentar sus necesidades en las situaciones reales, o si alcanza a percibir incongruencias en sí-mismo, o bien, si su conducta parece estar fuera de control y no es ya congruente consigo misma, entonces la persona tie-

ne miedo a revelar su sí-mismo, se encuentra cargada de ansiedad y es más vulnerable, es decir, "madura" para la relación psicoterapéutica. En el ambiente de libertad, seguridad, aceptación, facilitación y responsabilidad, propio de la psicoterapia centrada en la persona, está la base más eficaz para alcanzar el proceso de aprendizaje denominado psicoterapia, sea, para que se relajen las estructuras rígidas de la organización del sí mismo y se dé paso a una configuración más flexible e incierta y a una conducta menos defensiva. Este es un proceso de desorganización y reorganización de la personalidad, que permite finalmente construir una estructura del sí-mismo nueva o revisada, la cual es mucho más congruente con la totalidad de las experiencias de la persona. Los cambios en la conducta concuerdan con los cambios en la organización del sí-mismo. La conducta, en general, es más adaptativa y socialmente adecuada porque las hipótesis en las que se basa son más realistas. De esta manera la psicoterapia exitosa ocasiona un cambio en la organización y en la estructura de la personalidad, y un cambio en la conducta, y ambos son relativamente permanentes. Después de la psicoterapia exitosa la persona recobra la congruencia básica entre el campo fenoménico de la experiencia y la estructura conceptual del sí-mismo, situación que, si se logra, significa liberarse de la ansiedad que originó la relación psicoterapéutica.⁹

Las fuerzas progresivas de la vida misma subyacen en todo este proceso de funcionamiento y cambio. Esta tendencia básica hacia el mantenimiento y desarrollo del organismo y del sí-mismo proporciona la fuerza motivadora de todo lo que se ha descrito. La personalidad pre-psicoterapéutica funciona al servicio de esta tendencia básica para enfrentar sus necesidades. Y a causa de esta fuerza más profunda, la persona, en la relación psicoterapéutica, tiende a avanzar hacia la reorganización, en vez de avanzar hacia la desintegración. Una característica del sí-mismo reelaborado que se alcanza en la psicoterapia es que permite una comprensión más plena de las potencialidades del organismo, y es una base más eficaz para el desarrollo futuro. De esta manera el proceso psicoterapéutico, en su totalidad, es el logro por parte de la persona, en un clima psicológico favorable, de nuevos avances en una dirección que ya ha sido establecida por su crecimiento y su desarrollo maduracional a partir del momento de la concepción.

La concepción básica de Rogers es que la persona tiene capacidad para comprenderse a sí-misma y resolver los problemas que le plantea su situación vital. A fin de que ocurra un cambio constructivo en la personalidad, agrega Rogers, es necesario que en el ambiente psicoterapéutico se den las siguientes hipótesis y perduren durante un cierto período de tiempo:¹⁰

Proposición 1. Dos personas están en relación psicológica.

Proposición 2. Una de estas dos personas, el "cliente", se encuentra en estado de incongruencia, es vulnerable y ansiosa.

Proposición 3. La otra persona, el psicoterapeuta, es congruente y está integrada en la relación.

Proposición 4. El psicoterapeuta experimenta una aceptación positiva e incondicional por la persona ("cliente").

Proposición 5. El psicoterapeuta experimenta una comprensión empática del marco de referencia interno de la persona, y se esfuerza por comunicarle esta experiencia. Y,

Proposición 6. La comunicación de la comprensión empática a la persona y la aceptación positiva e incondicional, como disposiciones del psicoterapeuta, deben ser percibidas por la persona realmente y en un grado mínimo necesario.

El estado de empatía, o ser empático, consiste en percibir con exactitud el marco de referencia interno de la otra persona, con los componentes emocionales y significados que incluye, como si el psicoterapeuta fuera la otra persona, pero sin perder en ningún momento la condición "como si" (porque la pérdida del elemento "como si" da por resultado la identificación).¹¹

De la concepción rogersiana de la persona humana, de sus propósitos en la vida y de cómo puede alcanzar mejor sus propios fines, se sigue, en síntesis, que la psicoterapia centrada en la persona no es el encuentro de un profesional con un "paciente" ("cliente") o con un haz de problemas, sino el encuentro de dos personas, en el que una debe "confirmar" a la otra, es decir, aceptarla genuinamente con todas sus experiencias, actitudes y potencialidades. Desde esta perspectiva, la función

del psicoterapeuta consiste básicamente en facilitar a la persona la libre expresión de sus propios sentimientos, intereses y problemas, y en el "reflejo" y aclaración de los mismos por medio de determinadas actitudes, sobre todo las de aceptación positiva e incondicional (que no implica aprobación incondicional) y de empatía, a fin de que la persona logre comprenderse a sí-misma y encuentre la solución más conveniente para los problemas que le plantea su situación vital y sus propios objetivos. El papel del psicoterapeuta consiste, pues, en liberar la capacidad que tiene la otra persona para desarrollarse plenamente por sí-misma.

En el ambiente psicoterapéutico son más importantes las actitudes del psicoterapeuta que sus conocimientos intelectuales y, si las actitudes han de adquirirse, deben alcanzarse mediante un entrenamiento práctico. La práctica en sí, por tanto, viene a ser importante para ver si un individuo tiene la personalidad apropiada para ser psicoterapeuta.

Eficacia de la psicoterapia individual

Dos ejemplos.

Para mayor claridad se expone en seguida qué sucede en el proceso de la psicoterapia centrada en la persona. El psicoterapeuta comienza por explicar que la responsabilidad de elaborar el problema es esencialmente de la persona. Señala que la persona es libre de terminar la relación de psicoterapia en cualquier momento, que las discusiones serán sostenidas en estricta reserva, y que puede discutir cualquier asunto sin temor de reprobación. El psicoterapeuta la alienta para que hable libremente de sus sentimientos con respecto al problema. En la siguiente conversación se ve claramente esta "estructuración" del proceso psicoterapéutico centrado en la persona, por el psicoterapeuta.

"Psicoterapeuta: Creo que en gran parte no sé en qué condiciones llegó usted aquí; quiero decir que no sé si alguien le sugirió que viniera a verme, o si usted tenía algunas cosas en la mente que le perturbaban y le obligaron a pedir ayuda.

Estudiante: Hablé con la señorita G. de la Oficina de Artes, y me sugirió que llevara este curso. Entonces mi instructor me dijo que debería consultarle a usted y he venido. (El estudiante se refiere al curso de psicoterapéutica, Psych. 411).

P: Es de esta manera como llegó usted a tomar el curso, es decir, porque alguien se lo sugirió? . . .

E: Sí.

P: Así, supongo que también esa es la razón por la que usted vino a verme. Quiero decir que . . .

E: sí.

P: Bien, ahora deseo decirle una cosa que creo debe quedar muy clara desde el principio, y es la siguiente: Si hay algo que pueda yo hacer para ayudarlo a estudiar y elaborar algunas de las cosas que pueden estarlo molestando, estaré encantado de hacerlo. Por otra parte, no deseo que usted piense que ha venido a verme porque se trate de una parte de lo que usted debe hacer para mejorar su curso, ni cosa por el estilo. A veces alguna persona tiene dificultad con su trabajo escolar, y en ocasiones con otros problemas. Pueden elaborarlo mejor si hablan con alguna otra persona, y tratan de ir al fondo del problema; pero creo que es el problema de ellos, y deseo dejar muy claro desde el principio que si usted desea verme, quizá yo podré ayudarle el tiempo necesario una vez por semana y usted puede venir y hablarme sobre estos problemas, pero no se sienta obligado a hacerlo. Ahora, yo no sé si usted podría decirme un poco más acerca de cómo fue que tomó el curso 411; supongo que fue porque la señorita G. se lo sugirió.

E: Sí; la señorita G. me lo sugirió. Ella no pensaba que mis hábitos de estudio fueran buenos. Y aun en el caso de que lo fueran, no parecían muy significativos para mis estudios y todo lo demás. De manera que la señorita G. pensó que quizá si me inscribiera en este curso aprendería mejores hábitos de estudio, haría mejor empleo del tiempo y de la concentración, etcétera.

P: De manera que su objetivo al tomar este curso es satisfacer a la señorita G.

E: Exactamente. No, no es eso. Es por mi propio bien.

P: Ya veo.

E: Desempolvar mis métodos y hábitos de estudio y hacer mejor empleo del tiempo y aprender a concentrarme.

P: Bien.

E: Estoy tomando . . . Ella me lo sugirió y lo hago por mi propio beneficio.

P: Ya veo. De manera que si usted se inscribió en este curso fue en parte porque ella se lo sugirió, pero en parte también porque el deseo de usted era estudiar algo semejante, ¿no es así? . . .

E: Pensé que lo necesitaba, de manera que me inscribí (risas).

P: Bien, ahora estoy más interesado en saber por qué pensaba usted que lo necesitaba, y no porque la señorita G. pensó que usted lo necesitaba. Por qué pensaba usted que necesitaba este curso? . . ." (Rogers, 1942).¹²

Si la índole del proceso psicoterapéutico ha sido explicada, la persona, por lo general, hace entonces la mayor parte de las explicaciones. Cuando la persona se detiene en la conversación, el psicoterapeuta explica cómo ha entendido lo dicho por aquélla, e intenta "reflejar" y aclarar los sentimientos que van implícitos en estas cosas. Si la persona dice, por ejemplo: "A propósito de mi madre es una trabajadora social. A todos nos vuelve locos hablando acerca de sus pacientes todo el tiempo", el psicoterapeuta podría responder: "Usted cree que quizá ella le da más atención a los pacientes que a usted". (Rogers, 1942).

En el curso del proceso psicoterapéutico centrado en la persona, el psicoterapeuta observa con frecuencia un lento cambio en la expresión de los sentimientos negativos al principio, hacia sentimientos positivos en las sesiones ulteriores. En el siguiente caso se puede ver este cambio de sentimientos, lo mismo que muchas otras de las características de la psicoterapia centrada en la persona.

Mary Jane Tilden, una joven mujer de veinte años de edad, fue descrita por su madre en la siguiente forma: "Necesita que se le aclaren muchas cosas", "permanece en casa mucho tiempo" y "actúa de una manera extraña". Dijo, además, que su hija dormía la mayor parte del tiempo, meditaba también mucho tiempo, y a veces se veía perturbada por el temor de volverse loca. Durante la primera entrevista, Mary Jane parecía deprimida e insegura.

Mary Jane: No puedo encontrarme a mí misma. Todo me parece estar equivocado. No puedo llevarme con otras personas. Si hay alguna crítica o alguien dice algo acerca de mí, no puedo tolerarlo. Cuando tuve un empleo y alguien me decía algo que significara una crítica, yo me sentía muy enojada.

Psicoterapeuta: Cree usted que todas las cosas son equivocadas y que es usted pulverizada por las críticas.

M.J.: Bueno, no es que sea necesario que sean tomadas como crítica. Todo viene de mucho tiempo atrás. En la escuela primaria nunca me sentí a gusto. Algunas veces trataba de sentirme superior, pero después de eso volvía a sentirme deprimida. Habitualmente yo era la consentida de la maestra, pero eso no me servía de nada con las otras muchachas.

P: Cree usted que las raíces de estas cosas llegan hasta un período remoto, pero que no se ha sentido realmente a gusto ni en la escuela primaria.

M.J.: Ultimamente ha sido peor. Creo que debería estar en un sanatorio. Debe haber algo verdaderamente malo en mi caso.

P: Las cosas han ido tan mal que usted cree que quizá sea una persona anormal.

M.J.: Me parece que he perdido la fe en todo. No sé, creo que puedo encontrar la parte buena de otras personas, pero no puedo . . . No puedo creer que sea verdad cuando eso me sucede. Es una cosa tan terrible (risas). Es muy agradable llegar a creer en lo bueno, pero creo que es una especie de . . . Me siento como perseguida de cierta manera, una especie de autocondenación de todas maneras. Ha ido aumentando durante largo tiempo.

P: De manera que usted se condena a sí misma y no cree gran cosa con respecto a usted misma, y gradualmente va sintiéndose más enferma.

M.J.: Eso es exactamente. Sí (pausa). Ni siquiera deseo intentar algunas cosas . . . Quiero decir . . . cuando entro a algún trabajo o emprendo alguna cosa . . . yo . . . bueno . . . me siento como que voy a fracasar. Es una cosa terrible, pero . . .

P: Cree usted que ya está vencida antes de comenzar.

Para la quinta entrevista, Mary Jane había hecho los primeros intentos para mejorar su situación; sin embargo, mostraba aún muchas de las dudas iniciales con respecto a su capacidad para progresar.

"M.J.: Cada vez que vengo pienso que no sé de qué voy a hablar. Nada más vengo (pausa). El punto es que vengo y hablo, pero no parece hacerme gran impresión; quiero decir, mientras estoy aquí me siento mejor. Después, cuando me despierto, no me parece que pueda durar esta mejoría.

P: Cree usted que ha hecho cierto progreso en estas entrevistas, pero después de ellas recae.

M.J.: Sí, lo que quiero decir es que veo las cosas claramente por el momento mientras estoy aquí, pero después me voy a casa . . . no pienso de manera diferente acerca de las cosas. Esto es lo que me parece curioso, que estoy segura de ello . . . y no lo estoy.

P: Siente que lo que tratamos aquí no se aplicará a los actos de la vida entre una y otra entrevista.

M.J.: Exactamente. Bueno, he salido un poco más de lo que había salido antes, es decir, he visitado a más personas, pero básicamente todavía me siento igual. Quiero decir que parece que no encuentro ninguna diferencia entre estar con ellas y no estarlo. Bueno, parece que me arrepiento de estar con ellas y después me alejo y me siento culpable de hacerlo. Después, cuando salgo y entro en compañía de esas personas creo que no tengo el mismo sentimiento de estar verdaderamente perdida. Pero esto parece no ayudarme mucho.

P: Según entiendo, ha hecho usted algo para tratar de entrar en compañía de las personas un poco más, pero todavía queda algo que desear.

M.J.: Sí (pausa). Gozo escuchando a las personas, quiero decir . . . me parece realmente maravilloso. El otro día estuve en la casa de mi hermana y tenían algunas personas de visita y hablaron acerca de cosas muy interesantes. Me pareció muy estimulante mientras las escuchaba; me pareció muy agradable. Traté de darme cuenta de que estas personas veían las cosas desde un punto de vista impersonal. Eran personas enteramente normales y, sin embargo, no me sirvió gran cosa; traté de que me sirviera de algo . . . y en realidad no me sirvió de nada .

Para la octava entrevista, Mary Jane había ya tomado un trabajo, pero todavía pensaba que su problema no había sido resuelto por completo. Creía que comprendía más las cosas pero todavía no veía cómo podrían cambiar. Para la décimaprimera entrevista, sin embargo, se vio un progreso muy definido. Los siguientes extractos están tomados de esta entrevista:

"M.J.: Comencé el curso de hacer sombreros. Encuentro que no es un curso de diseño de sombreros sino más bien un curso para hacer sombre-

ros, pero me he entretenido mucho. Sabe usted, encuentro que puedo contenerme un poco más en esta ocasión. Estoy comenzando a ver signos reales de beneficio. Acostumbraba antes dedicarme a cualquier cosa nueva, y después me cansaba de ella rápidamente. En esta ocasión puedo ir con mayor naturalidad y calma. Realmente estoy cambiando.

P: Cree usted que realmente ha notado que está convirtiéndose en una persona diferente.

M.J.: Sí; no me he sentido bien sino hasta recientemente, pero ahora comienzo a darme cuenta de que es verdad. Una muchacha con la que he estado saliendo, una muchacha que conocí . . . Me ha ayudado mucho. Sabe usted que mi idea de lo que debería yo ser está cambiando. Casi siempre tenía ideas demasiado elevadas. He tenido siempre un sentimiento bien definido de la clase de persona que debería ser, y ahora estos pensamientos van cambiando.

P: Cree usted que si bien antes trataba de hacer algo muy elevado, ahora la cosa es diferente.

M.J.: Sí. Bueno, en la escuela tenía yo buenas calificaciones y todo. Por ejemplo en latín . . . solía saberme de memoria el latín y tenía buenas notas. Los únicos que eran tan buenos como yo eran algunos de los muchachos, pero no se aprendían las cosas de memoria, sino que realmente las aprendían. Y para mí era causa de confusión, porque comprendía que no sabía ni la mitad de lo que ellos sabían.

P: Cree usted que en su caso todo lo que usted decía lo aprendía sin sentido, mientras que en ellos se trataba de haber aprendido algo, saberlo por sí mismos.

M.J.: Sí. La cosa que no puedo comprender es por qué he dado siempre la impresión de saber cosas que realmente no sé".

Las sesiones de psicoterapia terminaron poco después de la entrevista precedente. Los informes ulteriores sobre Mary Jane revelaron que continuaba sosteniendo su posición, y que había entrado más activamente a la vida social. Rogers relata:

"Poco después que había transcurrido un año, se invitó a la señorita Tilden a que se presentara para seguir las entrevistas. En esta época relató que hasta recien-

temente las cosas habían ido mucho mejor para ella, pero que en los últimos dos meses muchos de sus antiguos sentimientos de inutilidad, dudas acerca de su propia capacidad y sentimientos de insignificancia habían recidivado. La única razón que dio para la causa de este retroceso fue que un amigo con el que había estado viéndose la consideraba como persona de poca capacidad. Creía que esto tendía a destruir la confianza que había adquirido. Algunas semanas más tarde una conversación telefónica con la madre indicaba que la señorita Tilden iba del modo más satisfactorio. Tenía ahora otro trabajo con una persona de la familia, y nuevamente parecía alegre y bien adaptada”.

Como resultado de estas sesiones de psicoterapia, que duraron más de diez meses, Mary Jane hizo progresos muy claros. Comprendió mejor sus propios sentimientos, afirmó su concepto de propia aceptación, y emprendió una vida social normal. El psicoterapeuta no estableció estas finalidades para la muchacha, no le dio ningún consejo ni le proporcionó informes de ninguna clase. El solamente “reflejaba” y aclaraba sus sentimientos de manera que pudiera comprenderse ella misma mejor. Esto es, en esencia, la psicoterapia centrada en la persona.¹³

Teoría de la personalidad

A Rogers se le conoce principalmente por su obra psicoterapéutica, pero esto no significa que se haya apartado de la teoría de la personalidad. Al formularla Rogers es el primero en advertir que todavía la está trabajando y que madurará y cambiará conforme pase el tiempo. En este sentido, la teoría de la personalidad de Rogers es, ciertamente, un ensayo, en el que se plantean diversos interrogantes acerca de ciertas proposiciones. Algunas de estas proposiciones deben considerarse como supuestos, en tanto que otras, la mayoría, pueden considerarse a nivel de hipótesis susceptibles de verificación o refutación. Para Rogers, la teoría de la personalidad centrada en la persona es una teoría de la personalidad centrada en el concepto de sí-mismo como construcción explicativa.

A continuación se analiza la serie de proposiciones que, considerada en conjunto, como un todo, presenta

una teoría dinámica de la personalidad, que pretende explicar los fenómenos referentes a la personalidad con fundamento en las experiencias clínicas de la psicoterapia centrada en la persona.¹⁴

Proposiciones

Proposición 1. La persona vive en un mundo de experiencias en cambio constante, de las cuales es el centro.

La única persona que puede conocer plenamente su campo de experiencias es la persona misma.

Proposición 2. La persona reacciona ante el campo fenoménico tal como lo experimenta y lo percibe. Este campo perceptual es, para la persona, la “realidad”.

Esta realidad es relativa, porque cada persona tiene su propia percepción de la realidad.

Proposición 3. La persona reacciona como una totalidad organizada ante su campo fenoménico.

Una de las características básicas de la vida orgánica es la tendencia a las respuestas totales, organizadas e intencionales. La persona es un sistema organizado total y, en consecuencia, la modificación fisiológica y/o psicológica de cualquiera de sus partes puede producir cambios en cualquiera otra.

Proposición 4. La persona tiene una tendencia o impulso básico a actualizarse, mantenerse y desarrollarse.

Esta tendencia direccional se evidencia en la persona desde la concepción hasta la madurez. Es la disposición de mantenerse, asimilar su alimento, comportarse defensivamente frente a las amenazas, lograr la meta de autopreservación aun cuando el camino usual que conduce a esa meta esté bloqueado, etcétera.

Proposición 5. La conducta es básicamente el esfuerzo intencional de la persona, por satisfacer sus necesidades experimentadas en el campo fenoménico, tal como lo percibe.

La percepción tiene un alto grado de correspondencia con la realidad. Sin embargo, no se reacciona ante la realidad, sino ante la percepción de esa realidad. La conducta está determinada por la percepción y no por la realidad.

Proposición 6. La emoción acompaña y, en general, facilita esta conducta intencional; el tipo de emoción se relaciona con los aspectos de búsqueda versus los aspectos consumatorios de la conducta, y la intensidad de la emoción se relaciona con la significación percibida de la conducta, para la preservación y el desarrollo de la persona.

Proposición 7. La mejor posición para comprender la conducta de una persona es asumiendo el propio marco de referencia de esa persona en sí.

El ideal es experimentar empáticamente todas las sensaciones de una persona, todo su campo fenoménico, desde los elementos conscientes hasta las experiencias que no alcanzan el nivel consciente, para lograr una base perfecta para comprender con esa persona la significación de su conducta. La psicoterapia centrada en la persona minimiza las influencias prejuiciosas sobre las actitudes que expresa la persona, porque el psicoterapeuta se acerca a ésta sin un conjunto preconcebido de categorías a las que ha de ajustarse. Así se logra reducir las necesidades defensivas de la persona, comprender más vívidamente el significado de su conducta y ampliar al máximo las oportunidades de un nuevo aprendizaje.

Proposición 8. Una parte del campo perceptual total se diferencia gradualmente constituyendo el sí-mismo.

A medida que la persona evoluciona, una parte del mundo privado total se reconoce como "yo", "mi", "mío". Hay muchos interrogantes intrincados que aún no se han respondido con respecto al concepto emergente del sí-mismo. Los elementos que la persona controla son parte del sí-mismo, pero cuando un objeto, incluso una parte del cuerpo, está fuera de control, se experimenta como algo que no integra el sí-mismo. La expresión "sí-mismo" no es sinónimo de "organismo", más bien se emplea en el sentido de "yo", como la conciencia de ser o de estar funcionando.

Proposición 9. Como resultado de la interacción con el ambiente y, particularmente, como resultado de la interacción valorativa con los demás, se forma la estructura del sí-mismo: un patrón conceptual organizado, fluído y congruente, para percibir las características y relaciones del sí-mismo o del "mi", conjuntamente con los valores atribuidos a estos conceptos.

Proposición 10. Los valores asignados a las experiencias y los valores que son parte de la propia estructura del sí-mismo resultan, en algunos casos, valores experimentados directamente por la persona y, en otros, son valores introyectados o recibidos de otros, pero percibidos de una manera distorsionada, como si hubieran sido experimentados directamente.

Estas dos últimas proposiciones se analizan a continuación, en forma conjunta:

A medida que la persona interactúa con su ambiente construye gradualmente conceptos acerca de sí-misma, del ambiente, y de sí-misma-en-relación con el ambiente. Asociada íntimamente con todas estas experiencias, se produce una evaluación directa que parece ser muy importante para comprender el desarrollo. La persona valora positivamente las experiencias que percibe como vitalizadoras y negativamente las que la amenazan o desprotegen.

Pronto se incluye en el cuadro la valoración de sí-misma por parte de las otras personas. Las experiencias sociales y las valoraciones de los demás se convierten en parte de su campo fenoménico, junto con las experiencias relacionadas con cosas u objetos: las escaleras son peligrosas, las galletas saben rico, etcétera.

Un elemento medular y significativo de la estructura del sí-mismo, cuando comienza a construirse (personalidad que se organiza), es la experiencia de sí-mismo del niño con respecto a sus padres. Si, por ejemplo, la relación del niño con sus padres es de afecto, se percibe a sí-mismo como amable y digno de amor. Al mismo tiempo que experimenta valores sensoriales positivos, experimenta su vitalidad de otras maneras; puede, por ejemplo, orinar, comer, pegarle a un hermanito, subirse a la mesa, etcétera. Pero estas conductas satisfactorias para él pueden ser censuradas, amenazando así la estructura naciente del sí-mismo. Parece que de esta manera se introyectan las actitudes parentales, las cuales se experimentan, no como las actitudes de otros, sino de una manera distorsionada, es decir, como si se basaran en vivencias personales del propio niño. Esta simbolización distorsionada tiene como fin preservar el concepto de sí-mismo amenazado. Ya no se percibe: "Mis padres censuran esta conducta", sino que se distorsiona y se acepta: "Yo percibo que esta conducta es insatisfactoria".

La estructura del sí-mismo emerge a partir de la experiencia directa de la persona y de la simbolización distorsionada, resultante de la introyección de valores y conceptos parentales, como si fueran experimentados por la propia persona.

La estructura del sí-mismo es una configuración organizada de percepciones que son admisibles en la conciencia. La integran las percepciones de las propias características y capacidades, los preceptos y conceptos de sí-mismo-en relación con las otras personas y con el medio ambiente, las metas o ideales que se perciben con valencias positivas o negativas y las cualidades valiosas que se perciben asociadas con experiencias y objetos.

La psicoterapia centrada en la persona ofrece algunas ideas acerca de cómo un niño desarrolla la estructura del sí-mismo, que excluye los gérmenes de dificultades psicológicas posteriores, sin ese elemento de distorsión y negación de experiencias. Se explica de seguido el tipo de primera experiencia que prepararía la base para el desarrollo del sí-mismo psicológicamente sano. El comienzo es el mismo: El niño experimenta y valora sus experiencias positiva y negativamente. Se percibe a sí-mismo como objeto psicológico y persona amada. Más, si cuando el niño realiza una conducta satisfactoria para él, como la de pegarle a un hermanito, sus padres son capaces de aceptar plenamente al niño con sus sentimientos de satisfacción y, al mismo tiempo, aceptar que estos sentimientos del niño son irrelevantes para la propia estructura del sí-mismo, entonces se iniciará el surgimiento de un sí-mismo psicológicamente sano.

Cuando el niño actúa dentro del ambiente de comprensión descrito, adquiere su propio sentimiento acerca de si su conducta es aceptada o inadmisibles en la familia, pero, en cuanto persona amada, no experimenta amenazas a su concepto de sí-mismo. Puede vivir plenamente y aceptar sus sentimientos (de agresión a un hermanito, por ejemplo), como parte suya; puede también experimentar plenamente la percepción de que a las personas que lo aman les desagrada su acción agresiva. Su conducta posterior depende del equilibrio consciente de los elementos de la situación; de la fuerza de sus deseos de agresión; y de las satisfacciones que obtendría al pegarle a su hermanito o si agradara a sus padres. El comportamiento resultante será: en algunos momentos social y en otros agresivo; adaptativo de una persona distinta, única, que se autorregula; realista, basado en una simbolización exacta de todas las pruebas que le proporciona el equipo sensorial y visceral del niño en esa situación. Cuando los padres aceptan los sentimientos del niño, éste no necesita distorsionar sus sensacio-

nes y, de esta manera, logra desarrollar un sí-mismo profundamente estructurado, en el que no se dan el rechazo ni la distorsión de las experiencias (conformación a los deseos de los padres).

Proposición 11. A medida que se va llenando de experiencias la vida de la persona, se las: a) Simboliza, percibe y organiza en cierta relación con sí-misma; b) Ignora, porque no se percibe ninguna relación con la estructura de sí-misma; y, c) Niega la simbolización o se las simboliza distorsionadamente, porque la experiencia no es compatible con la estructura de sí-misma.

Cuando las experiencias de la persona satisfacen una necesidad pueden dejar de ser fondo y pasar a ser figura. Estas experiencias son las que se aceptan en la conciencia y se organizan en relación con la propia estructura de sí-misma, porque satisfacen una necesidad de sí-misma o bien son coherentes con la propia estructura y la refuerzan. La persona cuyo concepto de sí-misma es negativo, siente que no puede ocupar su lugar en la sociedad como todas las personas; percibe que no aprendió por medio de sus tareas escolares; que fracasa al emprender algo: que no reacciona normalmente, etcétera. Entre sus numerosas experiencias selecciona sólo las que concuerdan con su concepto de sí-misma.

En algunos casos la negación de la percepción es de alguna manera consciente. La persona relata: "Cuando alguien me dice que soy inteligente, no lo creo. Simplemente me parece que no quiero creerlo". Su concepto de sí-misma es tan negativo que únicamente puede percibir y aceptar que otras personas la desvaloricen, porque esta percepción es la que concuerda con su concepto de sí-misma. Sin embargo, niega las valoraciones contradictorias, eligiendo y acentuando otras percepciones, por ejemplo, cuando afirma que las demás personas no la pueden conocer realmente. En este campo se encuentran muchos fenómenos de la conducta humana que los psicólogos han intentado explicar.

Excepto en ciertas condiciones, la organización flúida pero congruente, que es la propia estructura o concepto de sí-misma, no permite la intrusión de percepciones que difieran de él; excluye estas percepciones por ser contradictorias y no porque son derogatorias.

Proposición 12. La mayoría de las modalidades de conducta que la persona adopta son compatibles con el concepto de sí-misma.

Cuando la persona lucha por satisfacer sus necesidades en el mundo, tal como lo experimenta, la modalidad de lucha que asume es compatible con su concepto de sí-misma. En las neurosis típicas la persona satisface una necesidad irreconocible en la conciencia, por medio de conductas congruentes con el concepto de sí-misma, por lo que conscientemente pueden ser aceptadas. Así, la persona que se considera consciente y responsable, se despierta temprano cuando sus responsabilidades lo exigen, independientemente de su necesidad orgánica de seguir durmiendo.

Proposición 13. La conducta puede surgir, en algunos casos, a partir de experiencias y necesidades orgánicas que no han sido simbolizadas. Tal conducta puede ser incompatible con la estructura de sí-misma, pero en tales casos la persona no es "dueña" de sí (no "posee" la conducta).

En momentos de emergencia la persona puede comportarse con eficiencia e ingenio para satisfacer sus necesidades, pero sin simbolizar conscientemente esas situaciones o la conducta que requieren: "No sé por qué lo hice". Hay referencia a la conducta determinada orgánicamente sobre la base de las experiencias que no se simbolizan exactamente y, por lo tanto, se lleva a cabo sin que se la haya incluido en una relación compatible con el concepto que se tiene de sí.

Proposición 14. La inadaptación psicológica se produce cuando la persona rechaza de la conciencia experiencias sensoriales y viscerales significativas que, en consecuencia, no se simbolizan ni organizan en la totalidad de la estructura de sí-misma. Cuando se produce esta situación hay tensión psicológica básica o potencial.

Cuando la persona se siente libre para revelar una mayor parte del campo perceptual al que es accesible a su conciencia, comunica el sentimiento de falta de integración interna que experimenta.

Proposición 15. La adaptación psicológica existe cuando el concepto de sí-misma es tal que todas las experiencias sensoriales y viscerales de la persona son o pueden ser, asimiladas a un nivel simbólico y en una relación compatible con el concepto que tiene de sí.

Hay adaptación psicológica o no hay tensión interna cuando el concepto de sí-misma es, en general, congruente con todas las experiencias de la

persona. Si ésta, por ejemplo percibe y acepta sus propios deseos sexuales y los valores culturales ligados a la supresión de esos deseos, aceptará y asimilará todas las pruebas sensoriales experimentadas por su organismo en este sentido. Su concepto de sí-misma es suficientemente amplio como para incluir sus deseos sexuales y su deseo de vivir armónicamente con los patrones de su cultura.

Proposición 16. Cualquier experiencia incompatible con la estructura de la persona, puede ser percibida como una amenaza; cuantas más numerosas sean estas experiencias, más rígidamente se organizará la estructura de la persona para preservarse.

La conducta defensiva se presenta cuando el sí-mismo está indefenso ante amenazas profundas y se espera el derrumbe psicológico catastrófico y la desintegración de la estructura de la persona.

Proposición 17. En ciertas condiciones, que implican principalmente una ausencia total de amenazas para la estructura de sí-mismo, pueden percibirse y examinarse experiencias incompatibles (inconsistentes), y se puede revisar la estructura del sí-mismo para asimilar e incluir tales experiencias.

El concepto que la persona tiene de sí-misma cambia, tanto en el desarrollo ordinario como en la psicoterapia. El cambio (reorganización) de la estructura de sí-misma se posibilita en la psicoterapia por la captación del nuevo material, iniciada por la misma persona, y la aceptación de toda clase de experiencias, actitudes y percepciones por parte del psicoterapeuta.

Proposición 18. Cuando la persona percibe y acepta en un sistema compatible e integrado todas sus experiencias sensoriales y viscerales, necesariamente comprende mejor a los demás y las acepta como personas separadas.

Clínicamente se ha encontrado que la persona que completa su psicoterapia, se siente más aliviada de ser ella misma y segura de sí, más realista en sus relaciones con las demás personas, y desarrolla mejores relaciones interpersonales: "Soy yo misma y soy diferente de las demás. Soy más feliz de ser yo misma, y descubro que permito cada vez más que las demás asuman la responsabilidad de ser ellas mismas". Cuando estas experiencias son acce-

sibles e integradas a la conciencia, la actitud defensiva se minimiza. Al disminuir la necesidad de defensa no hay necesidad de atacar; entonces se percibe a las otras personas como lo que realmente son: seres diferentes que operan en términos de sus propios significados, basados en sus propios campos perceptuales.

La madre que rechaza a su hijo puede llegar a percibirlo tal cual es y darse cuenta de que es una persona con diversas características: interesante, con rasgos buenos y malos, etcétera. Con esta percepción, mucho más exacta, comprende mejor a su hijo, lo acepta tal como es y establece con él una relación real, en lugar de una relación defensiva.

Proposición 19. A medida que la persona percibe y acepta más experiencias orgánicas en la estructura de sí-misma, descubre que está reemplazando su actual sistema de valores, basado en gran medida en introyecciones simbolizadas de manera distorsionada, por un proceso de continua evaluación orgánica.

La persona descubre que sus propios sentidos pueden ofrecerle los datos suficientes para formular su propio proceso de valoración y revisarlo continuamente. Percibe por sí-misma que es satisfactorio y vitalizador actuar libre y espontáneamente, sin la rigidez del viejo sistema de valores introyectado.

En la psicoterapia parece que la reorganización que se produce en la personalidad se fundamenta en la retención de los valores que preservar o desarrollan a la propia persona, en oposición a los valores que otras personas consideran buenos para ellas. De la persona emerge un sistema de valores único, en términos de su propia experiencia directa, cuyo resultado es un alto grado de comunidad y un sistema de valores genuinamente socializado, puesto que todas las personas tienen las mismas necesidades básicas, incluyendo la de ser estimadas por las demás. Este es uno de los fines últimos de una hipótesis de confianza en la persona y en su capacidad para resolver sus propios conflictos.

Estas primeras diecinueve proposiciones fueron formuladas por Rogers en 1951. Ocho años después (1959), agrega las tres proposiciones siguientes:¹⁵

Proposición 20. La persona tiene deseos de estima social. A veces el deseo de que otras personas de la misma sociedad la estimen digna y la alaben, predomina sobre los valores que la persona desea. Cuando es importante para la persona que otras la consideren digna, puede dominar las funciones y la dinámica internas del yo orgánico.

Proposición 21. Paralelo al deseo de estima social, la persona tiene un deseo sumamente intenso de amor propio. Por surgir de la experiencia la necesidad de amor propio, es posible que la persona ignore las presiones de la sociedad que le ocasionaron el deseo de estima social. Y,

Proposición 22. Dadas las fuerzas, los deseos y las demandas de la estima social y del amor propio, surge una actitud de valor propio, con la que la persona se ayuda en la lucha de la vida diaria. Por consiguiente, el sentimiento de ser digna de algo ayuda a fortalecer el deseo de amor propio y su capacidad para obtener el sentimiento de estima social.

Temática central

En la formulación de la teoría de la personalidad existen cuatro temas centrales:¹⁶

Tema 1. El concepto del sí-mismo. La definición más breve, de este concepto es "la conciencia de ser o de estar funcionando", y la más amplia es la teoría de la personalidad precedente.

Tema 2. Autorrealización. Es la dinámica que describe el proceso de desarrollo de la persona, desde la concepción hasta la madurez. La meta es que la persona logre crearse su propio sí-mismo, antes de poder crear cualquiera otra cosa.

Tema 3. Autoconservación. Una vez que la persona se ha realizado al máximo posible, es necesario que se conserve. No basta con ser algo, es necesario seguir siéndolo. Como parte del proceso de conservación, la persona debe mantenerse "abierto a la experiencia", para conservar una realización constructiva. Y,

Tema 4. Automejoramiento. La persona desea trascender el statu quo. El automejoramiento consiste en luchas y dolores, en adelantar y retroceder, en perder y ganar estructuras de meta. Rogers se opone a los objetivos de la tecnología conductual de B.J. Skinner. Las ciencias conductuales, sostiene

ne Rogers, pueden usarse para la libertad, no para el control; ello producirá una constructiva variedad, y no una conformidad; esto desarrollará la creación y no el conformismo, lo cual facilitará el camino de cada persona en su proceso de ser auto-dirigido; con eso, las personas, los grupos e incluso el concepto de ciencia se hará autotrascendente, lo que dará lugar a modos novedosos de enfrentarse a la vida y sus problemas.

III. DE LA PSICOTERAPIA INDIVIDUAL A LA PSICOTERAPIA GRUPAL

La psicoterapia centrada en el grupo

Las bases conceptuales de la psicoterapia centrada en el grupo son el pensamiento de Kurt Lewin, la Psicología de la Gestalt y, por supuesto, la psicoterapia centrada en la persona.¹⁷ Si los principios de la psicoterapia individual sirven para resolver conflictos personales e interpersonales, existe la posibilidad de utilizar estos mismos principios para la solución de conflictos grupales, porque estos aspectos de la vida humana también envuelven una relación interpersonal y tienen como objetivo el cambio o desarrollo de la personalidad. Al explorar esta posibilidad, Rogers se interesa por la psicoterapia centrada en el grupo, en la que ve un sistema psicoterapéutico que complementa el alcance y aplicabilidad de los principios de la psicoterapia centrada en la persona. Sin embargo, Rogers no desarrolla una psicoterapia *de* grupo, sino, más bien, una psicoterapia de la persona *en* el grupo y, si bien comprende que el grupo es una totalidad, se ocupa casi siempre de la persona concreta en el grupo. En este sentido, Rogers no parece renunciar a su vocación de psicoterapeuta del individuo, aunque sea mediante un nuevo tipo de ambiente psicoterapéutico: el ambiente de grupo.

Para Rogers la palabra "grupo" alude exclusivamente a las experiencias planeadas e intensivas que se dan en un ambiente de libertad, seguridad, aceptación, facilitación y responsabilidad, como contexto de un verdadero encuentro humano. En consecuencia, el grupo es un excelente instrumento para ayudar a una persona a establecer contacto con otras y para curar la soledad que padecen mu-

chos seres humanos; es un camino para el crecimiento y la realización personales; es una fuerza contrarrestante de la deshumanización creciente de nuestra cultura. De igual modo, brinda reales esperanzas de que el aislamiento y la alienación de la persona no serán las tónicas de nuestra vida personal contemporánea. En el clima psicoterapéutico grupal, la persona se ve impulsada a una mayor espontaneidad y flexibilidad, a organizar con más flexibilidad sus propios sentimientos, a abrirse más a sus experiencias y a una intimidad más expresiva en sus relaciones interpersonales. En síntesis, afirma Rogers, la psicoterapia centrada en el grupo tiene como meta lograr aprendizajes significativos en el desarrollo personal, la comunicación y las relaciones interpersonales, con fundamento en un proceso dinámico basado en experiencias planeadas, intensivas, y centradas especialmente en la afectividad, antes que en la información intelectual.¹⁸

Ambiente

Para alcanzar la meta de la psicoterapia centrada en el grupo es preciso que en el ambiente psicoterapéutico grupal existan temporalmente las siguientes hipótesis básicas:

Proposición 1. Un grupo pequeño de personas están en relación psicológica.

Proposición 2. Una de estas personas, el psicoterapeuta, es congruente y está integrado en las relaciones interpersonales.

Proposición 3. Las demás personas se encuentran en un estado de incongruencia, son vulnerables y ansiosas.

Proposición 4. El psicoterapeuta experimenta una aceptación positiva e incondicional por cada persona.

Proposición 5. El psicoterapeuta experimenta una comprensión empática del marco de referencia interno de cada persona, y se esfuerza por comunicarle esta experiencia. Y,

Proposición 6. La comunicación de la comprensión empática a cada persona y la aceptación positiva e incondicional, como disposiciones del psicoterapeuta, deben ser percibidas por la persona realmente y en un grado mínimo necesario.

Función del psicoterapeuta

En el caso concreto de la psicoterapia grupal, el grupo pequeño carece hasta cierto punto de estructuras. Tiene psicoterapeuta, con carácter de facilitador, y/o cofacilitadores. Dentro del proceso grupal la acción básica del psicoterapeuta consiste en los siguientes puntos:

—Facilita la liberación de la capacidad grupal (elección de metas), a partir de la libre expresión de los sentimientos de cada persona y de la autoaceptación en las relaciones humanas del grupo. Desde esta perspectiva la función más frecuente e importante del psicoterapeuta es intentar la comprensión empática con cada miembro, y esclarecer los mensajes de éste enfrente del grupo.

—Cree que su función es significativa para el grupo, pero se ajusta al tiempo y al ritmo de éste. Así, no presiona, manipula o reglamenta al grupo para llevarlo a metas personales, inexpressadas y rígidas.

—Deja al grupo el planeamiento previo y las actividades. Sin embargo, a medida que se convierte en un miembro del grupo, aporta con gusto su dosis de influencia, sin controlar el proceso, y bosqueja procedimientos o propone ciertas actividades.

—Participa, pues, en el proceso dinámico de las relaciones interpersonales, como persona (miembro y psicoterapeuta), sin permanecer a distancia y aislarse como un "experto".

—Se compromete con el grupo, sin centrarlo en torno a su persona, aunque se siente libre para expresar en el grupo sus sentimientos y problemas personales, sea en relación con el grupo, un miembro o consigo mismo.

—Atiende con respeto a cada persona del grupo.

—Acepta al grupo y a cada persona, positiva e incondicionalmente, con su singular manera de percibir. En consecuencia, evita las interpretaciones y comentarios acerca de los procesos individual y grupal.

—Contribuye a desarrollar un ambiente psicoterapéutico de libertad, seguridad, aceptación, facilitación y responsabilidad, en el que se dé un mínimo de amenazas a la organización de la estructura del sí-mismo. Y,

—Valora el éxito o el fracaso del grupo por el logro de su meta, y no por los aspectos dramáticos del proceso grupal: vómitos, llantos, etcétera.

Las actitudes del psicoterapeuta, sea, su estilo personal y sus conceptos acerca del proceso grupal producen diferencias en el resultado de las experiencias. No obstante, en los grupos que se reúnen con intensidad, sin psicoterapeuta, se logra una experiencia similar.

Proceso

En el proceso psicoterapéutico grupal las pocas estructuras del grupo y la ausencia de dirección producen una confusión inicial. Este proceso es un continuo de actividad psicológica que se inicia con la rigidez e inmutabilidad del sí-mismo, debida a su estado de incongruencia, ansiedad y vulnerabilidad. La persona tiene miedo a revelar su sí-mismo, se resiste a la expresión o exploración personal. Sin embargo, dentro del ambiente grupal, de libertad, seguridad, aceptación y facilitación, la persona empieza a expresar y explorar sus sentimientos negativos, el material que es significativo para su sí-mismo y los sentimientos interpersonales; entonces se orienta hacia una mayor aceptación de la totalidad de su ser, emocional, intelectual y físico, tal cual es, incluidas sus potencialidades. Comienza el flujo, la variabilidad y la espontaneidad de los sentimientos, sea, el cambio o reorganización del sí-mismo. Dentro del grupo se exige la genuinidad de la persona, hay realimentación, enfrentamientos y relación asistencial, hasta que la persona llega a un encuentro básico, profundo, a expresar sentimientos positivos y acercamiento mutuo; en otras palabras, la persona logra relaciones humanas más íntimas y sinceras, entenderse a sí-misma y a sí-misma en relación con las otras personas, de una manera precisa y de tal forma que cambie su vida y su comportamiento. La consecuencia de esta reorganización exitosa del sí-mismo, a nivel grupal son los cambios de conducta en el grupo, cuyos efectos se sienten aun después de la última sesión.¹⁹ Desde el punto de vista fenomenológico la mejor explicación de cierta conducta se origina de permitir que la persona explore su conducta en un ambiente seguro, para que pueda aprender sus bases y su explicación.

Eficacia de la psicoterapia grupal

Las personas que han trabajado en el campo de la psicoterapia centrada en el grupo, confirman la eficacia de este instrumento para ayudar a cada una de las personas participantes a resolver sus problemas. A continuación se examina un ejemplo.²⁰

En el caso de Ellen la experiencia grupal fue una de las más valiosas de su vida, una experiencia cumbre, con gente "curativa" que le brindó cariño y le ayudó a abrir las puertas de su vida interior. Su vida se llenó de "insights" y sentimientos que le ayudaron a abrir muy suavemente la puerta que conducía a la experiencia de sí-misma. Sin embargo, Ellen estaba segura de que esa puerta volvería a cerrarse.

Adquirió plena conciencia, por un lado, del dominio que en su vida ejercía su madre y, por otro, de su completa dependencia respecto de ésta en materia de aprobación y afecto. Cayó en la cuenta de lo mucho que temía a su madre.

Por primera vez en su vida, comienza a pensar seriamente en cortar ese cordón umbilical.

Empieza a confiar en sus propios sentimientos, más que en los valores y juicios maternos, por ejemplo, con respecto a su amigo George.

Da el atrevido paso de decidir que su madre se mude a otro departamento.

Soporta el desasosiego, la culpa, el miedo que le producen esta decisión y sus acciones consecuentes.

Aunque esto la atemoriza y deprime, se libera de su madre, primero en el plano psicológico, después a través de la separación física y, por último, hablándole con valentía, como a una persona separada de ella.

Lentamente ha ido abandonando muchos hábitos de toda la vida, y pugna por encontrar su propia existencia.

Ha vivido con el terror de ser independiente y enfrenta ese miedo.

Empieza a tener momentos de honda satisfacción y dicha por ser una persona independiente.

Tropieza en su vida amorosa con el dolor y la pérdida, pero siente un nuevo coraje en su interior. Y,

Avanza a grandes pasos en su lucha incesante por convertirse en una persona cada vez más cabal, separada de las demás pero en relación con ellas,

en una persona con mayor conciencia, que se gana duramente un cierto margen de libertad para sí-misma. Y valora tanto ese coraje de ser que, si fuera necesario, soportaría de nuevo todo el dolor que le causó alcanzarlo.

Estas afirmaciones indican la sensación de cambio que se experimenta en la psicoterapia centrada en el grupo. La experiencia, expone Rogers, demostró ser muy perturbadora; produjo en Ellen intensa infelicidad y depresión; transformó de tal modo la relación con su madre que ésta cayó en la histeria; acarreó violentas fluctuaciones en sus reacciones emocionales; dio lugar a una mayor aceptación de sus sentimientos amorosos hacia un hombre casado. De manera que, a juicio de las personas que formulan preguntas acerca del valor de la psicoterapia centrada en el grupo, se deduce que su experiencia fue desgraciada y dañina, y no sólo careció de valor sino que tuvo efectos destructivos. Esta clase de juicios superficiales han sido la causa de que en muchos suscite aprehensión y serias críticas la creciente importancia que cobra la psicoterapia centrada en el grupo.

La historia de Ellen no es única. También para muchos otros la experiencia psicoterapéutica grupal, intensiva, fue un punto crítico que decidió el rumbo de sus vidas y la naturaleza de su conducta. Y en el caso concreto se relata lo que le ocurrió a una persona, como consecuencia de una semana de psicoterapia grupal.

Ellen, como ella misma lo dice, está creciendo, y aun cuando ese proceso de maduración tiene lugar mucho más tarde que lo que quizá hubiese correspondido, enriquece y vivifica su existencia. Elige por sí-misma, sigue su propio rumbo y enfrenta la vida de un modo muy realista. ¿Puede pedirse más? . . . Es muy importante la idea de que el proceso psicoterapéutico puede ser asumido y continuado por la persona, dentro de sí-misma.

IV. EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE CENTRADO EN EL ALUMNO.

Al aplicar al campo educativo sus propias experiencias clínicas, en las áreas de la psicoterapia individual y grupal, sus observaciones docentes y las contribuciones de precursores, como John Dewey, W.H. Kilpatrick, N. Cantor, E. Kelley, D. Snygg y A.W. Combs, principalmente, Rogers for-

mula el proceso de enseñanza-aprendizaje centrado en el alumno, individual y concebido como una realidad siempre inacabada²¹.

Este nuevo modelo educacional se fundamenta en el siguiente núcleo central de proposiciones:

Proposición 1. Dos o más personas están en relación de enseñanza-aprendizaje.

Proposición 2. Una de estas personas, el alumno, es incongruente y constituye el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Proposición 3. Otra persona, el educador, es congruente.

Proposición 4. El alumno tiene una personalidad dinámica, capaz de desarrollarse por sí-misma, plenamente.

Proposición 5. El alumno tiene como meta alcanzar su aprendizaje personal significativo.

Proposición 6. El alumno logra el aprendizaje personal significativo sólo si se siente motivado intrínsecamente por sus intereses y problemas vitales, y tiene el deseo de enfrentarlos y resolverlos.

Proposición 7. El ambiente eficaz para que el alumno alcance su objetivo es de libertad, seguridad, aceptación, facilitación, responsabilidad y dinamismo.

Proposición 8. La función del educador consiste en facilitar los objetivos individuales y grupales, a través de la enseñanza.

Proposición 9. El educador comprende empáticamente los sentimientos, intereses y problemas del alumno. Y,

Proposición 10. El educador experimenta una aceptación positiva e incondicional por el alumno.

Aprendizaje y enseñanza son procesos que van estrechamente unidos. Sin embargo, el aprendizaje es un objeto en sí mismo y no necesariamente el resultado de la enseñanza, mientras que la enseñanza tiene como objetivo el logro del aprendizaje, pero no puede existir independientemente.

El alumno sólo puede aprender aquello que considera importante para la organización de la estructura de su sí-mismo, porque únicamente él tiene acceso a su experiencia personal y puede auto-descubrirla y autoapropiársela. Por la naturaleza misma del aprendizaje, el educador no puede hacer que el alumno aprenda; su función principal consiste, ante todo, en la de ser un catalizador que le facilita la mejor comprensión de sí-mismo, su auto-

realización y autoperfeccionamiento, es decir, el logro de su aprendizaje personal significativo, en un ambiente de relaciones interpersonales reales e importantes, donde existan las actitudes básicas de las proposiciones anteriores y los recursos que satisfagan las necesidades del proceso de enseñanza-aprendizaje. Una vez que el alumno asimila sensorial y visceralmente el aprendizaje es el único que podrá traducirlo significativamente en términos de comportamiento. Por lo tanto, aunque la función facilitadora del educador incluye poner sus conocimientos y experiencias a disposición del alumno, no debe centrar el proceso de enseñanza-aprendizaje en la información intelectual, sino, más bien, en la formación humana del alumno. Si el educador rechaza esta concepción cargará al alumno de información seleccionada por él, y le negará la oportunidad de buscar su propia dirección en el aprendizaje. Dejar al alumno la responsabilidad de su propio aprendizaje no significa abandonarlo; sino, más bien, al contrario, que el educador no piense "acerca del" o "para" el alumno, sino "con" el alumno.

Si el alumno tiene dificultades en su aprendizaje es porque la actual estructura de su sí-mismo no le permite enfrentar con éxito sus necesidades en la situación real del proceso de enseñanza-aprendizaje. Entonces se encuentra en estado de incongruencia, ansioso y vulnerable; tiene miedo a revelar su propio sí-mismo; debe relajar la defensividad de su sí-mismo, en estado de rigidez, arrimarse a su propia experiencia y tratar de expresar sus propias vivencias. En efecto, otra premisa es la de que el aprendizaje, para ser significativo, debe realizarse en un ambiente en el cual haya un mínimo de amenazas a la organización de la estructura del sí-mismo del alumno. El aprendizaje personal significativo tiene sus raíces en la realidad, en la auto-apreciación, es decir, en los sentimientos, intereses y problemas vitales del alumno. El educador, en consecuencia, apuntará a la fuerza motivacional, intrínseca del sí-mismo del alumno, para comprender empáticamente cuáles son sus sentimientos, intereses y problemas reales, y lo dejará comunicarlos libremente, sin juzgarlos. Se habla de libertad sobre todo en el sentido de que el alumno sienta que es libre para buscar la congruencia básica entre el campo fenoménico de sus experiencias y la estructura conceptual de su sí-mismo, como crea que ha de hacerlo. Dentro de los "límites" im-

puestos por las instituciones y la sociedad o propios del educador, por ser necesarios para su bienestar psicológico, siempre se podrá alcanzar el ambiente descrito, a fin de asistir al alumno en sus dificultades de aprendizaje.

La congruencia del educador consiste en ser una persona satisfecha de sí-misma, con una pauta organizada de percepciones acerca de sí-misma y de sí-misma-en-relación con el alumno y con el ambiente del proceso de enseñanza-aprendizaje centrado en el alumno. En otras palabras, el educador debe ser una persona auténtica, real y espontánea, que vive sus propios sentimientos, está consciente de ello, y comunica estos sentimientos en la situación educativa, libre y convenientemente, sin imponérselos al alumno, ni influenciar los sentimientos de éste.

El proceso de enseñanza-aprendizaje es un campo de interacciones sociales, reales, educador-alumno, de persona a persona. El educador no es un instrumento para la transmisión del saber, ni un "experto" que puede aislarse. En concordancia, el alumno no es un objeto que puede manipularse por medio de recompensas y castigos, sino una persona que debe recibir consideración positiva e incondicional (no aprobación incondicional) de parte del educador, sea, aceptarse tal cual es, con todas sus experiencias, actitudes y potencialidades.

El educador debe permitirle al alumno autoevaluar los logros de su aprendizaje, sin renunciar a la evaluación externa, porque la autoevaluación ayuda al alumno a comprender la evaluación externa expresada por el educador y contribuye al desarrollo organizado de la estructura de su sí-mismo, al remitirlo a buscar los criterios evaluativos en su propia vida. Para el alumno la vida será el mejor control de su aprendizaje personal significativo. La evaluación externa enriquece el proceso de enseñanza-aprendizaje, si coadyuva a que el educador valore el éxito del alumno por la obtención de sus metas personales.

Los objetivos de la situación educativa resultan de los intereses y problemas vitales del alumno y del grupo; deben ser establecidos por ellos, y constituyen el núcleo del proceso de enseñanza-aprendizaje centrado en el alumno; por lo tanto, no son conflictivos entre sí. El grupo pequeño, como una clase, es la estrategia docente más eficaz para

alcanzar estos objetivos y para la comunicación de las actitudes básicas del educador. En un ambiente análogo al de las reuniones poco estructuradas del grupo de psicoterapia, el proceso de enseñanza-aprendizaje se centra en la libre expresión de los intereses y problemas reales del alumno. Sin la directividad tradicional del educador, el grupo-clase se siente desorientado, debido a la libre escogencia de los objetivos a alcanzar, es decir, sin rumbo, pues debe asumir la responsabilidad que implica la libertad de expresión y la búsqueda y elaboración de sus propios objetivos. El educador debe ser capaz de ajustarse al ritmo y al tiempo del grupo, aceptar a éste con sus valores e ideas, creer que su función facilitadora es significativa también a nivel grupal, y que puede ayudar a liberar la capacidad del alumno y del grupo-clase y llevarlos a lograr sus propias metas.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje interesan más las actitudes del educador que sus conocimientos intelectuales y, si el educador no las tiene, puede adquirirlas mediante un tipo de aprendizaje práctico, en el que se buscará a sí-mismo, como persona, desde la realidad y en lo más profundo de su ser. Cuando tiene estas actitudes debe correr riesgos, ensayarlas, descubrir por sí-mismo si son o no eficaces.

Eficacia del ambiente

El ambiente de enseñanza-aprendizaje centrado en el alumno ha sido explicado por un alumno de la siguiente manera:

"Recuerdo las primeras reuniones; tensión... defensividad... horribles espacios de un denso silencio... estallidos impulsivos de hostilidad... fugaces destellos de comprensión aquí y allá... confusión y racionalizaciones... sutiles proyecciones y escasas interpretaciones. Fue muy difícil para nosotros superarlo. Somos demasiado dependientes del liderazgo habitual. Nos negamos a asumir la responsabilidad de nuestro propio aprendizaje. Queríamos "sacar algo" de usted. Queríamos "sacar algo" del curso. Así satisfaríamos nuestras necesidades. Así avanzaríamos un paso más hacia nuestra meta educativa. A muchos de nosotros nos resultó muy difícil liberarnos de esa dependencia. Algunos lo lograron. En lo que a mí respecta, me arrastré durante las primeras tres o

cuatro semanas bastante confundido y algunas veces indiferente. Posteriormente comencé a leer y pensar acerca de diferentes aspectos de la psicoterapia. Estudié lo que deseaba. Me encontré trabajando por mí mismo. Aprendía por mí mismo. Estaba satisfecho conmigo mismo pero nunca me envanecí de ello. Iba a las clases para ver qué era lo que podía extraer del libre intercambio de ideas; verbalizaba las mías propias cuando sentía que podía hacerlo y escuchaba a los demás cuando elaboraban los problemas de la psicoterapia. Sentía que estaba realmente "en la cosa". Cada semana me parecía más corta. (Lamentablemente tenía otra clase a las 9:30. Me encontraba elaborando las ideas discutidas en nuestra clase, y en consecuencia perdía muchas notas esenciales de la clase de las 9:30. Las clases no debieran sucederse unas a otras de ese modo. Creo que una cantidad apreciable de aprendizaje eficaz se pierde por no dejar tiempo inmediatamente después de cada clase para pensar en el material discutido).

Me sentía completamente libre en este curso. Podía ir o dejar de ir. Podía llegar tarde o irme antes del final. Podía hablar o callarme. Llegué a conocer bastante bien a una cantidad de estudiantes. Era tratado como un adulto maduro. No sentía ninguna presión de su parte. No sentía necesidad de agradecerle; no tenía que creerle. Todo dependía de mí. Iba a mi propio ritmo y me sorprendí. Nunca leí tanto para un solo curso como lo hice con el suyo, y además creo que fue la lectura más eficaz y significativa que hice jamás. También creo que esta nueva confianza en mí mismo se transfirió a otros estudios. Mi esposa percibió mi nueva actitud hacia el estudio y mi interés vital en mi trabajo. Los dos nos sentimos felices por ello".²²

Este ejemplo describe la evolución del ambiente de enseñanza-aprendizaje rogersiano. El alumno, habituado a las experiencias pasivas de la educación tradicional autoritaria, al principio se siente perplejo y frustrado. Sin embargo, al final percibe que la confusión inicial era necesaria para poder alcanzar aprendizajes personales significativos.

Las primeras experiencias educativas de Rogers aparecen limitadas al campo de la preparación de psicoterapeutas; empezó siendo directivo en la educación de las personas y sólo alcanzó el modelo

de enseñanza-aprendizaje centrado en el alumno después de haber verificado por sí-mismo su eficacia.

Para Rogers el modelo nuevo e ideal de educación se da cuando el proceso de enseñanza-aprendizaje se centra en el alumno; un sistema en el que éste comparte con el educador la responsabilidad del proceso educativo; un sistema democrático, cuyo objetivo central consiste en crear las condiciones favorables que faciliten el aprendizaje personal del alumno; en liberar sus propias capacidades de autoaprendizaje; en desarrollarlo intelectual y emocionalmente; en otras palabras, consiste en ayudar al alumno para que se convierta en una persona de iniciativa, responsable, autónoma, dotada de una personalidad que pueda aplicar con flexibilidad los conocimientos a las diferentes situaciones de la vida diaria, con espíritu libre y creador, y pueda cooperar eficazmente con otras personas sin negarse como individuo. Rogers estima que el proceso de enseñanza-aprendizaje centrado en el alumno es una formulación ordenada y universal que se opone totalmente al modelo de la educación autoritaria tradicional.

V. CONCLUSIONES

Psicoterapia

Rogers cree que la manipulación de la persona ha sido la principal tendencia en Psicología clínica y Psiquiatría, por la desconfianza generalizada en la capacidad de la persona para responsabilizarse de sí-misma y resolver sus propios problemas. Desde esta perspectiva, Rogers señala las implicaciones de este control en función de la pérdida de la autonomía personal. Así, la psicoterapia rogersiana sitúa al sí-mismo como un concepto fundamental. La persona es un todo organizado, complejo y dinámico, que tiene una tendencia básica de crecimiento y actualización y mucho interés por los valores. El cambio psicoterapéutico incluye modificaciones en el equilibrio, organización y unidad funcional de la persona, y su objetivo es ayudarla a tener un mayor acceso a su propia experiencia interna, especialmente a la autoconciencia, con fundamento en una relación de comprensión empática, no manipulativa. Y es que, ciertamente, uno de los mayores esfuerzos de la persona es lograr aceptarse a sí-misma, dentro del cuadro de su dinámica

personal, para intentar lograr independencia, espontaneidad e integración de sus fuerzas vitales. Paradójicamente, si la persona se acepta como es cambia, con base en su propio sistema de valores, surgen intensos deseos de amor propio y estima social (paralelos) y finalmente, emerge un actitud de valor propio, que la persona utiliza para enfrentar sus luchas cotidianas.

Los principios de la psicoterapia rogersiana, individual y/o grupal, han demostrado tener posibilidades de uso constructivo en una cierta cantidad de situaciones; principalmente: en problemas familiares, vocacionales y en condiciones psicósomáticas tales como alergias, en una amplia gama de problemas neuróticos y en alguna medida con problemas sicóticos, en clínicas de higiene mental, hospitales, industrias, trabajo social, iglesias, gobiernos, relaciones grupales, y en el campo de la educación.

Educación

La concepción educativa rogersiana se encuentra en estado embrionario. Sin embargo, es una alternativa importante para enfrentar la problemática histórica actual de la educación. En este momento no es posible explorar, en un trimestre o en varios años, todo el caudal de conocimientos que surgen sobre un campo específico. Los esfuerzos deben orientarse, pues, hacia el modelo de educa-

ción permanente que propone Rogers, donde se fortalece el interés del alumno por una disciplina concreta y se sostiene ese interés con base en una motivación intrínseca y por medio de interacciones sociales adecuadas. Ciertas mejoras valiosas en la situación educativa generalmente requieren cambios institucionales importantes. No obstante, existen algunos puntos en los que el educador, por sí mismo, puede tomar la iniciativa y progresar, sin que para ello sean necesarios cambios notables en el plano institucional.

Rogers no renuncia a sus principios más personales: Ser uno mismo y tener confianza en la capacidad que tienen las otras personas para ser y hacerse ellas mismas. En concordancia, antes que un "saber" o un "saber hacer", el rogersianismo, en materia educativa, tiene como fin un "saber-ser" y aun un "saber-hacerse" como persona, de parte del alumno. Es evidente que estos principios son de gran valor educativo, y las actitudes básicas, ya discriminadas, deben existir en cualquier situación de enseñanza-aprendizaje que pretenda ser realmente educativa. Siendo una didáctica de la libertad, deposita plena confianza en el alumno, en su capacidad para autorrealizarse y autoperfeccionarse; es una concepción que valoriza al ser humano y que coloca al magisterio en una posición muy dignificante. Es preciso, empero, que sus planteamientos teórico-prácticos, francamente revolucionarios, sean bien comprendidos y mejor realizados.

NOTAS

1. Carl Rogers. "Autobiography", en: Miguel De la Puente. *Carl Rogers: De la Psicoterapia a la enseñanza*. (Madrid: Editorial Razón y Fe, S.A., 1973), pp. 31-32.
2. ——— "On becoming a person", en: Ledford S. Bischof. *Interpretación de las Teorías de la personalidad*. (México: Editorial Trillas, 1975), p. 375.
3. Miguel De la Puente. *Carl Rogers: De la psicoterapia a la enseñanza*. (Madrid: Editorial Razón y Fe, S.A., 1973), pp. 35-49, 253.
4. *Ibid.*, pp. 21-55.
5. *Ibid.*, pp. 41-54.
6. Carl Rogers. *Psicoterapia centrada en el cliente*. (Buenos Aires: Editorial Paidós, 1972), pp. 20-30.
7. ——— "Naturaleza del hombre", en: Donald A. Lemke. *Una base teórica para un programa de orientación en Centroamérica*. (San Pedro de Montes de Oca: Publicaciones de la Universidad de Costa Rica, 1969), pp. 12-18.
8. ——— *Psicoterapia centrada en el cliente*. *Op. cit.*, pp. 127-128.
9. ——— *Psicoterapia centrada en el cliente*. *Op. cit.* pp. 172-174-450.
10. ——— "The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change", en: C.H. Patterson. *Orientación autodirectiva y psicoterapia*. (México: Editorial Trillas, 1975), p. 160.

- 11 _____ Psicoterapia centrada en el cliente. *Op. cit.*, p. 40.
- 12 _____ "Counseling and Pshychotherapy", en: James O. Whittaker. *Psicología*. (México: Nueva Editorial Interamericana, S.A., 1972), pp. 550-551.
- 13 _____ "The case of Mary Jane Tilden", en: James O. Whittaker. *Psicología*. (México: Nueva Editorial Interamericana, S.A., 1972) pp. 551-552.
- 14 _____ Psicoterapia centrada en el cliente. *Op. cit.*, pp. 410-443.
- 15 Ledford S. Bischof. *Interpretación de las teorías de la personalidad*. (México: Editorial Trillas, 1975), p. 371.
- 16 *Ibid.* pp. 367-374.
- 17 Carl Rogers. *Grupos de encuentro*. (Buenos Aires: Amorrortu Editores, S.C.A., 1973), p.12.
- 18 *Ibid.*, pp. 9-12.
- 19 *Ibid.*, pp. 22-43.
- 20 *Ibid.* pp. 112-113.
- 21 Miguel De la Puente. *Op. cit.*, pp. 273-275.
22. Carl Rogers. *Psicoterapia centrada en el cliente*. *Op. cit.*, p. 338.

BIBLIOGRAFIA

- Bischof, Ledford S. *Interpretación de las teorías de la personalidad*. México: Editorial Trillas, 1975.
- De la Puente, Miguel. *Carl Rogers: De la psicoterapia a la enseñanza*. Madrid: Editorial Razón y Fe, S.A., 1973.
- Ferry, Gilles y otros. *Pedagogía y Psicología de los grupos*. Barcelona: Editorial Nova Terra, 1973.
- Grinder, Robert E. *Adolescencia*. México: Editorial Limsusa, S.A., 1976.
- Lehner, George F.J. y Kube, Ella. *La dinámica del ajuste personal*. Valencia: Editorial Marfil, S.A. 1968.
- Lemke, Donald A. *Una base teórica para un problema de orientación en Centroamérica*. San Pedro de Montes de Oca: Publicaciones de la Universidad de Costa Rica, 1969.
- Patterson, C. H. *Orientación autodirectiva y psicoterapia*. México: Editorial Trillas, 1975.
- Rögers, Carl. "Autobiography", En: De la Puente, Miguel. *Carl Rogers De la psicoterapia a la enseñanza*. Madrid: Editorial Razón y Fe, S.A. 1973.
- _____ "Counseling and Pshychotherapy", En: Whittaker, James O. *Psicología*. México: Nueva Editorial Interamericana, S.A., 1972.
- _____ *Grupos de encuentro*. Buenos Aires: Amorrortu Editores, S.C.A., 1973.
- _____ "Naturaleza del hombre". En: Lemke, Donald A. *Una base teórica para un programa de orientación en Centroamérica*. San Pedro de Montes de Oca: Publicaciones de la Universidad de Costa Rica, 1969.
- _____ "On becoming a person". En: Bischof, Ledford S. *Interpretación de las teorías de la personalidad*. México: Editorial Trillas, 1975.
- _____ *Psicoterapia centrada en el cliente*. Buenos Aires: Editorial Paidós, 1972.
- _____ "The case of Mary Jane Tilden". En: Whittaker, James O. *Psicología*. México: Nueva Editorial Interamericana S.A., 1972.
- _____ "The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. En Patterson. C.H. *Orientación autodirectiva y psicoterapia*. México: Editorial Trillas, 1975.
- Whittaker, James O. *Psicología*. México: Nueva Editorial Interamericana S.A. 1972.
- Yates, Aubrey J. *Terapia del comportamiento*. México: Editorial Trillas, S.A., 1973.