

nifiesta cuando Perls hace hincapié en que el terapeuta tiene que continuar siendo «persona», es decir, que, manteniendo toda la distancia necesaria, permanece siempre en contacto consigo mismo, por ejemplo, concibe sentimientos negativos respecto del cliente como parte del proceso terapéutico y confronta a éste con ellos.

AYUDA PARA LA AUTOAYUDA. EL CONCEPTO DE LA TERAPIA CONVERSACIONAL EN CARL ROGERS (NAC. 1902)

Rogers presenta él mismo su trabajo en vinculación con sus muy experiencias personales, con su propia socialización familiar y profesional. El fundamento de su convencimiento teórico y filosófico es encontrarse, como psicólogo, profesor, científico, etc., con los hombres en primer término como «hombre»; de ello se derivan para Rogers dos consecuencias:

1. Se está siempre afectado de un modo personal por lo que se hace en ese momento, es decir, se es personalmente parte de un trabajo científico —p. ej. de la escritura de un libro— y se es también personalmente parte de las relaciones que se tienen con los hombres; sin decirlo expresamente, Rogers emplea aquí la idea del «estar en el mundo» de Heidegger y Merleau-Ponty, así como los pensamientos de la relación entre yo y tú, mostrando paralelismos con Perls, Cohn, Maslow, Goldstein, Binswanger y Boss.

2. Hay que sacar a la luz esta relación para que la puedan ver no sólo uno mismo sino también otros hombres.

6.1. TRASFONDO PERSONAL

Por ello no es de extrañar que en los libros de Rogers se encuentren muchos materiales autobiográficos. Nos informa de que había aprendido en su «casa paterna, marcada por el pietismo»¹, a mantenerse lo más lejos posible de los otros hom-

1. 1980, 185.

bres. De acuerdo con esta concepción, las cosas positivas de la vida no sucedían «fuera» sino «en el seno de la familia». Fue un solitario, lo que se debía seguramente al hecho de que no se expresasen los sentimientos y los pensamientos privados: «Yo sabía que mis padres me querían, sin embargo no me hubiese pasado nunca por la imaginación hacerles partícipes de pensamientos personales o privados, e incluso sentimientos, pues sabía que éstos habrían sido juzgados y tenidos por deficientes»². El resultado fue que los años de su infancia estuvieron caracterizados «por la falta total de aquello que yo designaría hoy como relación interpersonal estrecha y comunicativa con otros. Mi comportamiento frente a los demás se caracterizaba por la distancia y la reserva, una reserva que había tomado de mis padres»³. En esta atmósfera de enclaustramiento y soledad —Rogers coleccionaba y criaba en esta época mariposas nocturnas «como substitutivo de la carencia de vínculos estrechos»⁴— desarrolló su interés por conversaciones terapéuticas con las personas: «Aquí existía un camino socialmente reconocido de acercarse realmente a los hombres y de saciar, quizás, un poco el hambre de comunicación que yo mismo había sentido»⁵, es decir, Rogers deja claro que su interés por los demás tiene que ver consigo mismo. Muestra también de forma muy intuitiva el desarrollo de su comprensión de la «ayuda» y lo explicita en un ejemplo en el que él, como responsable de un grupo de jóvenes del CVJM (asociación de jóvenes cristianos) quería aclarar la desaparición de dinero: «Todo apuntaba hacia un chico. Por tanto un par de consejeros y yo le apartamos para conseguir una confesión. Por aquel entonces la expresión “lavado de cerebro” no se había creado todavía, sin embargo, nosotros éramos especialistas en ello. Adulamos, argumentamos, intentamos convencer, fuimos amigables y reprochamos...»⁶ El «caso» de un niño difícil, que vino acom-

2. O.c. 185.

3. O.c. 185-186.

4. O.c. 186.

5. O.c. 189.

6. O.c. 187. Rogers caracteriza retrospectivamente este tipo de ayuda de la siguiente forma:

«Se lleva a un ser humano a que reconozca su mal comportamiento, para que luego pueda ser aleccionado sobre el camino correcto» (1980, 187).

pañado de su madre a verle al Rochester Guidance Center⁷, fue una experiencia clave para su posterior comprensión de las conversaciones beneficiosas. Mientras un colega se ocupaba del niño en una terapia de juego, Rogers mantuvo doce conversaciones con la madre. Naturalmente, a lo largo de estos doce contactos se trató siempre del niño, de un consejo profesional sobre lo mejor que se podía hacer para que éste volviese nuevamente al camino correcto. Cuando ya se quería interrumpir el asesoramiento, en la duodécima sesión, la madre pregunta: «¿Asesora usted aquí también a adultos?» y acto seguido ella se sincera espontáneamente, queda claro para Rogers que el tipo de conversaciones beneficiosas practicado por él y sus colegas no conduce a los auténticos problemas: «Lo que ella (la mujer) me explicaba no se parecía en modo alguno a la historia que le había *sonscado*»⁸.

Este camino, que iba del psicólogo «clásico» y su imagen del hombre a la concepción experimentada y desarrollada por él mismo, fue duro, trabajoso y muy largo para Rogers: «Creo, ... que he recorrido a lo largo de los años un largo camino, si se tiene en cuenta los presupuestos de los que partí: que el hombre es esencialmente malo, que, como profesional que le ayuda, lo mejor es tratarlo como objeto; que la ayuda se basa en el conocimiento especializado; que el experto tiene derecho a aconsejar, manipular y moldear al individuo para lograr el resultado deseado»⁹.

6.2. LA TEORÍA DE LA TERAPIA CONVERSACIONAL CENTRADA EN LOS CLIENTES

La terapia, es decir, la posibilidad de cambiar la personalidad humana en el transcurso del proceso terapéutico, estuvo siempre en el punto central del interés teórico de Rogers. La vinculación entre este punto teórico fundamental y su historia

7. Rogers fue director de este centro.

8. O.c. 191; el subrayado es mío.

9. O.c. 196.

vital individual se ha expuesto ya¹⁰. Todos los trabajos teóricos se centran, en último extremo en la teoría de la terapia. En una contribución a la recopilación de Koch, *Psychology. A Study of a Science* (1959), se encuentra el escrito teórico mejor fundamentado de Rogers. Necesitó casi cuatro años para escribir esta contribución y trabajó en su formulación teórica «con mayor dureza... que en todo lo demás que he escrito antes y después. Según mi concepto, ésta es la teoría del proceso de cambio formulada con mayor rigor, que yo haya creado nunca»¹¹. A pesar de ello, fue el menos conocido de sus trabajos, y Rogers escribe: «Estoy asombrado e irritado a causa de la falta de atención hacia aquello que yo considero mi exactitud teórica»¹². Aquel que quiera introducirse en la teoría del cambio de la personalidad no puede, a pesar de todo, pasar por alto esta contribución.

Sus conceptos acerca del «organismo» y sobre el «sí mismo», son de importancia fundamental. Estos conceptos se antepondrán a la exposición del concepto terapéutico:

6.2.1. *El organismo*

Rogers está íntimamente convencido de que cualquier organismo vivo, y también el hombre, está dotado de una tendencia de actualización. Aquí se muestra de acuerdo con Goldstein y Maslow¹³. Rogers asigna al organismo la capacidad de valorar experiencias, impresiones y estímulos, y que la tendencia de actualización es la escala para la valoración, es decir, el organismo valora un suceso como positivo, si éste refuerza la tendencia de actualización, y como negativo, si la contradice. La tendencia de actualización se caracteriza por una aspiración en la dirección de metas tales como salud, satisfacción de las necesidades, mediante expansión y adaptación autolimitado-

10. Ver apartado 6.1.

11. 1980, 45.

12. O.c. 50.

13. «No soy el único que considera una tendencia de autorrealización como ésta como respuesta fundamental a la pregunta de lo que mantiene a un organismo en marcha. Goldstein, Maslow (1954)... defendieron visiones semejantes e influyeron sobre mi propio pensamiento» (1978, 267).

ra¹⁴, desarrollo corporal y espiritual en el campo de tensión entre autonomía y adaptación, dependencia e independencia, integración y diferenciación. La naturaleza humana se considera en el fondo y con profundidad positiva, tanto en lo referente al desarrollo individual como en la confrontación constructiva y creativa en relaciones con otros seres humanos y con el mundo. De este modo, para Rogers, toda elección realizada por los seres humanos es expresión de la búsqueda de autorrealización, de desarrollo total. Esta aspiración a la completitud personal es para él una característica de la existencia humana. A diferencia de Maslow y Bühler, para los que la autorrealización es algo así como un «punto» en la vida del hombre, que éste alcanza, en caso de hacerlo, hacia el final de su vida, Rogers concibe la autorrealización más bien como un «proceso»¹⁵. Todo ser humano plantea, en su opinión, dos preguntas: «¿Quién soy?» y «¿Cómo puedo convertirme en "mí mismo"?»¹⁶ Para contestar a estas preguntas el hombre debe atravesar una maraña de máscaras de defensa antes de «descubrir al extraño que ha vivido tras ellas, al extraño: él mismo»¹⁷. Un hombre que sigue este proceso es, según Rogers, una persona que «desarrolla confianza en su propio organismo, que hace valoraciones a partir de *sí mismo*, ... que (ve) su vida como un *proceso* que fluye, en el que descubre constantemente nuevos aspectos de su ver en la corriente de su experiencia»¹⁸. Un proceso de actualización como éste, que se prolonga a lo largo de toda la vida, contiene «un expandirse y desarrollarse... hacia un ser, en el que se *es*, cada vez más, sus propias posibilidades. El coraje para ser está comprendido en él. Significa entregarse completamente a la corriente de la vida. Esto es, sin embargo, lo más excitante para los hombres: cuando el individuo es interiormente libre y elige, como la «vida buena», este *proceso del devenir*» (*Process of Becoming*)¹⁹.

14. Ver Bühler, apartado 8.

15. «Espero que sea... evidente que el acento está en el proceso y *no en los estados finales del ser*» (o.c. 387; el subrayado es mío).

16. «How may I become myself?»

17. 1973, 129.

18. O.c.; el subrayado es mío.

19. O.c. 195, or. 196; el subrayado es mío.

6.2.2. *El sí mismo*

Partiendo en un principio de William James (1842-1910)²⁰, que puso los fundamentos de la formación de la teoría acerca del sí mismo, la concepción de éste se desarrolló fundamentalmente en dos direcciones: por un lado, hacia el «sí mismo como objeto», que caracteriza las autopercepciones y autovaloraciones del ser humano en las que se expresa el modo de pensar de una persona acerca de sí como objeto; y, por otro lado, el «sí mismo como proceso», donde el sí mismo se ve como actuante activo. En oposición a concepciones anteriores, por ejemplo al psicoanálisis, no se refiere en ambos casos a una instancia profundamente anclada en el ser humano, sino que con los conceptos del sí mismo se designan el objeto de los procesos psicológicos, como pensar, recordar o percibir, o los mismos procesos psicológicos.

El lugar de estos procesos es para Rogers la realidad experimentada a través del organismo, el campo «fenoménico»²¹, un marco de referencia individual, que conoce tan sólo el propio individuo²².

Si bien el campo fenoménico no es idéntico al de la conciencia, las experiencias conscientes e inconscientes y los sucesos son igualmente componentes del campo fenoménico, dado que el organismo es sensible a las experiencias de ambos campos, y el comportamiento adecuado de un individuo resulta, en último término, de las comparaciones de las experiencias conscientes con la realidad «de fuera», es decir, de la contraposición de las realidades subjetiva y objetiva. Este proceso acarrea problemas en cuanto supone la capacidad del individuo de poder diferenciar entre una imagen subjetiva, que no reproduce de forma adecuada la realidad, y una que corresponde a ella. Rogers defiende aquí la concepción de que la imagen subjetiva que el ser se hace de la realidad es un supuesto previo que se confirma o se rechaza más tarde mediante la com-

20. *The Principles of Psychology*, Nueva York 1890; sobre todo el capítulo 10.

21. Rogers toma este concepto de Combs y Snygg, 1959, 15 y 58.

22. «Nunca puede ser conocido por otro, si no es mediante una interferencia empática, y, aún así, nunca puede ser perfectamente conocido» (Rogers, 1959, 210).

probación de la realidad. Rogers denomina a esta estructura de comprobación el «sí mismo», que se separa a lo largo del desarrollo del ser humano más y más del campo fenoménico; lo define como «la *Gestalt* organizada y conceptualmente consistente, formada por percepciones de las características del “yo” o “a mí” y por las percepciones de la relación entre el “yo” o “a mí” con otros y los diferentes aspectos de la vida, junto con los valores ligados a estas percepciones. Es una *Gestalt* accesible a la conciencia (*awareness*), aunque no necesariamente consciente. Es una *Gestalt* fluida y cambiante, un proceso, pero en un determinado momento es una *entidad* específica...»²³ En este concepto del sí mismo es importante notar que el ser humano no *tiene* un sí mismo, sino que *es* sí mismo; es un amontonamiento de experiencia que se representa a través del sí mismo; a pesar de que el sí mismo se encuentra constantemente en un proceso fluido de cambio, su estructura integrada y ordenada se conserva siempre.

A pesar de que una persona se aleje cada vez más en su personalidad de la realidad, esto va frecuentemente acompañado de un estado de coincidencia interna con la propia imagen (consistencia). El concepto de la consistencia del sí mismo, que Rogers toma de Lecky (1945), contiene la aspiración del organismo al mantenimiento del orden interno. En el marco del desarrollo de una estructura de valores, el individuo se valora finalmente a sí mismo; esta valoración del sí mismo es la base psicológica de su existencia y sus experiencias se organizan de tal forma que el sistema de valores existente no pueda desequilibrarse. Por ello, según Rogers el organismo humano intentará comportarse por regla general de tal forma que —en principio independientemente del entorno— el comportamiento mostrado sea consistente con el concepto propio, es decir, que coincidan.

La coincidencia (*congruence*) o la no coincidencia (*incongruence*) pueden darse, según Rogers, por tres caminos distintos²⁴:

23. O.c. 200; el subrayado es mio.

24. 1959, 203 y 205-206.

— entre el sí mismo, tal y como lo percibe el individuo, y la vivencia orgánica concreta (consistencia),

— entre la realidad subjetiva del campo fenoménico y la realidad del mundo «de fuera»,

— entre el sí mismo y un sí mismo deseado (*ideal self*); Rogers designa con *ideal self* el concepto del sí mismo «que más le gustaría poseer al individuo, sobre el que éste sitúa el máximo valor para él mismo. En todos los demás aspectos se define de igual modo que el concepto del sí mismo»²⁵.

El estado de incongruencia es amenazante para el ser humano cuando no penetra en la conciencia. Por regla general, las diferencias entre, por ejemplo, la propia imagen y la experiencia concreta llegan a la conciencia gracias a que el ser humano simboliza sus experiencias; es, sin embargo, igual de posible que no se simbolicen las experiencias y queden hurtadas a la conciencia, con lo que el concepto del sí mismo del organismo continúa coincidiendo (consistencia) con la experiencia; de ahí que una incongruencia entre la percepción y la experiencia represente una amenaza para la consistencia. El organismo rechaza esta amenaza negando o deformando la experiencia hecha. La consecuencia es que estas experiencias no se integran en la estructura de la personalidad, sino que permanecen «ante su puerta», generan miedo y ponen en marcha procesos defensivos.

Rogers explica las perturbaciones del desarrollo infantil precisamente en este punto: la diferencia entre el sí mismo y la experiencia. Sin embargo, parte en principio de que para el niño es una necesidad central ser amado y reconocido, no sólo por sus padres sino también por el entorno. Cuando un niño experimenta «atenciones incondicionalmente positivas»²⁶ por parte de sus padres no hay motivo para que rechace las percepciones o experiencias propias y construya un sistema de reconocimiento propio (*Self-regard*)²⁷. Si no recibe fundamentalmente esta atención y reconocimiento, tiene que orientarse cada vez más en los valores de otros, p. ej., los de los padres,

25. O.c. 200.

26. O.c. 223.

27. O.c.

pues depende de la atención. Esto conduce rápidamente a que el comportamiento del niño esté influido en mayor medida por las valoraciones de otros que por su propia valoración; se produce una discrepancia entre la valoración y la experiencia. Sucede con frecuencia que los padres hacen que su amor, calor y dedicación, así como su respeto, dependan en toda regla de ello, y el niño no tiene más remedio que ignorar sus propias experiencias; si no quiere perder el amor de los padres, tiene que aceptar las experiencias que él no ha hecho y negar las hechas por él mismo ante la conciencia. El resultado es que su autoconcepto muestra, más o menos, elementos «extraños», es decir, que no son resultado de sus propias experiencias.

6.2.3. Desarrollo de la psicoterapia conversacional

Se puede dividir el desarrollo de la teoría de la psicoterapia de Rogers en tres fases. La primera (1940-1950) se caracteriza por la acentuación del comportamiento no directivo del terapeuta, con el punto central de la reflexión de los sentimientos del cliente por parte del terapeuta (*empathy*, comprensión compenetradora). Rogers se distancia en un artículo posterior de esta concepción. Recuerda lo excitante de la época en que empezó con la investigación científica de los desarrollos de las conversaciones: «Apenas puedo describir nuestra excitación de entonces, cuando nos agrupábamos alrededor del magnetófono en el que podíamos oírnos a nosotros mismos y pasábamos una y otra vez los pasajes críticos en los que la conversación se dispersaba claramente»²⁸. Era la época en la que él y sus colaboradores —entre otros una alumna de Rank— llegaron a la conclusión de que «la mejor respuesta de un terapeuta consistía en “reflejar” los sentimientos del cliente —una palabra que con el correr del tiempo llegó a horrorizarme, pero que en esa época mejoraba mi trabajo como terapeuta»²⁹. Rogers tuvo que reconocer que la exigencia de un comportamiento empático con-

28. 1980, 75.

29. O.c.

llevaba grandes problemas, pues personas diferentes entendían por ello cosas distintas. Así, algunos terapeutas entendieron la «no directividad» más bien como «pasividad» y parecían carentes de interés; otros intelectualizaron el proceso terapéutico haciendo de él una técnica de formulación.

En la segunda fase (1950-1957), Rogers desplazó por ello el punto central desde un comportamiento terapéutico no directivo hacia uno centrado en el cliente. La acentuación estaba ahora en la congruencia, en la autenticidad del comportamiento, con lo que Rogers quería poner de manifiesto que la empatía sólo puede potenciar desarrollos beneficiosos en las conversaciones terapéuticas cuando se la practica no como técnica, sino cuando es expresión de la *postura* del terapeuta. Tausch y Tausch, cuyo gran mérito es haber dado a conocer el concepto de Rogers en Alemania, definen la empatía como «comprensión no valorativa y compenetradora del mundo interno del otro», que se da cuando la persona que ayuda intenta «sentir e imaginarse el mundo de vivencias del otro junto a su sentir y significados personales, que éste vive en cada momento y que se encuentran detrás de sus afirmaciones. Ella se imagina el mundo interno de vivencias y la corriente de vivirlas... como si lo hiciese desde la “cara interna” del otro», es «un esforzarse por introducirse bajo la piel del otro, por andar dentro de sus zapatos algunos pasos en su mundo de vivencias»³⁰. En Tausch y Tausch encontramos también «lo que *no* es la comprensión empática: no consiste en afirmaciones superficiales y retóricas como “entiendo”, “entiendo lo que le hace actuar”, “ya entiendo lo que usted piensa, pero...”, “a mí me ha sucedido algo parecido a usted”. No es una pseudocomprensión, ni una hipocresía de interés y participación. No es un analizar, diagnosticar ni un explicar causal o un interpretar intelectual... no es una valoración del mundo interno de vivencias del otro»³¹. Cuando Rogers entre 1950 y 1957 pone énfasis en la «postura», entonces esto implica también el participar o estar personalmente afectado del terapeuta en la situación conversacional. La

30. Tausch y Tausch 1979, 32-33.

31. O.c. 34.

comprensión empática «no es pasividad, callar sin estar afectado uno mismo y sin actividad participativa. Es, por el contrario, una preocupación intensa por el otro, que frecuentemente afecta e influye profundamente al que ayuda»³². Esto tiene asimismo mucho que ver con la congruencia³³; pues la comprensión empática es rápidamente «técnica» cuando el comportamiento del terapeuta no es auténtico; y es por el contrario efectiva y beneficiosa cuando va acompañada de la autenticidad. En un trabajo, que podemos calificar ya de clásico, del año 1957³⁴, Rogers menciona de forma abreviada las condiciones para un cambio terapéutico de la personalidad:

1. Dos personas están en contacto mutuo.

2. La primera persona, a la que llamamos cliente, se encuentra en un estado de desorden interno, de vulnerabilidad o de miedo.

3. La segunda persona, a la que llamamos terapeuta, se encuentra en un estado de coincidencia interna (al menos durante el encuentro y en lo que se refiere al objeto de la relación con el cliente).

4. El terapeuta ofrece al individuo dedicación positiva y sin condiciones.

5. El terapeuta se preocupa por la comprensión empática del punto de referencia interna del cliente.

6. El cliente se da cuenta —por poco que sea— de la existencia de la dedicación positiva y sin condiciones y de la comprensión empática por parte del terapeuta.

En la tercera fase del desarrollo de la terapia conversacional (1957 hasta la actualidad), Rogers centró la mirada sobre la situación, sobre la atmósfera y sobre el encuentro entre las personas. La comprensión, derivada de ello, de lo que son las conversaciones beneficiosas se desarrolla de ahora en adelante cada vez más lejos del aspecto, más bien técnico, de la verbalización de los sentimientos, y se orienta más hacia un encuentro entre seres humanos, en el que el terapeuta acepta la relación y muestra también algunos sentimientos: «es un sentirse en trance en

32. O.c. 35.

33. Tausch y Tausch lo llaman autenticidad, ser sin fachada, o.c. 86.

34. «Journal of consulting psychology» 21, 2 (1957) 95-103.

la relación, del que tanto el cliente como yo emergemos, al final de la hora, como de un pozo o túnel profundo. En estos instantes existe una auténtica relación yo-tú, para emplear una expresión de Buber, un vivir intemporal en la experiencia *entre el cliente y yo*³⁵. Cada vez queda más claro que se trata ya no sólo de formas de conversación beneficiosas en la terapia, sino de encuentros beneficiosos entre seres humanos. Esto queda claro también en el desarrollo de los conceptos: Primero se habló de «pacientes», más tarde de «clientes» y finalmente de «ayudantes» (*facilitator*), y la forma de conversación era primero «no directiva», más tarde «centrada en el cliente» y finalmente «centrada en la persona». Rogers vio cada vez más claro que él no «había entrado en un nuevo método, sino en otra filosofía de la vida y de la relación»³⁶.

6.2.4. Los comportamientos terapéuticos fundamentales en la psicoterapia conversacional

La relación interhumana se convierte en fundamento básico para la formulación de los comportamientos terapéuticos o posturas fundamentales.

En un artículo publicado en 1962 que lleva por título «La relación interhumana: el elemento soporte de la terapia» deja claro que quiere que se entiendan los comportamientos terapéuticos básicos como congruencia, empatía así como valoración y aceptación sin condiciones, sobre el fondo de un *encuentro* en el sentido buberiano.

Congruencia. Rogers entiende por congruencia, en primer término, la coincidencia con uno mismo. Parte de que «se favorece un desarrollo personal en tanto el terapeuta viva lo que es en realidad, cuando en su relación con el cliente permanece auténtico y sin fachada, es decir, vive abiertamente las sensaciones y posturas que le mueven en ese instante. ... Esto significa que él se vuelca en un encuentro personal y directo con

35. 1973, 200.

36. 1980, 192.

su cliente cuando se presenta ante él de persona a persona. Significa que es completamente él mismo y que no reniega de sí mismo»³⁷. Añade de forma limitadora que probablemente no existe nadie que domine esto por completo, pero «cuanto mayor sea la capacidad del terapeuta para tener en cuenta de forma receptiva lo que sucede en él mismo y cuanto mejor logre *ser* sin miedo aquello que resulta de la diversidad de sus sentimientos, tanto mayor será la coincidencia consigo mismo»³⁸. Rogers intenta quitar a la relación terapeuta-cliente el aura de una jerarquía en apariencia dictada por la naturaleza; que el terapeuta y el cliente son ambos seres humanos no se puede borrar mediante las diferencias en cuanto al saber y los grados académicos; que ambos son iguales en lo referente a que son seres humanos debe sentar la base para la terapia: «Espero que quede claro que me refiero a un encontrarse real del consejero que es profundo y sincero, y no se queda en la superficie. De vez en cuando pensaba que la palabra transparencia³⁹ ayuda a describir este elemento de congruencia personal. Si todo lo que sucede en mí y que es determinante para la relación (entre los seres humanos) puede ser visto con claridad por mi cliente, es decir, que puede «mirar con claridad a través mío», y cuando tengo el deseo de hacer aparecer esta autenticidad en la relación, entonces puedo estar casi seguro de que ésta se transformará en un encuentro, que significará en verdad algo y en el que ambos aprenderemos algo y continuaremos desarrollándonos»⁴⁰.

Empatía. La empatía se conoce entre nosotros como «comprensión empática no valorativa»⁴¹. Éste es, posiblemente, el punto más difícil del comportamiento del terapeuta. A Rogers se le ha malentendido a menudo a este respecto y se le continúa malentendiendo. Lo que él quiere decir y lo que los demás entienden o hacen de ello han sido y son con frecuencia cosas

37. 1962, 181-182.

38. O.c. 182.

39. Este aspecto lo ha tomado Rogers en esta forma evidentemente de S. Jourard; ver S. Jourard: *The transparent self: Self-Disclosure and well being*, Princeton 1964.

40. O.c. 183-184.

41. Tausch y Tausch 1979, 31 y siguientes.

muy distintas. En este punto dejaré hablar principalmente a Rogers para que el lector pueda hacerse una imagen lo más auténtica posible. La empatía *no* es «una técnica torpe de la pseudocomprensión...», en la que el consejero “refleja” tan sólo lo que su cliente acaba de decir. Las interpretaciones de mi enfoque, que a veces se han introducido en la educación y formación posterior, tengo que desaprobárselas de manera rotunda»⁴². Hay que añadir aquí también que es poco típico de Rogers un tono como éste, muestra tan sólo lo profundamente insatisfecho que está con este desarrollo⁴³.

Para Rogers, un terapeuta o consejero muestra su empatía cuando «siente el mundo interno del cliente, con todos sus significados muy personales, como si fuese el suyo propio, ... siente la confusión del cliente, su miedo, su ira o su sentimiento de ser tratado de forma injusta, como si esos sentimientos fuesen los suyos propios y no se enreda en ellos con su propia inseguridad, miedo o ira»⁴⁴. Volcarse por completo hacia otra persona, «un completo dejarse ir en la comprensión»⁴⁵, sin convertirse en «técnico», ésta es la meta declarada: «Pienso que el cambio se presenta con probabilidad cuando el terapeuta puede abarcar la vivencia que tiene lugar, por momentos, en el mundo interno del cliente, cuando ve y siente como el cliente, pero sin perder la independencia de su identidad en este proceso de la comprensión»⁴⁶.

Rogers explica de un modo que impresiona cómo alcanzó el conocimiento a través de la práctica y el trabajo con otras personas. El «suceso decisivo» para él, del que ya se ha hablado antes, consistió en que una madre fue con su hijo a la clínica. Rogers y un colega suyo llegaron al resultado de que «el problema principal residía en la actitud de rechazo de la madre respecto del hijo», y decidieron que Rogers debía tratar el pro-

42. 1962, 185.

43. En un trabajo posterior escribe: «Al cabo de pocos años se conocía todo el principio como “técnica”. La terapia no directiva, como se decía, es la técnica de reflejar los sentimientos del cliente. Una caricatura aún peor fue la siguiente: durante la terapia no directiva se repite la última palabra del cliente. Estaba tan turbado a causa de estas deformaciones de nuestro principio que durante muchos años no quise oír casi nada acerca de la atención empática...» (1980, 76).

44. 1962, 184.

45. 1961, 202.

46. 1962, 185.

blema con la madre mientras el colega llevaba a cabo con el niño una terapia de juego. Rogers intentó ayudar a la madre, comprender su comportamiento y extraer de ello conclusiones acerca de la relación con su hijo. El resultado fue insatisfactorio: «No sirvió de nada. Tras aproximadamente doce conversaciones le dije que lo habíamos intentado sin conseguir en realidad nada y que sería mejor dejarlo todo. Se mostró de acuerdo. Cuando estaba a punto de abandonar la habitación, se volvió y me preguntó: “¿Aconsejan aquí también a adultos?” Confuso contesté que en algunos casos sí, a lo que volvió a su silla y me explicó como un torrente la historia de las dificultades entre ella y su marido, y acerca de su gran necesidad de ayuda. Yo me encontraba totalmente desbordado. Lo que me explicaba no se parecía en modo alguno a la sencilla historia que yo le había *son sacado*. Apenas sabía qué hacer, por de pronto la escuché... esta experiencia tuvo una enorme significación para mí. *Yo la había seguido, y no ella a mí*. Sencillamente había estado escuchando en lugar de conducirla a la comprensión diagnóstica que yo ya había alcanzado»⁴⁷. De esta forma, el terapeuta no es más que un puente entre dos capacidades que residen ya en el interior del cliente cuando viene a la terapia: la capacidad de perfección del organismo se liga a la capacidad de decisión del individuo: terapia como ayuda para la autoayuda.

Valoración y aceptación sin condiciones. La relación con el cliente no es neutral ni distante, sino que se caracteriza por un compromiso emocional. El mismo Rogers lo denomina una «especie de inclinación que tiene fuerza y que no exige». La libre expresión de los sentimientos debe potenciarse mediante la atención y no valoración del terapeuta frente al comportamiento y vivencia del cliente como persona independiente⁴⁸. Esto no significa que el terapeuta encuentre bien todo lo que el cliente diga, piense o sienta, sino que el cliente sea aceptado en su ser así sin prejuicio ni valoración.

47. 1980, 191-192, el subrayado es mío.

48. «El sentimiento que describo no es ni patriarcal ni sentimental, ni tampoco de una donación superficial y amable. Considera al otro ser humano como un individuo independiente y no toma posesión de él» (o.c. 186).

6.2.5. Efectos de los comportamientos terapéuticos fundamentales

La meta de Rogers en la terapia y, como veremos más adelante, su interés principal en el encuentro entre seres humanos es: «Ser el sí mismo que uno es en realidad»⁴⁹. Esta cita de Kierkegaard⁵⁰ encabeza el octavo capítulo de su libro *On Becoming a Person*⁵¹, y expone de forma detallada los desarrollos y cambios que muestran los seres humanos cuando se encuentran a sí mismos⁵²:

- fuera de las fachadas,
- fuera del «en realidad yo tendría que» (*away from oughts*),
- fuera de la satisfacción de expectativas culturales,
- fuera de agradar a otros,
- desarrollo hacia la autodeterminación (*self-direction*),
- desarrollo hacia el proceso de llegar a ser (*being process*),
- desarrollo hacia la apertura de la experiencia,
- desarrollo hacia la complejidad (*being complexity*),
- desarrollo hacia la aceptación de otros,
- desarrollo hacia la autoconfianza (*trust of self*).

Las experiencias habidas en la práctica psicoterapéutica y pedagógica con el enfoque centrado en las personas han demostrado que el ser humano, cuando puede decidirse por emerger de detrás de su fachada y expresar sus verdaderas emociones, tiene la experiencia de que sus sentimientos, por muy contradictorios que puedan parecerle, pueden ser una base de la vida. Las estrategias de defensa (con la tendencia del «fuera de ...», ver antes) se reducen entonces al mínimo, haciéndose posible una auténtica comunicación con los demás seres humanos y con uno mismo («desarrollo hacia ...», ver antes). Las nuevas acciones y metas del ser humano, reavivadas a partir del potencial desperdiciado, se vuelven más auténticas, más ciertas

49. «To be the self that one truly is.»

50. *Die Krankheit zum Tode*, Jena 1924; vers. cast.: *La enfermedad mortal*, Guadarrama, Madrid 1969.

51. 1961, en alemán: *Entwicklung der Persönlichkeit*, 1973.

52. Ver 1973, 167 y siguientes.

y más llenas de riesgo, ya que no están tan determinadas desde fuera, sino que lo son desde el interior de la persona. En la libertad de la relación terapéutica, el ser humano logra que su satisfacción no dependa de «soluciones» que deban alcanzarse en puntos determinados; logra «dejar caer estas metas fijas y encontrar una mayor satisfacción en la comprensión de que no es un ser determinado de una vez por todas, sino que se encuentra en un *proceso de desarrollo*» (*process of becoming*)⁵³.

6.3. DIGRESIÓN: INFLUENCIA DE OTTO RANK SOBRE CARL ROGERS

El impulso psicológico decisivo partió, en mi opinión, de Otto Rank, a pesar de que sólo he encontrado un pasaje en el que Rogers conceda importancia a este encuentro: «El contacto personal con Rank se limitó a un encuentro de tres días que habíamos concertado; sin embargo, su pensamiento tuvo un impacto muy decisivo en nuestro grupo y me ayudó a cristalizar muchos de los métodos terapéuticos que ensayábamos»⁵⁴.

La influencia, que tuvo Rank sobre el pensamiento de Rogers, se manifiesta con más claridad en el libro de Rank *Die analytische Reaktion in ihren konstruktiven Elementen*⁵⁵. En él aparecen numerosos pensamientos que catalizan o encuentran su continuación, más tarde, en la terapia centrada en los clientes pero también en las teorías de Rogers acerca de la personalidad, de las relaciones entre los seres humanos así como de la *Fully Functioning Person*.

La psicología volitiva en Otto Rank. Otto Rank (1884-1939), él mismo psicoanalista, pertenece junto con Jung (1875-1961), Adler (1870-1937) y Reich (1897-1957) a los psicoanalistas más conocidos expulsados del círculo de fundadores del entorno de Freud a causa de «herejía», pues no aceptaron el determinismo biológico y la imagen pesimista del ser humano a él ligada. Rank no procede, como la mayoría de los psico-

53. 1973, 127-128, or. 122; el subrayado es mío.

54. 1959, 187.

55. Aparecida en 1929 como vol. 2 de su obra *Technik der Psychoanalyse*.

analistas, de la medicina; sus intereses estaban muy dispersados. Se interesó profundamente por ingeniería, historia, arte, psicología y filosofía. La ruptura con Freud se produjo, porque para Rank la *voluntad* del ser humano, como fuerza integradora de una personalidad total, faltaba en la concepción psicoanalítica de Freud, y porque Rank pensaba además que Freud minusvaloraba la importancia del trauma del nacimiento. Para Rank el trauma del nacimiento era la base de un concepto envolvente en relación con la libertad y la voluntad del ser humano. Definía la voluntad como fuerza que tiene una función integradora para el desarrollo de una personalidad total. Para Rank está claro que no se puede tener acceso científico al ser humano y no se le puede ayudar terapéuticamente cuando nos limitamos a un análisis por separado de sus fuerzas biológicas y sociales. Al ser humano se le hace justicia sólo cuando se le concibe constantemente en una lucha activa y voluntaria consigo mismo y con el mundo.

Hay que situar la voluntad en relación con procesos naturales como el nacimiento, el crecimiento y la muerte. La voluntad es el impulso orgánico para la supervivencia y está por ello relacionada con dos necesidades fundamentales:

1. Separación (voluntad),
2. Unificación (amor),

que deben estar en equilibrio mutuo. Rank describe dos tipos de miedo con los que el ser humano debe aprender a tratar en este contexto:

1. *El miedo a la vida (o miedo a la separación)*: el embrión forma una unidad simbiótica con su entorno (totalidad) en la placenta. El nacimiento significa la muerte de esta unidad y como consecuencia de él: miedo ante la vida. Se trata aquí menos de un miedo psicológico que de un miedo fundamental que se prolonga a lo largo de toda la vida, que aparece siempre cuando el ser humano se mueve de un nivel de desarrollo a otro.

Se puede expresar también de forma positiva: es el miedo que hace posible que el ser humano pueda acceder a un nivel más complejo con una personalidad reforzada a partir de crisis

y experiencias subjetivas; nos referimos al miedo que aparece siempre allá donde se producen riesgos y crecimiento creativos.

2. *El miedo a la muerte*: Rank quiere que estos dos miedos se conciben en un equilibrio dependiente:

- el miedo a la vida (que resulta de la separación) provoca actividad de la voluntad hacia la seguridad (unificación),
- el miedo a la muerte (que resulta de la seguridad y la unificación) moviliza las energías de la voluntad en dirección a la separación.

Rank no niega la existencia de impulsos biológicos (p. ej. sexualidad, hambre, etc.), pero rechaza que dichos impulsos determinen ellos solos la personalidad.

¿Cómo se imagina por tanto Rank el desarrollo del ser humano desde la infancia hasta la madurez? El trauma del nacimiento activa, como se ha indicado antes, la voluntad. Los procesos liberadores siguientes (p. ej. el paso del niño del pecho al biberón) conducen a una mayor individualidad y autonomía de éste, hasta que en algún momento el niño siente conscientemente, concibe su sí mismo como una unidad y su voluntad como una fuerza integradora. Que el ser humano pueda decir p. ej. «no» a lo que el entorno presenta, transmite al niño la experiencia consciente de su propia persona como unidad independiente del cuerpo de la madre y del entorno. Ésta es para Rank la experiencia central de cualquier ser humano: el descubrimiento de la propia voluntad como clave para el desarrollo de la identidad creativa de un sí mismo creativo.

Para Rank, sólo se le hace justicia al ser humano cuando se le concibe constantemente en lucha activa y *voluntaria* consigo mismo y con el mundo. El psicoanálisis, por el contrario, se apoya en que el hacer consciente lo inconsciente, el desahogo de los afectos en la catarsis o la relación de transmisión son la base para la solución de los males psíquicos. Para Rank esta concepción tenía que fracasar, porque dejaba al que buscaba ayuda siempre en la pasividad, dependencia y debilidad de la voluntad; es decir, los problemas, a causa de los cuales el paciente acude a la terapia, es decir, precisamente pasividad, dependencia y debilidad de la voluntad, caracterizaban también la situación terapéutica, esto es: la relación entre el terapeuta y

el paciente. Esto significaba para Rank un callejón sin salida del que tanto el paciente como la teoría terapéutica podían salir solamente, si se lleva a la práctica «lo que actúa en toda relación entre seres humanos y la condiciona: esto es, la *voluntad*. Chocan dos voluntades entre sí de las cuales o una se somete a la otra o ambas luchan entre sí y contra sí por el dominio»⁵⁶.

El objetivo de la terapia consiste para Rank en que «el neurótico aprenda sobre todo a querer, es decir, que pueda querer sin experimentar sentimientos de culpa a causa del querer». Exige con ello un reconocimiento abierto y positivo de la voluntad y el querer humanos y se opone, por contra, a que el psicoanálisis haya negado siempre el «hecho de la voluntad» y lo «nombre una vez dios y otra destino, o lo asigne un ello»⁵⁷. En cambio, al considerar el psicoanálisis la voluntad como el «mal original»⁵⁸ del aparato psíquico, se llega a una situación terapéutica casi esquizofrénica: el terapeuta trata la voluntad del paciente como una «resistencia» produciendo sentimientos de culpa en éste, pues la «resistencia» es algo que él debe superar, es decir, al revés, se considera positivo cuando el paciente ha superado sus resistencias, es decir: ha aprendido a desconectar su voluntad. Rank quiere sacar a la terapia de este callejón sin salida definiendo el querer del ser humano como algo positivo, lo que el neurótico debe (re)aprender; para Rank lo «auténticamente valioso desde el punto de vista terapéutico es ... la expresión de la voluntad como tal, que se puede manifestar en las situaciones analíticas sólo como "resistencia", "protesta", es decir, pero tan sólo como voluntad contraria»⁵⁹.

Rank pone esto de manifiesto en el ejemplo de la «fijación del término», que, partiendo de su concepción, introdujo en la terapia como momento activo. La fijación del término afecta a la determinación del instante en el que hay que finalizar la terapia. Para Rank éste era un buen ejemplo de un conflicto de voluntad entre el terapeuta y el paciente, y quiso evitar convertir esta situación «a la fuerza en manzana de la discordia sino

que pretendió resolverla mediante *elección* como un puro conflicto interno de voluntad»⁶⁰; pues en este proceso se activan tanto la «voluntad» del paciente (querer acabar la terapia en el sentido de «curarse»), como al mismo tiempo también su «voluntad contraria» (de mantener la situación de terapia para no perder la dedicación y atención del terapeuta). Rank consigue concebir este conflicto de voluntades de modo fundamentalmente positivo como «capacidad humana de movilizar simultáneamente la voluntad y la voluntad contraria»⁶¹. La interacción entre el terapeuta y el paciente se caracteriza, porque «la voluntad del paciente no debe romperse sino reforzarse»⁶².

La proximidad con el pensamiento de la filosofía existencialista así como la concepción goldsteiniana del «placer por la tensión»⁶³ queda clara cuando Rank, si bien continúa preso del pensamiento psicoanalítico, desarrolla sin embargo una imagen completamente distinta del ser humano: el neurótico no es un individuo enfermo que lucha por convertirse en «normal», sino un individuo que se rebela, que lucha por ser libre —y estar simultáneamente ligado—. El hombre llamado «normal» supera muchas de estas luchas frecuentemente dolorosas, pero el precio es muy alto: estancamiento del desarrollo y muerte psíquica.

La relación con Rogers se hace evidente si contemplamos el modo en que Rank, sobre la base de su imagen del ser humano, desarrolló consecuentemente una concepción de la terapia que se basa en las siguientes directrices:

1. *La terapia no es una técnica sino una actitud*: Rank parte de que el cliente *reacciona*⁶⁴ a toda la situación terapéutica, y el terapeuta por el contrario, representa en primer término la parte activa de la «acción terapéutica»; este comportamiento activo debe potenciar, sin embargo, un proceso constructivo, y el terapeuta no puede usarlo técnicamente como si fuera una herramienta: «Por tanto el terapeuta no aprende de forma prác-

56. 1929, 16.

57. O.c. 19.

58. O.c. 20.

59. O.c. 23.

60. O.c. 24.

61. O.c. 25.

62. O.c. 27.

63. Ver 4.2.

64. Ver 1929, 6.

tica, en el transcurso del análisis didáctico, reglas ni preceptos, trucos y trampas, teorías generales e interpretaciones típicas, en una palabra, no aprende una determinada teoría y técnica del psicoanálisis sino a "analizar", es decir, en mi sentido, *comprensión y dominio de la situación*⁶⁵. Por tanto, para Rank la terapia tiene mucho que ver con una actitud filosófica, y él estuvo «tentado durante algún tiempo de escribir una "filosofía de la ayuda" en lugar de una técnica del psicoanálisis»⁶⁶. Una ayuda como ésta exige una *actitud* muy determinada a través de la cual las técnicas y métodos terapéuticos actúan de modo constructivo⁶⁷. A Rank lo que le importa es la «actitud total del analista acerca de toda la experiencia terapéutica ... Si desde un principio la voluntad del paciente se convierte en *portadora de toda la acción terapéutica*, entonces no hay prácticamente lugar para la cuestión de si su tendencia de liberación es "sólo" un deseo o simplemente una "resistencia"»⁶⁸. Con esto separa Rank claramente su terapia volitiva del psicoanálisis: «La una (el psicoanálisis) quiere actuar de forma educativa, la otra de modo constructivo, es decir, *autoformativa*»⁶⁹.

2. *Comprender viviendo las propias sensaciones*: Dado que Rank, en su concepción de la terapia, se apoya⁷⁰ claramente en las fuerzas autocurativas del individuo, juzga con dureza la forma de aproximación moralista y educativa del psicoanálisis de Freud: «Una terapia constructiva tiene que conducir al paciente a una auténtica autocomprensión que no tiene que hacer el rodeo educativo a través del analista que puede inducir al paciente a la autocomprensión»⁷¹. Rank distingue aquí con claridad entre una comprensión cognitiva y una conforme a las vivencias. Distingue el «hacer consciente, que es en realidad un aclarar, indicar» del «volverse consciente como un proceso que se des-

65. O.c. 10; el subrayado es mío.

66. O.c. 4.

67. «Comprensión humana..., que tiene que transformarse de manera espontánea en conocimiento técnico», o.c. 101.

68. O.c. 29.

69. O.c. 30.

70. «Por tanto... la única salida terapéutica es dejar al individuo que lleve a cabo por sí mismo su propio desarrollo y liberación» (o.c. 87).

71. O.c. 33.

arrolla en el mismo individuo, que se produce a través de la *verbalización*»⁷². Para Rank la comprensión auténtica está siempre ligada con la vivencia del ser humano: «Su (del paciente) comprensión (es) también una vivencia, pero lo que significa que esta vivencia, como yo lo entiendo en la acción terapéutica, permanece en la *vivencia y comprensión simultáneas*, de tal forma que vivir y comprender son lo mismo»⁷³; y con una indirecta al psicoanálisis afirma, que «lo terapéutico ... (reside) en la *verbalización de los sentimientos conscientes*, mientras que el denominado hacer consciente lo inconsciente continúa siendo un interpretar valores dudosos, un sustituir una racionalización por otra»⁷⁴; la verbalización de los sentimientos por el contrario «es, por así decirlo, un reconocimiento de sí mismo, un sometimiento de la propia voluntad al dominio del sentimiento, por lo que corre menos peligro de conducir a la mala interpretación de sí mismo que la interpretación basada todavía en la negación de los sentimientos»⁷⁵.

3. *Los cambios decisivos provienen del propio cliente*: Rank se ocupa de forma intensiva de la cuestión del modo en que finalmente las fuerzas de la voluntad que dormitan en cada individuo, llegan a expresarse de forma creadora. Postula, dentro de este contexto, la voluntad de salud del ser humano, presente, según su opinión, en igual medida que la neurosis, cuando el ser humano se decide por una terapia; el éxito de la terapia depende entonces de si se consigue «mantener y reforzar la voluntad de salud del propio paciente, en lugar de dejar que se proyecte sobre el analista»⁷⁶. El objetivo fundamental de una terapia constructiva, como denomina Rank a su proyecto, es por tanto «conducir al individuo ... a la aceptación voluntaria de sí mismo y de su propia responsabilidad»⁷⁷. En otro pasaje, Rank afirma: «Una terapia constructiva no debe querer cambiar al individuo, sino *desarrollarlo*, de tal forma que pueda acep-

72. O.c. 34.

73. O.c. 39.

74. O.c. 34-35.

75. O.c. 35.

76. O.c. 28.

77. O.c. 61.

*tarse tal como es*⁷⁸. Se opone por tanto resuelto a un papel «educativo» del terapeuta. En la experiencia terapéutica, cuyo objetivo es volver a llevar al cliente a su conflicto de voluntad, el terapeuta representa «sólo un rodeo hacia el yo»⁷⁹. En el papel de un «yo que ayuda»⁸⁰ el terapeuta debe estar «orientado éticamente hacia el contenido del querer y no de forma pedagógico-moral, es decir, hacia la dinámica de la voluntad misma»⁸¹. Rank define aquí una especie de actividad del terapeuta que puede ser efectiva sólo si se practica sobre una base más bien pasiva. El terapeuta es pasivo —en contra de la comprensión psicoanalítica de la pasividad— a través de su renuncia a saber lo que es bueno para sus clientes, para, en lugar de ello, «establecer la relación personal de tal forma que le sea posible al que padece tomar de otros (del terapeuta) lo que necesita psíquicamente, sin experimentar sentimientos de culpa»⁸². Esta actitud fundamental pasiva tiene un carácter activo en cuanto se exige del terapeuta la capacidad activa «de entender al individuo desde sí mismo» y «de entender el idioma del otro y no imponerle el suyo habitual»⁸³. A través de una relación como ésta, en la que el terapeuta y el cliente «son simultáneamente creadores y creados»⁸⁴, resulta no sólo que los problemas actuales «liberados de todos los contenidos pasados y presentes, se trasladan al individuo, sino que también se encuentra la única solución y liberación *del individuo y en él mismo*»⁸⁵.

Rank escribe que en el análisis clásico si bien se subraya siempre la «famosa pasividad», en último término, sin embargo, el terapeuta se encuentra en el punto central de la situación terapéutica al referir a sí mismo todas las reacciones del paciente, cuando éstas no puedan atribuirse a una imagen infantil (es decir, transferencia). Rank opone a ello la siguiente posición: «Mi técnica permite, por el contrario, que las reacciones

78. O.c. 84, ver también 32 y 53.

79. O.c. 110.

80. O.c. 89.

81. O.c. 89; ver también 120.

82. O.c. 4-5.

83. O.c. 8.

84. O.c. 112.

85. O.c. 89.

se produzcan inmediatamente a partir de la experiencia terapéutica y las explica como proyecciones e intentos de liberación de conflictos del yo *proprios* del paciente. Esto conduce de forma constructiva al paciente como agente en el punto central de la situación creada por el analista»⁸⁶. De esta forma la situación terapéutica se convierte para Rank en «*expresión creadora del desarrollo de la personalidad en la experiencia terapéutica*»⁸⁷.

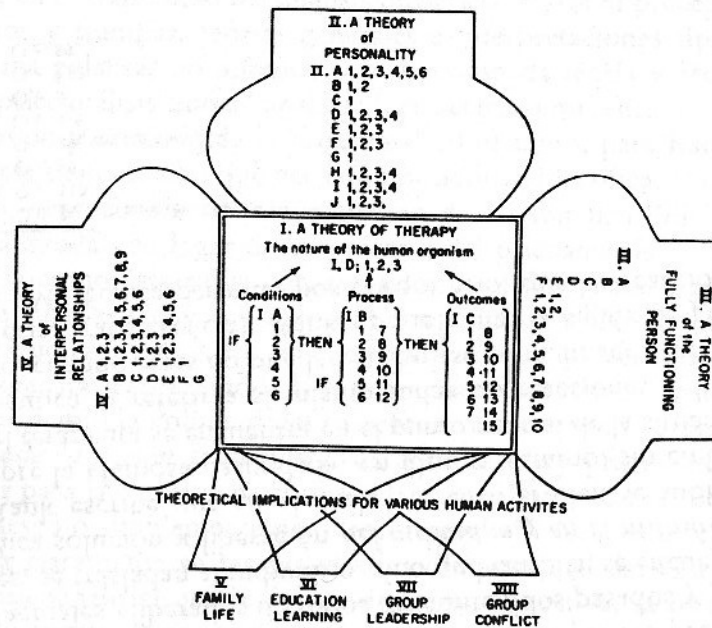
6.4. AMPLIACIÓN DE LA CONCEPCIÓN DE LA TERAPIA A UNA TEORÍA GLOBAL DE LAS RELACIONES INTERHUMANAS Y SOCIALES

Rogers ha subrayado siempre que lo que ayuda en una relación terapéutica e impulsa las tendencias positivas de desarrollo, tiene que ser también válido para cualquier otra relación interhumana. Ya he indicado que esta visión se impuso más y más en Rogers, lo que se refleja también en el cambio en el uso de los conceptos; el «paciente» se convierte primero en «cliente» y finalmente en «sujeto que se tiene enfrente» o «persona»; el terapeuta se transforma en «consejero» y «ayudante» (*facilitator*), y la «terapia no directiva» se llama primero «centrada en el cliente» y finalmente «centrada en la persona». Todo discurre en última instancia hacia una teoría general y extensiva de las relaciones interhumanas, que Rogers traslada a diversos campos prácticos, como la escuela, la universidad, la terapia del compañero y de grupos (grupos de *encounter*), con la perspectiva ideal de la personalidad que se despliega completamente, de la «*fully functioning person*». Tal y como muestra el gráfico siguiente⁸⁸, la teoría de la terapia, cuyo elemento principal es la relación de persona a persona, se encuentra en el centro, se continúa en las teorías de la personalidad, de las relaciones interpersonales de la personalidad completamente desplegada, y desemboca en una teoría del empleo en los dis-

86. O.c. 11-12; el subrayado es mío.

87. O.c. 12.

88. Esta figura se ha extraído de la contribución de Rogers en Koch (1959, fig. 1, pág. 193) y se reproduce aquí con el amable permiso de la editorial MacGraw Hill, Nueva York.



tintos campos prácticos tales como la escuela, la universidad, la familia, la terapia de parejas y los grupos de encuentro. Me gustaría exponer en lo que sigue el área de aplicación de la educación y el aprendizaje, ya que Rogers se ha ocupado de ella con mayor intensidad junto al área de aplicación de la terapia.

6.4.1. Aprender en libertad

Freedom to Learn (aprender en libertad) es el título del libro que Rogers publicó en 1969⁸⁹. En este libro, al igual que en *On becoming a Person* (1961)⁹⁰ y *On Personal Power* (1977)⁹¹, explica con gran detalle su concepción de la educación en la familia, la escuela y la universidad. En ellos llega hasta el extremo de afirmar que todo lo que una persona aprende en el sentido

89. Aparecida en 1974 en alemán.

90. Traducción alemana: *Entwicklung der Persönlichkeit*, 1973.

91. Traducción alemana: *Die Kraft des Guten*, 1977.

usual de otra no tiene apenas influencia sobre su comportamiento. Si se quiere que el aprendizaje tenga importancia para el desarrollo de la personalidad, tiene que ser un aprendizaje de autodescubrimiento, adecuado a uno mismo. Lo decisivo es por tanto la *actitud* que el que enseña tiene respecto del que aprende; los conocimientos especializados son secundarios, es decir, lo importante no es el aprender, sino la cuestión del cómo, por qué y cuándo aprende un alumno, de cómo se representa el aprendizaje desde el lado de la experiencia y qué sentimientos genera. Es por ello una meta declarada de Rogers «potenciar el cambio y facilitar el aprendizaje (*facilitating of learning*)»⁹². Al igual que en la terapia, subraya también aquí que el aprendizaje no debe tener nada que ver con el «saber estático»⁹³, sino que debe ser concebido asimismo como un *proceso* y que la tarea de los profesores puede consistir sólo en averiguar «cómo podemos aprender a vivir como individuos en un proceso de desarrollo»⁹⁴. Esto significa a su vez que el impulso para un aprendizaje de este tipo no depende de «cuánto sabe (el profesor), cómo planifica su *currículum*, cómo emplea las ayudas audiovisuales o cómo utiliza el aprendizaje programado. No depende de sus lecciones o conferencias, o de una abundancia de libros, aunque cada uno de estos factores se emplee en una u otra ocasión como una valiosa ayuda. No. La potenciación de un aprendizaje significativo depende de determinadas cualidades *condicionadas por la actitud*, que existen en la relación personal entre el ayudante (*facilitator*) y el que

Actitudes terapéuticas fundamentales	Actitudes pedagógicas fundamentales
1. Congruencia, autenticidad	Ser real
2. Empatía	Escuchar empático
3. Valoración y aceptación sin condiciones	Valoración, preocupación, confianza y respeto

92. 1974, 105, or. 105.

93. O.c. 106.

94. O.c.

aprende»⁹⁵. Como se deduce del esquema anterior, las actitudes exigidas por Rogers en este contexto corresponden a las actitudes terapéuticas fundamentales ya expuestas⁹⁶.

1. *Congruencia, autenticidad*. En relación con el aprendizaje, Rogers denomina a esta actitud «ser real» (*realness*): «En primer lugar se encuentra el ser real evidente del *facilitator*, su voluntad de ser persona y sus sentimientos y pensamientos momentáneos de ser y vivir.» Rogers llega hasta el extremo de decir que un profesor, cuando no puede soportar a sus alumnos es preferible que lo muestre y haga transparente a que sea «pseudempático»⁹⁷. El ser real está para Rogers en primer plano ya que las demás actitudes como empatía y valoración son dignas del ser humano sólo en relación con la congruencia y se reducen, en caso contrario, sólo a una técnica.

2. *Empatía*. Rogers exige de un profesor un «escuchar empático, sensible y exacto (*a sensitive and accurate emphatic listening*)».

3. *Valoración y aceptación sin condiciones*. Hay que añadir una actitud caracterizada por «valoración, preocupación, confianza y respeto» (*prizing, caring, trust and respect*) hacia el que aprende.

Los profesores que se presentan ante los alumnos con estas actitudes no desempeñan para Rogers «casi ninguna de las funciones usuales de la enseñanza. Llamarlos profesores ya no sería exacto. Son catalizadores y facilitadores⁹⁸, que dan al que aprende libertad, vida y oportunidad de aprender»⁹⁹. Rogers adjunta a esta afirmación una enorme cantidad de material de pruebas empíricas¹⁰⁰ y desarrolla concepciones concretas acerca de cómo pueden traducirse estas actitudes en un comportamiento concreto de enseñanza.

Rogers recoge en diez puntos¹⁰¹ la forma en que un ayu-

95. O.c. 107.

96. O.c. 128; or. 126; ver también 1961, 286 y siguientes, traducción alemana: 1973, 279 y siguientes.

97. O.c. 114.

98. En otro pasaje Rogers los denomina «ayudantes», ver también Tausch y Tausch 1979, 188.

99. O.c. 128.

100. O.c. 117-126, ver también Tausch y Tausch 1979.

101. O.c. 163 y siguientes.

dante puede apoyar o iniciar un aprendizaje en libertad. En primer término, el ayudante tiene una gran influencia sobre el clima social de la clase. Si se dirige al trabajo con una confianza básica en sí mismo y en sus alumnos, esto se refleja en una multitud de aspectos¹⁰². Un clima determinado por las actitudes fundamentales mencionadas (ver antes) facilita el descubrimiento de la estructura de las necesidades de aprendizaje del individuo (también del profesor) con el objetivo de que, tanto el individuo como el grupo, formen un todo con el contenido del aprendizaje escogido. Los contenidos no están entonces de forma independiente «junto» a las personas o al grupo, sino que personas y contenidos están integrados en un proceso total de aprendizaje. Rogers define, en su libro *Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit* 1980, lo que significa aprender como persona *total* de la siguiente forma: «Contiene un aprendizaje total, tanto a nivel cognitivo como al del sentimiento y el organismo, ligado con una clara conciencia de los distintos aspectos de este aprendizaje total. Sospecho que se produce con poca frecuencia en su forma más pura, pero igual pueden juzgarse las experiencias educativas según lo que se aproximen a esta definición»¹⁰³. El profesor colabora con un proceso vivo de aprendizaje mediante la preparación de medios auxiliares, como libros, películas y otros materiales, mediante su disposición a pronunciar conferencias sobre ciertos temas y a poner su saber a disposición del grupo, cuando éste lo requiera¹⁰⁴. Rogers llama la atención acerca de que el aprendizaje no tiene por qué tener lugar en un grupo grande, sino que puede potenciarse mediante la subdivisión en grupos de aprendizaje menores. Aboga asimismo por un tipo de enseñanza abierta que, en su opinión, excita la propia motivación, la propia búsqueda y experimentación del alumno, y que incluye el «riesgo» de conducir a metas y resultados imprevisibles. Una concepción tal de la enseñanza no está para él en contradicción con una apropiación sistemática de conocimientos.

102. Ver a este respecto las explicaciones de Tausch y Tausch 1979, acerca del aprendizaje de la percepción, pág. 31 y siguientes así como de la reversibilidad social, pág. 166 y siguientes.

103. 1980, 139.

104. Ver a este respecto apartado 7.

6.4.2. *Relación con P. Freire*

Rogers indica en su libro *Die Kraft des Guten — Ein Appell zur Selbstverwirklichung* (1978)¹⁰⁵ que existen paralelismos fundamentales entre él y Freire, dado que sus libros *The Pedagogy of the Oppressed* (1970) y *Freedom to Learn* (1969) aparecieron casi al mismo tiempo y muestran aspectos comunes esenciales, sin que ninguno de ellos tuviese noticia del otro: «Me dirigí a escolares y estudiantes de diversos sectores educativos. El informaba sobre su trabajo con campesinos atomizados y sometidos. Yo me esfuerzo por lograr un estilo dirigido a los alumnos y profesores. Freire busca la comunicación con los marxistas. A mí me gusta introducir ejemplos concretos. Él escribe de modo casi completamente abstracto. Sin embargo, los principios sobre los que construye su trabajo se parecen con tal exactitud a los fundamentos de *Freedom to Learn* que yo no salí de mi asombro»¹⁰⁶. Son aspectos comunes:

— Freire vive y trabaja fiel a su convencimiento.

— Freire se opone al «principio del embudo» y construye sobre la «comprensión»; Rogers cita a Freire: «Ellos (los maestros) no intentan imponer a las gentes sus propias apreciaciones, sino casi *verlas desde dentro*»¹⁰⁷, con el resultado de que los problemas «que parten de las gentes, conducen de nuevo a ellos, no a modo de contenidos didácticos, que deben almacenarse, sino como tareas que hay que resolver»¹⁰⁸.

— Freire declara la comprensión y la aceptación mutua como base para los cambios políticos; se basa sobre el «diálogo». Rogers cita a Freire: «El maestro ya no es alguien que enseña, sino alguien que aprende en el diálogo con los alumnos, mientras que éstos, por su parte, aprenden y enseñan simultáneamente. Ambos son conjuntamente responsables de un proceso en el que ambos crecen»¹⁰⁹.

— Freire se opone a la idea de que un movimiento revo-

lucionario puede tener éxito sólo si construye sobre la violencia y la dirección dogmática: «Si bien sólo una sociedad revolucionaria puede llevar a la práctica, de forma sistemática, una pedagogía como ésta», «los caudillos no deben servirse, en el proceso revolucionario, del “método del embudo”... con la intención de llevar más tarde a la práctica una pedagogía verdaderamente revolucionaria. Deben actuar desde el principio de forma revolucionaria, es decir, en la forma del diálogo»¹¹⁰. A ello corresponde, según Rogers, que el maestro o ayudante sea también siempre parte del proceso de aprendizaje y que cuida siempre de «reconocer y aceptar sus propios límites»¹¹¹.

6.4.3. *El hombre nuevo*

Rogers desarrolla, sobre la base de su concepción centrada en la persona, la imagen del «hombre nuevo» o de una sociedad de hombres nuevos. Parte de que su concepción se mostrará igualmente efectiva, más allá de la terapia y de la educación, en campos como la familia, el urbanismo, la planificación de ciudades e instalaciones productivas, la integración de las minorías, la diplomacia¹¹², la política¹¹³, etc. y que la sociedad se encuentra «a pesar de la oscuridad del pasado» en situación de llevar a cabo «un salto evolutivo-revolucionario»¹¹⁴. Contra una concepción tan optimista hablan, según Rogers, los factores siguientes:

1. Se violan los principios de la constitución (en especial, *Bill of Rights*).

2. Se puede observar la decadencia de las instituciones («Nuestro sistema educativo está petrificado y es incapaz de satisfacer las necesidades de nuestra sociedad ... son, en primer

110. O.c.

111. 1974, 165.

112. Con la esperanza de poder realizar una pequeña contribución a las conversaciones de Ginebra sobre la reducción de los cohetes de alcance medio en Europa, convocó en septiembre de 1983, en Celigny (cerca de Ginebra), unas jornadas de trabajo especialmente para diplomáticos. La idea fracasó a causa de la poca disposición de los miembros de las representaciones diplomáticas a tomar parte en dichas jornadas.

113. Ver 1980, 160 y siguientes.

114. 1977, 314.

105. Or.: *On Personal Power*.

106. 1978, 123-124.

107. O.c. 124.

108. O.c. 125.

109. O.c. 127.

término, instituciones para el encarcelamiento y custodia de la juventud»¹¹⁵.

3. En el aspecto económico se presenta un mundo al revés, «una imagen extravagante. La nación más rica del mundo no puede permitirse, al parecer, una atención sanitaria adecuada para su población» y «el ocho por ciento superior de la población tiene unos ingresos mayores que los de todo el cincuenta por ciento inferior junto»¹¹⁶.

4. Las iglesias ya no tienen influencia.

5. Las familias se encuentran «en un estado de desorden y confusión»¹¹⁷.

A pesar de todo Rogers ve (en analogía con los nuevos vástagos que emergen bajo las hojas del invierno) en nuestra «cultura derruida los contornos borrosos de un nuevo crecimiento, de una nueva revolución». Rogers escribe: «Ve acercarse esta revolución, no como movimiento grande y organizado, ni como ejército armado y con flamear de banderas, y creo que no se logrará mediante manifiestos y declaraciones, sino a través de la aparición de un hombre nuevo»¹¹⁸, en una «marcha a través de las instituciones»¹¹⁹.

Esta concepción la ve confirmada por las siguientes observaciones y experiencias:

1. Cada vez más seres humanos dan «gran valor a la autenticidad», es decir, ven el sentido de su vida, entre otras cosas, en encontrarse con sus congéneres de forma abierta y sincera; hablan abiertamente p. ej. de conflictos, miedos y sexualidad.

2. Resistencia contra la guerra de Vietnam y contra la destrucción del entorno.

3. Cada vez más seres humanos están convencidos de que las «instituciones están para servir a las personas y no al revés»¹²⁰; no están ya dispuestos a «aceptar el orden por el orden,

115. O.c. 284.

116. O.c. 285.

117. O.c.

118. O.c. 291.

119. «From within the establishment», o.c. 299; or. 1977, 270.

120. O.c. 296.

la forma por la forma y las reglas por las reglas»¹²¹; hay «miles de seres humanos, tanto jóvenes como viejos, que están dispuestos a obedecer ciertas leyes y a incumplir otras, sobre la base de su juicio moral personal, y que aceptan las consecuencias de su decisión»¹²².

4. Los jóvenes viven cada vez con mayor frecuencia en «comunidades»¹²³ y prefieren moverse en «grupos pequeños, informales y no jerárquicos»¹²⁴.

5. Cada vez más seres humanos se muestran «indiferentes ante los beneficios materiales ... el dinero y los símbolos materiales del *status* social no son ya las metas principales de los hombres»¹²⁵.

6. Sienten una «profunda desconfianza (hacia una) ciencia orientada cognitivamente y una tecnología, que se sirve de ella»¹²⁶, una desconfianza hacia el «progreso»¹²⁷.

7. Se interesan más por lo que el «hombre» piensa, siente o pasa y están dispuestos a mirar en su propio interior. Se desarrolla un «nuevo interés por soñar, el redescubrimiento de diversos tipos de meditación, la ocupación con los más diversos fenómenos suprasensibles, un interés por concepciones religiosas esotéricas y trascendentales»¹²⁸.

8. Respetan la naturaleza.

El «ascenso del hombre nuevo»¹²⁹ no es violento ni ampuoso, sino que se muestra más bien como una «revolución silenciosa» de cada individuo o de los individuos en grupos. Al contrario de las experiencias de la historia, en las que mediante la conquista del poder a través de una revolución violenta se sustituía una tiranía por otra, una revolución no violenta, basada en el principio referido a la persona, promete mejores resultados ya que refuerza a los oprimidos.

121. O.c.

122. O.c.

123. O.c. 298.

124. O.c. 297.

125. O.c. 299.

126. O.c. 301.

127. O.c. 302.

128. O.c.

129. *The emerging Person*; título del cap. 12 en 1978, or. 1977.

Es en verdad impresionante el convencimiento con el que Rogers cree en la fuerza y las tendencias de progreso del organismo humano. Está convencido del «advenimiento de un hombre radicalmente nuevo»¹³⁰ y de que se ha puesto en marcha un movimiento que nos conducirá a un mundo más humano y referido a la persona, así como de que será muy difícil «volver a encerrar este espíritu de nuevo en la botella»¹³¹. Al final de su libro *Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit* (1980)¹³² describe —casi en forma de un programa de partido— los cambios que el hombre nuevo fomentará: «Este ser humano no traerá utopía, cometerá errores e irá en algunos aspectos demasiado lejos, pero fomentará cambios que deseo recopilar nuevamente de forma programática:

— Apertura en todas las relaciones interpersonales: en la familia, en el trabajo y en las posiciones directivas.

— Exploración del sí mismo y desarrollo de un hombre total, unidad de cuerpo y espíritu.

— Valoración del individuo sobre la base de lo que es, sin tener en cuenta su sexo, raza, *status* o sus pertenencias materiales.

— Agrupaciones a la medida del ser humano en nuestras comunidades, instituciones de formación y lugares de producción.

— Comportamiento respetuoso y equilibrado hacia la naturaleza.

— Esfuerzo por lograr bienes materiales sólo cuando aumenten la calidad personal de vida.

— Repartición justa de los bienes materiales.

— Una sociedad con un mínimo de estructura en la que las necesidades humanas tengan preferencia ante cualquier estructura.

— Dirección como una función temporal y pasajera, basada en la capacidad de satisfacer una necesidad social específica.

— Asistencia para todos aquellos que la necesiten.

130. O.c. 293; or.: *The radical new budding of persons*, 1977, 264.

131. O.c. 313.

132. Que publicó junto con Rachel Rosenberg.

— Comprensión más humana de la ciencia en todas las fases, en la creativa, durante la comprobación de la hipótesis, durante la valoración de la humanidad respecto del uso posterior.

— Creatividad de todo tipo, en el pensar e investigar, en las relaciones sociales, en el arte, en la arquitectura, en la planificación de las ciudades y las regiones, en la ciencia.

Para mí esto no tiene nada alarmante, sino, por el contrario, algo de excitante. Nuestra cultura se encuentra posiblemente, a pesar de su oscuro pasado, en el umbral de un salto evolutivo-revolucionario. Sólo digo, de todo corazón: el poder para el hombre nuevo y para la revolución que lleva en sí»¹³³.

A pesar de que el hombre sano está dotado de la capacidad de aprender a realizar sus potenciales, se produce una resistencia contra un aprendizaje que pudiera conducir a cambios en la percepción, en el autoconcepto. Estas situaciones de aprendizaje se perciben como amenazantes y se rechazan, p. ej. mediante proyecciones. La integración de estas experiencias críticas, necesarias para el autoconcepto, son posibles más bien en un clima en el que el ser real se realiza en unión con la empatía, la aceptación, la preocupación, el respeto y la confianza.

6.5. TRASFONDO FILOSÓFICO Y COMPRENSIÓN DE LA CIENCIA

En el trabajo de Rogers se vuelven a encontrar muchas influencias distintas. Primero, la controversia con el cristianismo, que condujo en último término a la separación de la Iglesia¹³⁴; después, las culturas y corrientes espirituales del Lejano Oriente, por las que se interesó en especial en sus últimos años¹³⁵. Rogers escribe que en una carta privada se le hizo notar que su pensamiento parecía una especie de puente entre los pensamientos oriental y occidental. Éste fue primero un pensamiento sorprendente para él, si bien comprueba que en los últimos años «ha aprendido a valorar algunas técnicas del budismo, el

133. 1980, 216.

134. «Mi propio pensamiento me condujo en la ... dirección... lejos de la Iglesia» (1959, 186).

135. Rogers, 1973: *Some new challenges*, en «*American Psychologist*» 28 (1973b) 379-387.

Zen y muy especialmente las sentencias de Lao-Tse (aprox. 500 a. de C.)¹³⁶. Cita en este pasaje su «sentencia favorita» de Lao-Tse:

«Si no me interpongo en el camino de los hombres, se cuidan de sí mismos.

Si no doy órdenes a los hombres, se comportan bien por sí solos.

Si no predico a los hombres, mejoran por sí solos.

Si no obligo a los hombres, se vuelven ellos mismos».

A pesar de que Rogers no cita aquí nunca a Heidegger, la sentencia recuerda mucho a las explicaciones acerca de la «solicitud» (*Fürsorge*) de éste¹³⁷. La relación con la filosofía existencialista se produce en cambio explícitamente a través de Kierkegaard y Buber¹³⁸, a los que Rogers cita repetidas veces en sus libros.

Para Rogers la vida es fundamentalmente un proceso activo y no pasivo: «Venga el estímulo de dentro o de afuera, sea el entorno favorable o desfavorable, el comportamiento de un organismo estará siempre orientado a mantenerse, desarrollarse y reproducirse a sí mismo»¹³⁹. La fuerza motriz es la tendencia hacia la autorrealización; ella es «la fuente central de energía del organismo humano»¹⁴⁰. Rogers coincide y se muestra de acuerdo aquí con Goldstein y Maslow¹⁴¹, cuando escribe: «El substrato de toda motivación humana es la tendencia organísmica (*organismic tendency*) al cumplimiento (*fulfillment*)» y hacia la «perfección» (*enhancement*)¹⁴². En este contexto Rogers cita también los experimentos del erizo de mar de Driesch (1867-1941)¹⁴³, lo que tiene importancia, porque la psicología de la *Gestalt* de la Escuela de Berlín (Wertheimer, Köhler, Koffka, Lewin) se refiere asimismo a Driesch y sus experimentos; la Escuela de Berlín toma los resultados de Driesch

136. 1980, 195.

137. Ver apartado 2.4., así como apéndice, apartado 13.4.

138. Junto a Kierkegaard, Lao-Tse y Buber son sus dos pensadores favoritos, 1980, 195.

139. 1978, 267.

140. O.c. 271.

141. Y también Ch. Bühler.

142. O.c. 270 y siguientes; original 1977, 242 y siguientes.

143. Representante del vitalismo, próximo al holismo.

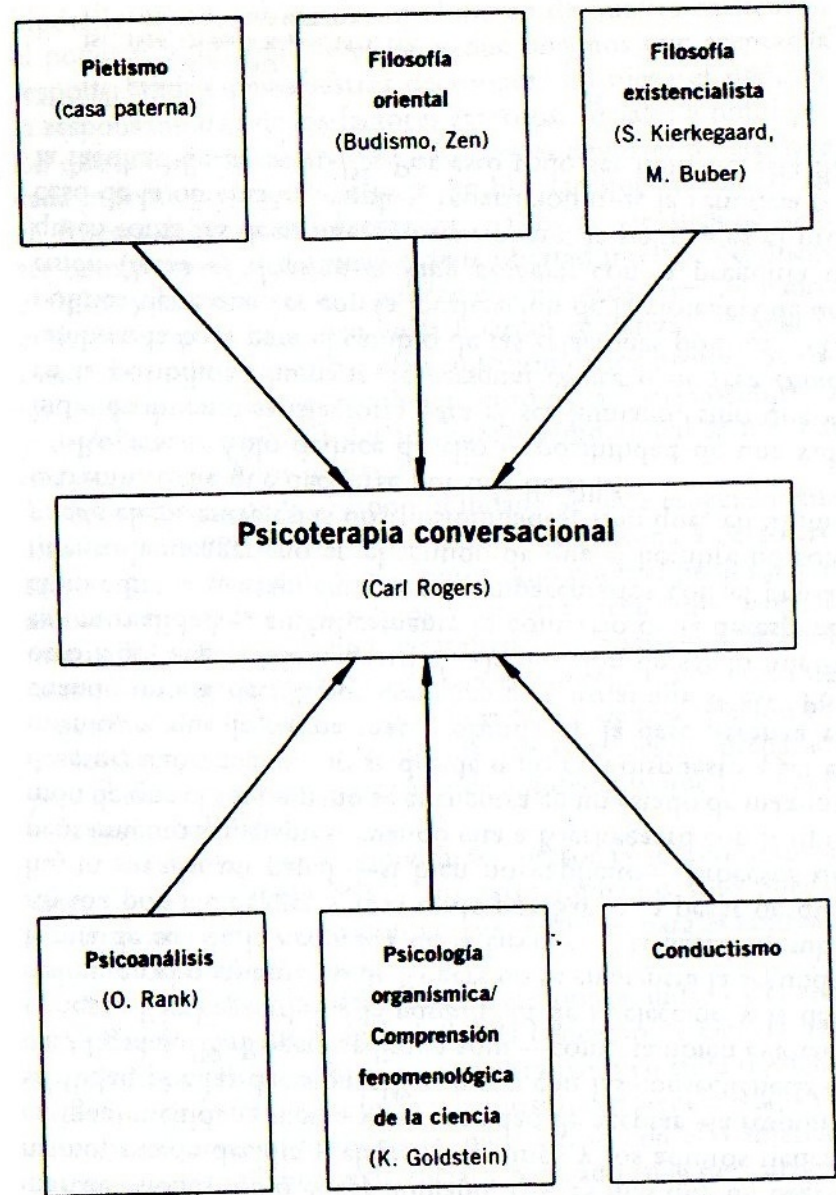


Fig. 3. Puntos de referencia filosóficos y psicológicos del concepto de psicoterapia conversacional de Carl Rogers

como demostración de la «tendencia hacia una buena *Gestalt*», mientras que para Rogers son una indicación clara de la «tendencia orientada hacia la totalidad, hacia la realización de presupuestos existentes» del organismo¹⁴⁴. Este punto es para Rogers un «pilar fundamental» (*foundation stone*) de su pensamiento filosófico y político: «El organismo está autodeterminado. En su estado normal tiende hacia su propio despliegue (*self-regulation*) e independencia del control exterior»¹⁴⁵.

Rogers se opone con esta concepción —igual que Goldstein, Maslow, Perls, Fromm, Cohn y Bühler— a la imagen del hombre del psicoanálisis de Freud: «Estas concepciones están muy alejadas de los recelos de Freud ante el inconsciente y de su convencimiento de que el inconsciente es tendencialmente antisocial»¹⁴⁶.

El convencimiento de la posibilidad de una vida existencialmente satisfactoria es el segundo pilar fundamental de la imagen del ser humano de Rogers. Aquí se muestra con claridad que está influenciado por un pensamiento filosófico existencialista, aunque se haya resistido a una clasificación de este tipo: «Yo no soy un discípulo de la filosofía existencialista, conocí las obras de Soeren Kierkegaard y Martin Buber cuando algunos estudiantes de teología de la Universidad de Chicago... me empujaron a ello»¹⁴⁷. Esto sucedió de todos modos en los años 40 ya que Rogers fue en 1945 a la Universidad de Chicago, precisamente en la época en la que desarrolló su concepción de una terapia no directiva. Mientras que a Martin Buber lo conoció también personalmente hacia 1950, y escribió incluso en colaboración con él un artículo en 1960, a Kierkegaard lo conocía tan solo a través de sus obras y no disimula que le impresionó mucho¹⁴⁸. Rogers vio que en la obra de Kierkegaard había mucho que expresaba excelentemente sus concepciones en parte aún no formuladas. Rogers coincide con Kierkegaard en la im-

144. O.c. 268.

145. O.c. 267; original 1967, 239.

146. O.c. 274.

147. 1973, 197.

148. «Cuando leí algunos de los escritos de Kierkegaard, tuve casi la impresión de que había escuchado algunas de las exposiciones que hacen nuestros clientes cuando buscan e investigan la realidad del sí mismo» (1973, 116).

portancia existencial que la *elección* y la *decisión* juegan en la vida del ser humano. El organismo, como hemos oído ya, es para Rogers un compañero completamente fiable en cuanto a su orientación hacia la autorrealización, sólo que: no puede tomar decisiones. Sólo el ser humano, que es más que un organismo, puede decidir y elegir. Los niños y los adultos tienen en igual medida la fuerza y la capacidad de aceptar «la responsabilidad por las decisiones»¹⁴⁹... junto con las consecuencias a ellas ligadas»¹⁵⁰. Rogers se limita aquí —como también evidentemente Kierkegaard— a la *posibilidad* de la elección y la decisión; en el pensamiento de Rogers no se encuentra la segunda forma de ser de la *necesidad* de la elección y la decisión, subrayada por Heidegger y más tarde por Sartre, a pesar de que hayan jugado un papel —si bien no explícito— procesos de pensamiento semejantes, cuando cita a Kierkegaard con la opinión de que el ser humano se encuentra en un estado de máxima desesperación cuando no se decide o no está dispuesto a ser el mismo, y que la forma más profunda de la desesperanza es cuando uno se decide por «ser otro distinto al que se es». Por otro lado, según Kierkegaard¹⁵¹, «la decisión de ser lo que se es, en realidad es auténticamente lo contrario de la desesperación». Estos pensamientos están emparentados con el pensamiento heideggeriano en el sentido de que el hombre no sólo *puede* elegir entre estas dos posibilidades, sino que, en último extremo, *tiene* que decidirse por una de ellas.

Rogers no sólo deduce de ello la posibilidad de una vida individualmente satisfactoria para el ser humano, sino que ve en la posibilidad humana de *personal choice* o de *free choice* también la base para el cambio de las relaciones políticas: «La política tiene que ver con la localización de la violencia de *decisión* (*locus of decision-making power*): con la pregunta de quién toma las decisiones... brevemente, la política es el proceso de la obtención, empleo, repartición o de la renuncia a... la facultad de *decisión*»¹⁵². Por esto todo ser humano está lla-

149. *Choices* en el original.

150. 1978, 55; or. 1977, 41.

151. 1924, 17; según Rogers, 1973, 117.

152. 1978, 15; original 1977, 4-5.

mado a participar en este proceso, a actualizar sus capacidades y con ello a realizar su responsabilidad social; citando a Kierkegaard, la decisión de ser o no ser uno mismo es la «responsabilidad más profunda del ser humano»¹⁵³, ya que mediante la realización de sus posibilidades individuales logra las condiciones para cambios que afectan a todos los pueblos: «Los pueblos y las organizaciones pueden descubrir, igual que los individuos, que vale la pena experimentar lo que son profundamente»¹⁵⁴. Pienso que este punto de vista contiene el germen de una visión filosófica de la vida en su totalidad, es más que sólo una tendencia en la experiencia con clientes de la psicoterapia¹⁵⁵.

Su relación con la filosofía existencialista se ve con mayor claridad en su concepción de la «elección» y la «decisión». El aspecto de la «libertad» lo trata Rogers sin embargo también en relación con la «determinación» del ser humano, pero no en el sentido de la filosofía existencialista de un «ser arrojado» hacia el futuro, donde la determinación de la existencia humana se opone, en forma de «miedo» (a la muerte), a la libertad. La «libertad» y la «determinación» están, para Rogers, más bien en una estrecha vinculación con su comprensión de la «elección» y de la «decisión».

El ser humano tiene la libertad de la elección y la decisión en el marco de una experiencia y valoración activas; simultáneamente, tiene la capacidad de aceptar la responsabilidad que de ella resulta; el dilema del hombre de que su elección «libre», su decisión y su responsabilidad están siempre, simultáneamente, también «determinadas» no se puede resolver, según Rogers. Se trata más bien de aceptar lo «absurdo»¹⁵⁶ como una de las partes importantes y también valiosas de la vida humana; la simultaneidad constante de libertad y determinación no debe apartar, en último extremo, al hombre de «elegir voluntariamente y desear lo que está completamente determinado»¹⁵⁷. Su

153. 1973, 117.

154. «To be what one deeply is.»

155. 1973, 181; original 1961, 180.

156. 1969, 275.

157. O.c. 295.

hipótesis de que poseemos, en el marco de nuestra existencia, el poder y la libertad de elegir y que tenemos que aceptar la responsabilidad por nuestras decisiones, no niega el poder y la responsabilidad de los factores externos, sociales y políticos. Lo que le importa sobre todo a Rogers es devolver o dejar que cada individuo recupere la parte de libertad que «dormita» en él. Rogers defiende esta fuerza interna, de la que dispone todo ser humano para el despliegue de la libertad interna. No niega el dolor y la injusticia que pueden añadir otros seres humanos o sistemas, ni ve tampoco en la libertad subjetiva personal la meta que podría bastar para la resolución de los problemas sociales, pero insiste en el reconocimiento de la libertad subjetiva y de la responsabilidad del ser humano individual frente a sí mismo y frente a los demás.

Este aspecto de la «responsabilidad» se hace especialmente claro en su exigencia de una relación «de persona a persona», tanto entre el terapeuta y el cliente como entre el profesor y el alumno, los padres y los hijos y en otras relaciones interhumanas. Su acentuación de la congruencia, empatía y valoración muestra una gran coincidencia con el concepto buberiano del «encuentro». «Encuentro» como expresión de una relación entre los hombres que se presenta dispuesta a decidir, preparada para el riesgo y actuante ante la vida cotidiana, y que toma para sí la responsabilidad.

Buber llama a estos individuos «persona» (en contraposición con «ser propio»¹⁵⁸), y los seres humanos sólo pueden «encontrarse» en la «relación yo-tú», es decir, para él también: de «persona» a «persona».

La «elección» y la «decisión», la «responsabilidad» y el «encuentro» forman también la base del concepto de ciencia desarrollado por Rogers. Él se reencuentra también en la tradición científica de la fenomenología y la filosofía existencialista: «Vacilo en etiquetar una tendencia, pero asocio con ello adjetivos como fenomenológico, existencial y centrado en la persona»¹⁵⁹. Se defiende con vehemencia contra la exigencia de una ciencia

158. Ver apartado 2.2., así como apéndice, 14.3.6.

159. 1973, 15.

objetivista, como la que exigen y practican, p.ej., los representantes del conductismo. Sólo el entorno —a su vez parte de una cadena causal— es, según Skinner, determinante para el comportamiento humano; contemplado desde este punto de vista todo comportamiento no es más que una interminable cadena de causas y efectos. Rogers emplea aquí la imagen del Universo que, como un enorme reloj, una vez se ha dado cuerda, sigue desde entonces su camino inexorable; el ser humano está determinado en el gran mecanismo de este universo, él no determina por sí solo. Esto contradice profundamente la imagen del ser humano que Rogers ha obtenido a través de sus múltiples experiencias: «Si la posición conductista extrema es cierta, carece de sentido, desde su base, todo lo que el ser humano hace, no es más que un átomo en una cadena infinita de causas y efectos. Si es, por otro lado, cierta la posición de la psicología humanística entonces existe la posibilidad de la elección, y esta elección subjetiva individual tiene influencia sobre la cadena de causas y efectos»¹⁶⁰. Se puede demostrar que Rogers recurre principalmente, en su comprensión fenomenológica del «estar en el mundo», al aspecto de la «elección» y la «decisión».

No existe ninguna realidad objetiva para él, es decir, no sólo una realidad, sino que «hay precisamente tantos “mundos reales” como seres humanos»¹⁶¹. La base para todas estas realidades es para Rogers la experiencia: «La experiencia es para mí la máxima autoridad. La piedra de toque para la validez es mi propia experiencia... ni la Biblia ni los profetas, ni Freud ni la investigación, ni las revelaciones de Dios ni las de los hombres pueden tener preferencia ante mi experiencia directa»¹⁶². De esta experiencia resultan para Rogers metas y valores del ser humano, por tanto también las metas y valores de cada científico, es decir, esta ciencia no existe desvinculada de los mundos subjetivos de experiencia o de las realidades de experiencia del científico: «La ciencia empieza en un hombre determinado que busca metas, valores, motivos que tienen para él una importancia personal y subjetiva»¹⁶³. Aquí se produce una *deci-*

160. 1980, 43-44.

161. O.c. 179.

162. 1973, 39.

163. O.c. 214.

sión, es decir, el científico no está «condicionado», para Rogers, por una determinada concepción de la ciencia, el científico no llega determinado por otros a una concepción concreta, sino que es él mismo el que *elige* activamente una u otra concepción. Cuando define como base de su investigación variables independientes, con la conciencia de «que una variable así designada, permanece así»¹⁶⁴, entonces es él mismo el que procede de tal modo y no la «ciencia»; cuando Rogers sostiene por el contrario que toda ciencia y cada investigación científica particular tiene su origen en la experiencia inmediata, personal y subjetiva, entonces esto no es el resultado de un proceso de condicionamiento sino que es él mismo el que ha determinado, elegido la concepción. Con otras palabras, el científico no puede menos de considerar su existencia humana subjetiva y los valores, metas y motivos que de ella resultan, como un componente esencial de su trabajo científico. Rogers se muestra aquí de acuerdo con Albert Einstein: «La mayor tarea es ... descubrir aquellas leyes universales mediante las cuales se puede formar todo el cosmos por pura deducción. No existe *ningún camino lógico* hacia estas leyes; sólo la *intuición* que reposa en una comprensión empática de la *experiencia* la puede alcanzar»¹⁶⁵. Esto significa concretamente que el científico debe «dejar caer la capa cómoda de la objetividad»¹⁶⁶ y contemplar, en el marco de la postura humanística, su subjetividad como parte integrante de su investigación: «Si el psicólogo se adhirió en la universidad al punto de vista humanista debería reconocer que se encuentra afectado, como persona, en lo referente a la elección de los temas de su investigación, en la valoración de los datos, en sus relaciones con los estudiantes y en su labor profesional»¹⁶⁷.

Rogers se alinea aquí con la crítica a la concepción objetivista de la ciencia que, partiendo de la fenomenología de Husserl y Heidegger, fue recogida por los psicólogos de orientación existencialista como Goldstein, Bühler, Perls, Maslow, Fromm

164. 1959, 189.

165. Einstein, citado por Rogers 1978, 303.

166. 1980, 43.

167. O.c.

y Cohn entre otros. Cita al físico Robert Oppenheimer (1904-1967), que había advertido ya en 1956 a la APA¹⁶⁸ de que lo peor que podía hacer la psicología era «orientarse hacia la física, que ya no existe, que está anticuada»¹⁶⁹. Rogers no saca de ello la consecuencia de que los logros de la ciencia o los métodos por ella desarrollados no tengan importancia; pide únicamente la renuncia a la exigencia, mantenida por fuerza, de una «ciencia objetiva» y la supresión de la separación entre la «ciencia» y la «persona del científico» a favor de una investigación cuyos hechos de partida tienen su origen en la experiencia subjetiva. Rogers responde, sobre esta base, de la aceptación de los métodos científicos usuales: «No me malinterpreten, por favor. Me doy perfecta cuenta de que *tras el hecho* (aquí se refiere al hecho subjetivamente experimentado), cualquier trabajo de investigación, o cualquier teoría construida para relatar el hecho descubierto, deberá traducirse al lenguaje de variables dependientes e independientes, o si no hay algo incorrecto en la investigación o la teoría»¹⁷⁰. Rogers propone por ello la siguiente forma científica de aproximación: en un primer paso el científico confía en sí mismo y en su experiencia, en su objetividad e intuición. De este modo obtiene resultados, hechos y datos subjetivos. En un segundo paso el científico tiene que investigar los valores y metas personales que él relaciona con ello y las cuestiones que resultan a partir de esto, referentes «al ser humano en general». Sólo en el tercer paso puede integrar en su investigación el instrumental científico existente: «En este contexto... tiene su lugar el inmenso edificio del operacionalismo, del positivismo lógico, de la teoría de la ciencia, de los tests cuantitativos, etc. No existen por ellos mismos, sino que son ayudas para el intento de comprobar la sensación subjetiva, presentimiento o hipótesis de un ser humano en el dato objetivo»¹⁷¹. Rogers menciona en relación con esto todos los métodos de uso corriente como: operacionalización de hipótesis, grupos de control, correlaciones, tests y otros «procedimientos

168. American Psychological Association.

169. Oppenheimer, *Analogy in Science*, en: «American Psychologist» 11 (1956) 134.

170. 1959, 190.

171. 1973, 216.

de control y una gran variedad de procedimientos estadísticos»¹⁷².

El interés de Rogers está claro: quiere hacer patente la responsabilidad de la ciencia y del científico frente al hombre. Quiere dejar claro que no es la ciencia la que puede «despersonalizar, manipular o controlar a los individuos», sino que: «sólo los hombres pueden hacerlo y lo harán»¹⁷³; en las últimas páginas de su libro *Entwicklung der Persönlichkeit* (1976) recoge, una vez más, sus pensamientos acerca de esto bajo el epígrafe «la decisión» (*The choice*): «Podemos *decidirmos* (*choose*) por emplear nuestros crecientes conocimientos en hacer a los hombres esclavos de un modo y manera nunca soñado, de despersonalizarlos (y) de controlarlos de una forma cuidadosamente elegida» con la meta de que «los hombres sean necesariamente dichosos, de comportamiento estable y productivos, tal y como propone Skinner. Podemos, si así lo queremos, *decidirmos* por hacer a los seres humanos sumisos, conformes y dóciles. Al otro extremo del espectro de la *decisión* está la *posibilidad de elección*, de emplear las ciencias del comportamiento de tal modo que liberen en lugar de controlar; que conduzcan a la variabilidad constructiva y no a la conformidad; que desarrollen la creatividad y no la autosatisfacción... la *decisión* reside en nosotros... si nos decidimos por emplear nuestros conocimientos científicos para la liberación de la humanidad entonces esta *decisión* exige de nosotros que vivamos de forma abierta y sincera con la gran paradoja de las ciencias del comportamiento... la *decisión* es una realidad sobresaliente de nuestra vida»¹⁷⁴.

6.6. CONTRIBUCIÓN DE ROGERS A LA PSICOLOGÍA HUMANÍSTICA

Rogers aporta tres contribuciones importantes a la psicología humanística:

172. O.c.

173. O.c. 219.

174. 1973, 387-388, or. 1961, 400.

1. Desarrollo de la psicoterapia conversacional,
2. Formulación de una teoría del uno mismo,
3. Apertura de la psicoterapia a la investigación empírica.

6.6.1. *Terapia conversacional*

La contribución más importante de Rogers a la psicología humanística consiste en que —al igual que Perls— ha llevado la confianza incondicional en el organismo humano a una forma de terapia del encuentro. A diferencia de Goldstein y Maslow, con los que Rogers y Perls comparten el punto de vista organísmico, han logrado que la tendencia organísmica de la autorrealización se hiciese viva en la actuación interhumana concreta. Rogers pudo demostrar que la auténtica confianza de un terapeuta o ayudante en su organismo y en el de su cliente posibilita un proceso que permite el crecimiento personal de todos los que participan en él. Cuando Rogers anima, no sólo en la terapia sino también en la educación, a meterse dentro del otro y a percibir su mundo de experiencias desde su interior, detrás de ello está el convencimiento de que todo ser humano individual puede y debe encontrar en último término el camino de su vida. Nadie puede ahorrarle percibir el mundo que le rodea y decidir cuál es el camino correcto para la autorrealización. A diferencia de Maslow y Bühler, para los que la autorrealización representa más bien un «punto» o «estado final» de la vida, Rogers piensa en la autorrealización siempre como en un «proceso» que los padres, maestros y terapeutas apoyan y potencian en la medida en que entienden y viven en realidad en la convicción de la singularidad del individuo como punto central de la existencia humana. El proceso de autorrealización lo potencian por tanto sólo aquellas relaciones que representan «encuentros» en el sentido buberiano; ya que sólo en el encuentro puede el niño desplegar su percepción y hacerse capaz de decidir en el sentido existencialista; sólo en el encuentro puede detenerse el proceso de deformación de la realidad y poner nuevamente a disposición la capacidad de decisión en el seno de una percepción de la realidad repuesta.

Rogers y Perls aportan de este modo una contribución parecida a la psicología humanística. Ambos han creado, en primer lugar, un concepto terapéutico y, sólo más tarde, desarrollado la teoría psicológica correspondiente. Igualmente la superposición de sus conceptos y teorías psicológicas con las corrientes filosóficas se ha puesto de manifiesto en ambos más tarde. Los conceptos existencialistas de «elección», «decisión», «responsabilidad» y «encuentro» así como la renuncia del budismo a una autoridad absoluta se vinculan en Perls y Rogers con la creencia en el «bien» en el hombre y con el convencimiento, a ella ligada, de la tendencia constructiva del organismo. La diferencia entre ambos proviene menos del hecho de que Perls provenga del psicoanálisis y Rogers del conductismo; tampoco de que la formación práctica de la terapia sea más bien confrontativa en Perls y permisiva en Rogers. La diferencia entre ambos conceptos reside en la formulación de las teorías psicológicas sobre las que se basan. Para Perls es la teoría del «contacto»¹⁷⁵, para Rogers la del «sí mismo».

6.6.2. *La teoría del sí mismo*

La teoría del sí mismo es una teoría fenomenológica. Que Rogers se refiera en ella sólo al mundo conscientemente percibido es una inmensa provocación al psicoanálisis, que desde hacía decenios había no sólo afirmado sino también demostrado la importancia de lo inconsciente en la influencia del comportamiento humano. Rogers no afirma que la teoría del inconsciente sea incorrecta, sino que es, en este punto, un fenomenólogo estricto y considera suficientemente importante el significado de lo conscientemente percibido. A pesar de que Rogers ya no viera más tarde la importancia de lo inconsciente como incompatible con su concepción, su teoría del sí mismo se basa sobre la concepción de que la percepción del campo fenomenal (Snygg y Combs, 1949) es, como percepción consciente, la base del concepto propio de una persona, es decir, el

¹⁷⁵. Ver apartados 5.2. y 5.5.

grado de coincidencia entre la experiencia (de la percepción) externa e interna determina el sí mismo y sus acciones en el mundo. Lo que late en la tendencia humana a la autorrealización no es la diferencia entre conciencia e inconsciencia o entre yo y sí mismo, sino la dinámica dentro del área de la percepción consciente de una persona.

Como he dicho ya, a Rogers lo que le importa no es declarar que lo inconsciente no tiene importancia, sino que se dirige contra el peligro de que la responsabilidad por el comportamiento o el camino de la vida del ser humano se asigne a fuerzas inconscientes y ocultas, mientras que la tendencia del hombre a la autorrealización, que él sitúa como base, llegue a desplegarse, en consonancia con el organismo, cuando el ser humano «decide» y «elige» activamente en el campo de su percepción consciente y acepta por ello la responsabilidad única y consciente.

6.6.3. *Apertura de la psicoterapia a la investigación empírica*

Cuando hablo aquí de investigación «científica», me refiero al sentido de ciencia como la entendió Rogers y que fue cambiando en el transcurso de su actividad. El que aceptase la comprensión imperante de la ciencia del psicoanálisis tiene que ver con el hecho de que en 1940 fuese reconocido por parte del mundo académico y se convirtiese en profesor de la Universidad de Ohio. A diferencia de los otros representantes de la psicología humanística, él era —como Fromm y Maslow— un especialista en empirismo y estadística cuando se acercó al modo de aproximación fenomenológico. Se opuso a la exigencia de representación única de la ciencia imperante, como la representaban, p. ej., los conductistas, y pensaba que había que armonizar esta comprensión con la fenomenología. La subjetividad del que investiga, que resulta de su experiencia e interés, es decir, de su persona, debe reconocerse para Rogers, al igual que la exigencia de exactitud de las mediciones empíricas, como un constituyente de la investigación científica. Los métodos empíricos obtienen su sentido del hecho de ser ayudas valiosas

para la comprobación de opiniones, sentimientos y sensaciones subjetivas en cuanto a su validez general. Todo esto afecta en Rogers a la cuestión de la responsabilidad de la ciencia y de los científicos. El científico que reconoce y explicita el carácter subjetivo de sus intereses, pero agota simultáneamente todos los medios de los que dispone para que sus resultados sean comprobables y controlables, actúa de forma conscientemente responsable frente a la sociedad.

El mérito de Rogers en este campo reside en que no sólo ha elaborado la importancia de la elección y la decisión, la responsabilidad y la libertad a modo de una teoría psicológica y psicoterapéutica, donde todo fluye en la experiencia subjetiva del encuentro interhumano, sino en que él y sus colaboradores han demostrado que esta experiencia subjetiva puede investigarse como construcción científica. Entre tanto existen —también en el área de lengua alemana¹⁷⁶— una gran cantidad de investigaciones que dan información muy diferenciada y exacta sobre el desarrollo de la terapia.

De esta forma se consiguió también asegurar científicamente la teoría del sí mismo como una teoría de la experiencia y con ello dar un importante impulso a la investigación del sí mismo. A pesar de continuar habiendo muchos puntos oscuros, sabemos entretanto mucho sobre las relaciones entre el concepto de sí mismo y el sí mismo ideal, entre la percepción del sí mismo y la externa, entre el comportamiento del terapeuta y el desarrollo de la terapia así como entre el comportamiento del profesor y el desarrollo de los procesos de aprendizaje.

176. Véase Tausch y Tausch, 1979.