

La Psicología Humanista

UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA Y EXPERIENCIAL

Ángel Corchado Vargas



La Psicología Humanista

UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA Y EXPERIENCIAL

La Psicología Humanista

UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA Y EXPERIENCIAL

Dr. Ángel Corchado Vargas

Licenciado en Psicología por la UNAM, FES Iztacala. Maestría y Especialidad en Educación por la Universidad Mexicana. Con estudios de Doctorado en Ciencias Humanas, en la Universidad Simón Bolívar. Doctorado en Educación por el Centro de Estudios Superiores en Educación. Actualmente, dedica su vida laboral a la formación de estudiantes prestadores de Servicio Social Comunitario con enfoque humanista, en la Carrera de Psicología de la FES Iztacala. También es Jefe de la Unidad de Relaciones Institucionales de esta multidisciplinaria. Entre sus publicaciones se encuentran el libro “La Psicología Humanista: una aproximación teórica y experiencial” así como los artículos “Deseos y quejas en la sexualidad: razones para la vasectomía” y “Proceso de construcción de un nuevo estilo de vida personal, emocional y sexual posterior a la hemodiálisis en un hombre joven”, en revistas indexadas. Además ha sido ponente en diversas mesas sobre masculinidad.

2016

La Psicología Humanista

UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA Y EXPERIENCIAL

Primera reimpresión de la primera edición: septiembre de 2016
2012 Primera edición [200]

© Derechos Reservados ante la Dirección General de Derechos de Autor con el número 03-2012-080611464400-01, a nombre de Ángel Corchado Vargas.

Comité Editorial integrado por:
Dra. Antonieta Dorantes Gómez
Lic. Víctor Manuel Baltazar Cruz

ISBN Obra Independiente: 978-607-96029-0-1

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

Apoyo técnico:

DG Carlos Domínguez Moreno
Diagramación, diseño de página, formación editorial,
diseño de portada y retoque digital de imágenes

Impreso y hecho en México

Índice

Introducción	I
1 Antecedentes históricos de la Psicología Humanista	1
1.1 Contexto político, social y cultural durante la posguerra	1
1.2 Perfil psicológico del Hombre de la segunda mitad del siglo XX	4
2 La filosofía existencialista: fundamento de la Psicología Humanista	7
2.1 El humanismo a lo largo de la historia: breve semblanza	8
2.2 El existencialismo de Jean Paul Sartre: precedente de la Psicología Humanista	13
2.3 Postura de la filosofía existencialista con respecto al Hombre posmoderno	16
3 Aparición de la Psicología Humanista como reacción	19
3.1 Contraste entre la Psicología Conductista y la Psicología Humanista	19
3.2 Contraste entre el Psicoanálisis y la Psicología Humanista	21
3.3 Aparición de la Psicología Humanista como tercera fuerza en la Psicología del siglo XX	22
4 Psicología Humanista: representantes y postulados teóricos	25
4.1 Abraham Maslow	25
4.2 Carl Rogers	29
4.3 Kurt Goldstein y Fritz Perls	32
5 Exponentes tardíos del humanismo	37
5.1 Rollo May	37
5.2 Virginia Satir	41
5.3 Viktor Frankl	43

6 Vertientes y aplicaciones de la Psicología Humanista	47
6.1 Logoterapia	47
6.2 Programación Neurolingüística (PNL)	53
6.3 Psicoterapia centrada en el cliente	56
6.4 Psicoterapia Gestalt	60
6.5 Desarrollo Humano	65
7 Áreas psicológicas de aplicación del enfoque humanista	69
7.1 Psicología Clínica	69
7.2 Psicología Organizacional	74
7.3 Psicología Social	77
7.4 Psicología Educativa	84
8 Inserción del enfoque humanista en Psicología social teórica y aplicada en el Plan de estudios de Psicología en la FES Iztacala	93
Conclusiones	109
Referencias	113
Bibliografía	117

Introducción

n los albores del siglo XXI se encuentra la sociedad, el ser humano en general, ante una nueva perspectiva de las cosas. Hoy en día, el ritmo de vida es cualitativamente diferente al de épocas anteriores. Los intereses, actitudes y comportamientos han cambiado y la filosofía de vida se modifica conforme el escenario mundial cambia de protagonistas y de actores.

Precisamente como una consecuencia de estos cambios, vividos a partir de la segunda mitad del siglo XX, surge la Psicología Humanista.

Como en toda forma de conocimiento, la filosofía hace su aparición en el antecedente de la psicología humanista. Concretamente el existencialismo, promovido fuertemente por Sartre (1990), hace hincapié en la importancia que tiene el Hombre mismo como arquitecto de su propio destino. El ritmo de la sociedad al concluir la Segunda Guerra Mundial propicia un estado de caos en el orden mundial, donde la ley del más fuerte, la lucha de clases y también la competencia desigual entre las naciones y las personas se hace patente.

La deshumanización del ser humano, el deseo de poder, pertenecer, poseer y parecer lo hace menos persona y hace mella en su desarrollo personal. Kopp (1999) refleja en una crítica realista que los seres humanos, se creen superiores a los demás seres vivientes,

en realidad somos susceptibles y frágiles como cualquier especie. La reacción de la Psicología Humanista hacia el Psicoanálisis y el Conductismo, colocan al enfoque que ocupa este trabajo en un lugar *sui generis* ya que propone la visión integral de la persona humana, como actor, sujeto y objeto del proceso de desarrollo. Todo ser humano que logra conocerse a sí mismo y busca un desarrollo que promueva su realización personal vive humanísticamente. Es, en palabras de Maslow (1997), una persona autorrealizada.

Las investigaciones realizadas por Maslow (1997), en tiempos de la posguerra referentes a la autorrealización y todos aquellos eventos o factores que la caracterizan, han llevado a un rumbo quizás incierto para la rigurosidad científica; debido a que el término en sí es muy vago y subjetivo; Maslow encontró una serie de características o signos, comparados por él con un síndrome que caracterizan a la autorrealización.

El legítimo interés de Maslow (1997) por rescatar la esencia del ser humano hace que la atención de los profesionales de la Psicología interesados en lo nuevo y diferente, miren hacia sus escritos y sus propuestas. Se puede decir que el padre teórico de la Psicología Humanista es Maslow, mientras que el padre epistemológico resultaría ser Sartre (1990).

Por otro lado, el padre de la Psicología Humanista aplicada al campo real, a lo cotidiano, a la práctica clínica es Carl Rogers (1971), su propuesta ha sido y sigue siendo seriamente cuestionada, pero puesta en práctica por grupos de distintas filosofías. Lo anterior indica que mientras algo sea cuestionado o siga siendo practicado estará vigente.

Rogers (1997; 1989) menciona la importancia que tiene rescatar el valor más legítimo y profundo de la persona, por el simple hecho de ser persona. La cualidad intensa de ser único e irrepetible y a partir de la propia necesidad del usuario de un servicio psicológico, sin llegar a la diagnosis psicoanalítica o al diseño de programas de conducta. Basado en una seriedad y rigor al aplicar su metodología en casos reales y demostrar sus resultados óptimos para el desarrollo de sus clientes, llamados así por este autor: “los usuarios del servicio psicológico”, él promovió su escuela en Norteamérica para después expandirse por todo el mundo.

Paralelamente surgen otras figuras importantes en el contexto del humanismo: es el caso de Victor Frankl (1925), quien le da otra variante a la concepción de Hombre; rescata de manera total los valores y la realidad de cada ser humano, a fin de que puedan lograr un sentido de vida y jerarquizar sus intereses y experiencias. Con su Logoterapia, Frankl (1925) demuestra que el ser humano sólo pierde sentido a su vida cuando ya no hay nada por qué lucha y finalmente siempre habrá algún motivo para seguir viviendo. Respecto a lo anterior, Kübler-Ross (1978) menciona en su teoría sobre la muerte, la importancia de la atención al moribundo o al doliente desde esta perspectiva humanista.

Con el tiempo, la Psicología Humanista ha crecido y actualmente en diversas áreas de incidencia del psicólogo se emplea como eje fundamental de trabajo, entre ellas: la musicoterapia, el desarrollo humano, las organizaciones sociales e industriales, la educación y la misma religión han adoptado este enfoque para promover el desarrollo de sus instancias y de las personas pertenecientes a las mismas.

De acuerdo a lo anterior, el presente texto pretende ilustrar de manera general la historia, antecedentes, postulados teóricos y campos de aplicación de la Psicología Humanista en el contexto actual, así como resaltar la importancia que ha tenido en el desarrollo de la Psicología, y lo necesario que resulta promover enfoques diversos en el contenido de esta disciplina.

Con base en cuestionamientos básicos se pretende lograr una ilustración general del enfoque humanista, las preguntas a responder son:

- ¿Cuáles son los antecedentes históricos de la Psicología Humanista?
- ¿Cuál es el contexto bajo el cual surge la Psicología Humanista?
- ¿Qué importancia cobra el existencialismo en el sustento teórico de la Psicología Humanista?
- ¿Quiénes son los principales representantes de la Psicología Humanista?
- ¿Cuáles son las aportaciones más significativas de dichos representantes en el desarrollo de la Psicología del siglo XX?

- ¿Cuál es el impacto actual de la Psicología Humanista en el contexto clínico, social, educativo y de las organizaciones?
- ¿Será viable la introducción de contenidos acerca de psicología humanista en el plan de estudios de la Carrera de Psicología?

Tomando en cuenta los aspectos anteriores, se entenderá que es totalmente válido abordar esta temática, ya que en el desarrollo profesional de los egresados de la Licenciatura en Psicología desafortunadamente no se cuenta con la diversidad conceptual para llevar a cabo un trabajo que cuide el aspecto humano, y aborde la realidad orgánica o intelectual de la persona. Dicho de otro modo, se pretende promover con esta obra la visión del ser humano desde otra perspectiva. No se pretende demeritar el esfuerzo y trabajo teórico y práctico de otros representantes de la Psicología; por el contrario, lo que se busca es generar análisis y reflexión donde se concluya que la Psicología Humanista puede ser complemento de otras corrientes en nuestra disciplina.

Los objetivos de este trabajo son:

- Describir y analizar el contexto histórico bajo el cual surge la Psicología Humanista.
- Enunciar los representantes más significativos de la Psicología Humanista, así como sus postulados teóricos básicos.
- Analizar y reflexionar acerca de las áreas de incidencia del enfoque Humanista en el ámbito profesional del psicólogo.
- Promover la inclusión de contenidos humanistas en el plan de estudios de la Carrera de Psicología de la FES IZTACALA, en la labor del psicólogo social.

1

Antecedentes históricos de la Psicología Humanista

*S*todo movimiento, suceso histórico y referente al pensamiento del ser humano, representa crisis, cambio y una modificación de paradigmas y estilos de vida tanto en el contexto social, político económico, como en las estructuras más básicas de la sociedad. El acontecer humanista, se generó en un tiempo y un espacio en la historia de la disciplina psicológica.

1.1 Contexto político, social y cultural durante la posguerra.

Se ubica la aparición de la Psicología Humanista hacia la segunda mitad del siglo XX, justo en el momento en el cual la especie humana presentaba cambios. Había terminado la Segunda Guerra de Occidente, la Segunda Guerra Mundial y se gestaban importantes cambios en las estructuras sociales, ideológicas, económicas. La vida no se percibía de la misma manera que antes. Ahora, el continente europeo y Norteamérica se fusionaban para tomar decisiones que habían de marcar los nuevos rumbos de la escena mundial.

Quitman (1989) hace un análisis importante con respecto al acontecer de la segunda mitad del siglo anterior, mencionando que justo cuando el mundo se había sacudido por la Segunda Guerra Mundial, la disciplina psicológica es testigo del surgimiento de la “Tercera Fuerza” (título con el que se conoce al humanismo, ya que hasta entonces prevalecían como escuelas en Psicología: el Psicoanálisis y el Conductismo). El autor menciona a manera de análisis histórico que la persecución, el exilio sufrido por muchos psicólogos europeos (concretamente alemanes) hace que en los Estados Unidos (el cual se encontraba en franca recuperación en cuanto a su imagen por la serie de triunfos a su favor en la guerra, después del des prestigio de la crisis del 29) surja la psicología humanista, llegando a ser tan impactante su desarrollo, que llegó a compararse con un “segundo descubrimiento de América”.

En el siglo XX se tomaron en cuenta los cambios que ha sufrido la historia del Hombre. El ser humano, después de haber creído ser la raza superior, cae en la cuenta de que ni lo es y además posee susceptibilidades como cualquier otra especie. Este momento tan importante de *humanización* retomado por autores como Bühler, Maslow, Rogers, y Bugental (citados por Kopp, 1999), se observa en numerosos escritos y artículos significativos referentes al humanismo. Todos ellos convergen en algunas ideas importantes, tomando en cuenta que el ser humano posee un potencial *sui generis* que lo hace distinto (cuantitativamente) a otros seres. No es superior, simplemente es diferente.

El ser humano posee creatividad, construye su libertad y es consciente de su vida. Quitman (1989) rescata estas virtudes netamente humanas, haciendo énfasis también en el hecho de que el ser humano sabe a dónde se dirige (posee metas y valores por alcanzar) y las relaciones humanas son punto medular en su vida.

El ciclo de gestación del humanismo y el contexto social, político y cultural de la época: 1929-1962, en esos momentos, se había vivido, la crisis mundial más grande de todos los tiempos. Estados Unidos se encontraba casi en la miseria, pero al ascender al poder el Presidente Roosevelt (citado en Quitman, 1989) el panorama comienza poco a poco a cambiar, su administración se caracteriza por

sus matices humanistas, logrando así la extraordinaria mezcla entre el progreso paulatino y el optimismo en la nación norteamericana. Con la llegada de los inmigrantes europeos (víctimas del imperio NAZI) se enriquece la ideología humanista introducida por el Presidente. La Gestalt, recibe adeptos en América; el psicoanálisis empieza a salir del hundimiento ortodoxo y el humanismo sigue su gestación.

Hacia los años sesenta, Fromm (1999) hace referencia a la misma problemática deshumanizante del ser humano, considerando como algo de vital importancia, el hecho que la humanidad se de tenga a reflexionar acerca de lo que está pasando con la sociedad actual. La ciencia y la tecnología avanzan a pasos agigantados y muchas veces pareciera, son las obras del Hombre y el Hombre mismo quienes determinan su vida.

El autor menciona: a nivel inconsciente el ser humano se siente presionado y hasta cierto punto angustiado por lo que pueda depararle el destino aunque a nivel consciente manifiesta un optimismo por la esperanza de tiempos mejores. El mundo a macro escala es lo único importante para las naciones en este contexto; el autor plantea la problemática de tener economías sanas a nivel nación, a costa de la enfermedad de los individuos. Se entiende a esta época como una constante escisión entre lo ideal y lo real. Por un lado se habla de una nación norteamericana, cuna del humanismo que estaba floreciendo en esperanza, pero por otro lado se habla de una sociedad caótica y llena de conflictos.

La escuela existencialista propone que se llegue a un cambio de raíz en todas estas estructuras. Se comienza a publicar artículos de gran contenido por parte de Rogers (1971), Maslow (1997), Fromm (1999), etcétera y finalmente, al fundarse la AAHP (Asociación Americana de Psicología Humanística por sus siglas en inglés) se llega a la madurez del humanismo, hacia el año de 1962.

Quitman (1989) señala que se había terminado la era Roosevelt; ahora era el presidente Kennedy quien tenía en sus manos las riendas de los Estados Unidos. El hombre norteamericano añoraba el esplendor humanista de años anteriores. Para retomarlos, la APA a cargo de Maslow (1997) y asociaciones de ciudadanos siguen pugnando por

mantener vigente la valía del ser humano. Como muestra, se encuentra el concepto de **COMUNIDAD INTENCIONAL**.

La comunidad intencional, formulada por los humanistas resataba el hecho ser “... un esfuerzo por crear un orden social que con el tiempo se aceptará universalmente en mayor grado y ayudará así a crear una comunidad humana inclusiva, en la que lo normal sea practicar la preocupación, el respeto y el amor mutuos y compartir de forma cooperativa y democrática la responsabilidad, el trabajo y el uso de los valores de la vida” (Quitman, 1989, pág. 33).

La era espacial, de los grandes descubrimientos, de la bomba atómica, del *apartheid* de las grandes revoluciones ideológicas, los movimientos juveniles y estudiantiles, etc. contrastaban con el intento legítimo de lograr un nuevo enfoque de la ciencia psicológica hacia la segunda mitad del siglo XX. Las fuerzas estaban determinadas y los términos y necesidades de cambio estaban por generarse y cristalizarse en una incipiente realidad.

1.2 Perfil psicológico del Hombre de la segunda mitad del siglo XX.

Dentro de la disciplina psicológica el desarrollo del estudio de la personalidad se ha caracterizado por una atención cada vez mayor a la relación existente entre la teoría y la conceptualización. Durante el periodo de su infancia, el individuo posee los atributos siguientes:

- a) **El marco de su referencia interna es su experiencia**, vive por él y no por los demás.
- b) **Actualiza su organismo**, busca de manera vehemente una reactualización personal día con día, basado en sus sensaciones, percepciones; en su realidad.
- c) **Reacciona ante su realidad, de acuerdo con lo que conoce**, es consciente de lo que vive, de su contexto y su mundo.
- d) **El individuo se porta como un todo organizado**, no está escindido como se concibiera anteriormente desde otros enfoques. Es una integración de cuerpo-mente.
- e) **Su experiencia va acompañada de un proceso continuo de valoración**, se llega al “arte de vivir conscientemente” y deja a un

lado la vida impulsiva. Se convierte en un ser proactivo, más que reactivo.

f) Busca sus propias experiencias.- Vive el aquí y el ahora, más que vivir en el pasado.

Tortosa (1998) menciona que el Hombre del Siglo XX desarrolla su Yo con dos vertientes:

- A. Una vez que existe la simbolización, se da cuenta de que existe y de que actúa, describiéndose como experiencia del yo.
- B. La interacción entre organismo y medio da como resultado una conciencia de que forma parte del campo de la experiencia total.

Así mismo, los autores humanistas mencionan que al tener una noción del Yo éste se desarrolla y se exterioriza. Plantean también lo que se ha llamado necesidad de consideración positiva, ya que al satisfacer una necesidad, la persona se va cubriendo de una gran experiencia, llevándolo hacia una tendencia actualizante (Lafarga y Gómez del Campo, 1988).

La escuela existencialista propone un cambio de enfoque en lo que a la Psiquiatría se refiere, se concibe la “patología mental” como una consecuencia social y no como algo intrínseco, congénito en el Hombre. El existencialismo no hace más que preparar el camino a la “Tercera Fuerza”, su principal representante en el siglo XX fue Jean Paul Sartre (1999).

2

La filosofía existencialista: fundamento de la Psicología Humanista

a Psicología Humanista tiene su fundamento en la filosofía, así como el conductismo, se basa en modelos empíricistas, objetivistas o positivistas, por el contexto en el cual surgió y el psicoanálisis surge en un contexto modernista donde la idea de reunir lo subjetivo con lo objetivo (método cartesiano), el humanismo se desprende de la escuela existencialista. El humanismo tiene sus raíces históricas desde tiempos anteriores a la era cristiana, entendiendo como tal el enfoque filosófico que explica al Hombre por el Hombre mismo. Posteriormente el modernismo renacentista y el final de la Edad Media, manifiestan el resurgimiento de un humanismo. Éste progresó por siglos hasta llegar a convertirse en el existencialismo filosófico, posteriormente en el modelo humanístico existencial hasta llegar a la Psicología Humanista propiamente dicha. En este capítulo se explicará tanto histórica como conceptualmente la raíz filosófica del humanismo y sus principales características.

2.1 El humanismo a lo largo de la historia: breve semblanza.

Se entiende por humanismo a toda aquella filosofía que pretende explicar la esencia misma del ser humano. Es el abordaje del Hombre por el Hombre mismo. Sería muy extenso hablar de la concepción de Hombre que se ha tenido a lo largo de toda la historia de la humanidad, se expondrán los aspectos más significativos del mismo, con fines de contrastación al humanismo del siglo XX que tiene sus orígenes epistemológicos en el existencialismo de Jean Paul Sartre (1999).

En la Edad Media no existió interés por el Hombre como ser natural, sino por su destino sobrenatural, y tampoco se desarrollaron las ciencias experimentales, los hombres del Renacimiento miraron hacia el pasado clásico, restauraron el latín culto y aprendieron el griego para estudiar las obras originales de los sabios de la antigüedad. Basados en estos estudios incrementaron el interés por la geografía, la astronomía, la historia y las ciencias naturales; intentaron que renaciera el modo de vida de los griegos y los romanos. Se habla de un antropocentrismo, en el cual se considera al Hombre como fin y causa de todo lo que existe. El hombre, al descubrirse o redescubrirse por medio del humanismo, como protagonista y constructor de la historia, se empeña, con vigor, en estudiar y desentrañar las leyes de su medio ambiente. Empieza a estudiarse a sí mismo; a conocer la Tierra con un afán científico, utilizando como vía la razón, antes que la revelación o el dogma, impuestos durante siglos por la Iglesia Católica. Ante este nuevo enfoque, muchas de las ideas que predominaron hasta entonces fueron cayendo. Era lícito y prudente preguntarse las cosas e investigar, no se consideró indigno de los sabios realizar actividades prácticas que les permitieran arrojar nuevas luces sobre sus estudios.

Gutiérrez (1999), Henao (1990) y Xirau (1980) coinciden en señalar que los primeros humanistas vivieron en la Italia del siglo XVI, cuando aún no había terminado la Edad Media: Dante Alighieri cantó temas medievales en su “*Divina Comedia*”, en italiano, tanto su estilo como su acento anuncian la llegada de tiempos nuevos. Petrarca exaltó la condición humana y concilió el catolicismo medieval con

los valores éticos del paganismo romano, Boccacio, por el contrario, inició otra corriente que ensalzó la forma de vida pagana y ridiculizó la moral cristiana del medioevo en el “Decamerón”. La figura cumbre del humanismo fue Erasmo de Rotterdam, en el siglo XVI en los países bajos. Sacerdote y hombre del clero y de las supersticiones de la época. Su principal obra, “*Elogio de la Locura*”, causó sensación en Europa y contribuyó a poner en duda muchos principios católicos. Otros humanistas célebres fueron el español Luis Vives, el inglés Tomás Moro, autor de “*Utopía*” – obra en la cual propone un tipo de sociedad y gobierno ideales – y el francés Rabelais, autor de “*Gargantúa*” y “*Pantagruel*”, sarcástica obra contra el Medioevo.

En el siglo XV, el humanismo adquiere real relevancia con la caída de Constantinopla, el último baluarte imperial. Luego del ataque de los turcos y la consiguiente destrucción del imperio bizantino, los eruditos helénicos abandonaron Constantinopla y buscaron refugio en las tierras occidentales, especialmente en Italia, país con el que habían mantenido cordiales relaciones durante toda la Edad Media. También sobresalió Basilio (citado en: Henao, 1990), dirigente de la Iglesia Ortodoxa, y que luego de radicarse en Roma abrazó la religión católica. Trajo desde Constantinopla más de 800 códices (manuscritos antiguos) griegos y latinos, que contenían obras de Tácito, de Sofocles y de Tito Livio (citado en: Henao, 1990). Todos querían leer estos textos y tener acceso al saber. Y exactamente en este mismo período, con la invención de la imprenta, se logra la difusión masiva de la cultura, con textos a bajo costo. La difusión del humanismo en Francia se presentó algo más tarde que en Alemania.

Henao (1990) menciona a los escritores quienes intervinieron en la inauguración del movimiento humanista en Francia, señala que se debió a la acción de Guillermo Fichet, de Saboya, quien al regresar de un viaje a Milán comenzó a editar las obras de los clásicos latinos y de los humanistas italianos. Le siguió quien se constituyó en el verdadero padre del humanismo francés: Jacobo Lefevre, la personalidad más vertiginosa de la intelectualidad de su país en el Renacimiento, fue humanista más por su búsqueda de un nuevo ideal filosófico que por su manejo del griego y del latín. Viajó a Italia y a su regreso dictó clases de filosofía en el colegio del Cardenal Lemoine.

A fines del siglo XV aparece el Humanismo en Inglaterra, Erasmo de Rotterdam (citado en: González, 1994) influyó notablemente en Tomás Moro, el mayor representante del humanismo inglés escribió “*Utopía*”, libro en el que condensó todo su disgusto por la mezquindad del mundo que le rodeaba y que se encontraba perturbado por una crisis que afectaba a las voluntades y llenaba de amargura a muchos. En su libro, presenta un sueño irrealizable, donde existe un estado previsor, regido por magistrados elegidos por el pueblo y donde el trabajo se organiza. Allí se distribuyen los víveres y los bienes producidos por la colectividad.

Tomás Moro (citado en: González, 1994), en su obra comenta que una legislación liberal evita las discrepancias religiosas mediante la tolerancia, y aunque la familia forma el engranaje de la sociedad, se admite el divorcio para evitar las incompatibilidades. Profundamente católico, compatibilizó su fe con las actividades políticas, participando en la tarea de gobierno. Murió decapitado en 1535, acusado de traición. En el año 1935 la Iglesia católica lo canonizó.

El humanismo penetró en España en la época de los Reyes Católicos y contó con el apoyo del Cardenal Francisco Jiménez Cisneros, confesor de la Reina Isabel y consejero de los monarcas. Este prelado creó la Universidad de Alcalá de Henares, la que se constituyó en el centro de los estudios humanistas. Esta obra es un verdadero monumento de la humanística española (González, 1994).

Los humanistas fueron los apóstoles de la antigüedad y pretendieron revivirla. Grimberg (1986) menciona que los humanistas se esforzaron por resucitar el mundo antiguo como eruditos e historiadores y, al mismo tiempo, por comprenderlo, saborear su belleza helénica y penetrar en sus razones de vivir. Para ellos la antigüedad fue un medio, querían una vida distinta a la Edad Media. Ellos tuvieron conciencia del sentido de la Historia y de los caracteres peculiares del mundo antiguo como una realidad diferente a la del mundo moderno, era una realidad perdida cuyos rasgos quería hacer revivir, sin saber en el fondo si esto era posible. De ello deriva, quizás, el estado de tensión interior de los que perdieron la paz de las cosas externas.

Una característica muy importante de los humanistas es que desploran los intentos de rebajar la inteligencia humana, de ofrecer explicaciones supersticiosas del mundo y de encontrar la salvación fuera de la naturaleza, aprecian su belleza y desean proteger y mejorar la Tierra, preservarla para generaciones futuras y evitar el sufrimiento innecesario de otras especies. Con respecto a la salvación, aspiran a alcanzar la plenitud moral, estando convencidos de que se puede lograr una vida feliz mejorando las condiciones de la vida humana en beneficio a todos. Estos aspectos, como se puede observar, concuerdan de manera total con el concepto de ser humano que siglos más tarde tendría Rogers (1986).

El humanista, se encuentra comprometido con las ciencias y las bellas artes: la poesía, la música, el teatro, éstas son una fuente de percepciones significativas y de enriquecimiento. Son optimistas, creen en la esperanza en lugar de la desesperación, en la investigación antes que en el dogma, la verdad se antepone a la ignorancia, la alegría en vez de la culpa o el pecado, la tolerancia en sustitución del miedo, el amor por el odio, la compasión primero que el egoísmo, la belleza se prefiere a la fealdad y la razón por encima de una fe ciega o irracional. Precisamente en este contexto se encuentra también el existencialismo.

De esta manera se intensificó la preocupación por las cuestiones filosóficas existiendo un gran interés por la filosofía existencialista, que en Europa estaba en sus inicios conceptuales y que los científicos inmigrantes llevaban consigo; la filosofía existencialista centra su atención en el análisis y descripción rigurosa de la existencia o modo de ser del Hombre en el mundo; la existencia individual se asigna únicamente a las personas no a las cosas. La tesis fundamental del existencialismo plantea que la existencia precede de la esencia; el hombre no posee una esencia como algo determinado, sino que la va construyendo durante su existencia a través de su libertad (García y García 1996).

Algunos exponentes más sobresalientes de esta corriente los mencionan García y García (1996):

- Soeren Kierkegaard filósofo y teólogo danés, frente a la verdad objetiva exaltadora por el idealismo y el científicismo, afirma

que la verdad es la subjetividad. Sostuvo que ser individuo es lo más propio e intimo del hombre, de ahí su valor absoluto. En su obra “*Estadios en el camino de la vida*”, propuso, para el despliegue de la individualidad, un proceso en tres estadios: 1) estético; 2) ético y 3) religioso. El paso de un estadio a otro no se realiza intelectualmente sino vitalmente, mediante una “conmoción existencial”, en la que el hombre se encuentra frente a la nada existencial. Ésta es la experiencia metafísica que denominó “angustia”, y ella hace posible que el hombre realice el cambio hacia el estadio superior; y llamó “salto” a este paso porque no es racional sino que es sólo posible realizarlo a través de la fe.

- Martín Buber, filósofo de la religión, organizador del judaísmo centroeuropeo. En la época confusa advierte a los hombres azotados por el miedo vital que no busquen la salvación en el individualismo erróneo que glorifica la soledad, ni en el colectivismo: deja que se diluya la propia responsabilidad en el grupo. En su obra “*Yo y Tu*” (“*Ich und Du*”), él expone su concepto de la “dualidad del ser humano”, siendo ésta la esencia fundamental del mundo: orientación y realización, bueno y malo, espíritu y materia, forma y contenido, ser y convertirse en, vida y muerte, llegan a la unidad sólo si el ser humano se confronta con las polaridades y no intenta alejar del mundo las tensiones vinculadas a ellas.
- Karl Jaspers, le interesa el Hombre; la ocupación consigo mismo, en el “cómo” del comportamiento humano más que el “por qué”. Estudió medicina para abarcar al individuo como un todo y para conocer el límite de las posibilidades humanas en vez de dividir al hombre en sus partes. Una vez que la persona busca en sí mismo conocerá sus límites.
- Martin Heidegger, en su obra “*El ser y el tiempo*” analiza la existencia humana, ya que el Hombre es el único ser capaz de pre-guntar acerca de sí mismo, se encuentra en el acto de decidir o elegir, en el plano de lo Formal y del nivel de Contenido, en el primero se encuentra en cuanto tiene un margen de libertad de movimientos que lo posibilitan, y en el segundo nivel se encuentra en todo lo que él tiene que ser: la tarea de decidir y elegir.

- Jean-Paul Sartre, su supuesto fundamental es la libertad humana, ser libre no es sinónimo de tener éxito, sino de poder elegir. La relación con el no ser es la condición más importante de la libertad, ya que el ser humano debe de luchar constantemente por la libertad. No puede elegir; tiene que elegir. Adopta la concepción del tiempo de Heidegger, que se determina desde el futuro: *el comportamiento presente del ser humano está determinado por un propósito, una meta, una intención situados en el futuro*. Sólo el ser humano está en situación de establecer un vínculo entre lo inexistente y sus acciones momentáneas; en esta comprensión de tiempo corresponde al pasado un significado que se determina a partir de un futuro, los sucesos del pasado son hechos y no pueden cambiar, del significado resulta el proyecto en el instante sobre el futuro. Sartre (1999) representa un apartado complementario por su importancia temporal en la aparición de la Tercera Fuerza.

Los humanistas pretenden la plena realización de lo mejor y lo más noble de lo que son capaces como seres humanos. Esta esencia humanista prevalecerá hasta el siglo XX teniendo como principales representantes a los seguidores de la filosofía existencialista y los fundadores de la Psicología Humanista. Si se revisa con detenimiento se podrá comparar el estilo en el pensamiento de los humanistas del medioevo y los renacentistas con el de los pensadores y teóricos que se presentan en este trabajo, y se podrán notar importantes similitudes.

2.2 El existencialismo de Jean Paul Sartre: precedente de la Psicología Humanista.

Sartre (1999) explica de manera detallada la confrontación que se ha manejado a lo largo del tiempo entre el existencialismo y las ideologías comunistas; señala que la escuela existencialista ha sido criticada por ser subjetiva, estática, sin movimiento hacia la acción y muy pobre en cuanto a sustento filosófico. Afirma que el existencialismo es una escuela filosófica con un fuerte sustento; todos aquellos que

quieren explicar fenómenos del mundo se refugian con frecuencia bajo el amparo del existencialismo, entendiéndolo como un modo preciso de explicar la presencia de las cosas en la realidad (objetiva o subjetiva). De lo anterior se justifica la idea principal, en el sentido de que los procesos de realidad en la vida del ser humano son inherentes a su existencia.

Descartes, Leibniz, Kant (citados en Sartre, 1999) y otros más han argumentado que la esencia precede a la existencia de las cosas. La idea cartesiana *cogito, ergo sum o pienso, luego existo* revela un punto medular del pensamiento existencialista. Todo lo que existe y lo que nos rodea es parte de la realidad humana. Luego entonces, el proceso existencialista afirma que la existencia precede a la esencia. Esto se toma como válido si se considera que los grandes pensadores parten de la idea de que todo lo que existe posee una maquinación precedente, por lo menos antes de Sartre (1999), afirma que el Hombre es el único ser que existe antes de la esencia. En otras palabras, el Hombre existe y luego llega a ser lo que él mismo quiera hacer de él. *Existe primero, luego forma su esencia.*

El Hombre, es lo que quiere ser... “es arquitecto de su propio destino”, como dijo Kierkegaard (citado en Sartre, 1999): pero también el destino de los demás. Se forma a sí mismo, y se relaciona con otros.

El subjetivismo humanista desde su visión más profunda, radica en buscar el bien por medio de la elección. Yo elijo, pero al hacerlo llego a involucrar a la gente que me rodea. Comprometo a la humanidad porque lo que yo haga puede ser llevado a cabo por otros, entonces el Hombre genera angustia y un alto sentido de presión, por la responsabilidad de haberse obligado él, e implicar a otros.

Los seres humanos experimentan tal angustia y el no reconocerla sería mentir a sí mismos y a los demás. Contrariamente a lo que se pueda pensar, la angustia no paraliza; se sigue actuando y sobre todo forjándose un destino, porque somos libres. Entonces, el Hombre “está condenado a ser libre” y precisamente en ello se centra el proceso existencialista, ya que la existencia misma del ser humano nos lleva a una constante disputa de elección, basada en la libertad que tenemos de elegir.

Hay un ejemplo bastante claro e ilustrativo que explica el fenómeno de la toma de decisiones por parte de Sartre (1999). Cuando un muchacho tiene que elegir entre vivir con su madre o irse a la guerra, estará tomando una decisión que afectará a otras personas. La decisión que tome influirá en otros seres humanos como él. Ya lo dice Sartre: *el hombre es lo que hace*.

La angustia de elegir, de ser, tiene una intención; todo es edificado en el diario andar y las cosas que se hacen, no son producto de la casualidad ya que las procuramos.

Sartre (1999) afirma que el *quietismo* es el enemigo del existencialismo. No podemos quedarnos con los brazos cruzados y dejar que el mundo gire; ya que mi existencia es mía y de nadie más. Es por ello que se ataca al existencialismo; pero quienes lo hacen son aquellos que viven con pesimismo y piensan que es el destino quien les ha jugado mal. Sartre afirma que el amor construye y es el Hombre quien lo hace, así como es el Hombre quien se hace cobarde, valiente, héroe.

El destino del Hombre no se hereda, se construye.

Hasta este punto se tienen tres aspectos relevantes respecto al Hombre:

- 1) Él se construye a sí mismo.
- 2) No es un objeto, como lo concibe el materialismo.
- 3) Se descubre a sí mismo, pero también a los otros.

Se entiende que el Hombre de cualquier tiempo y espacio posee una condición: *existir en el mundo*, siendo libre y eligiendo. El individuo tiene que elegir siempre. **Él no puede no elegir.**

La moral propuesta por Sartre (1999) no se basa en lo bueno y en lo malo (juicios de valor) sino en lo fundado errónea o verdaderamente (juicio lógico). De esta manera, la libertad humana sigue existiendo. El determinismo es un error, un acto de mala fe, una mentira. Para Sartre, los hombres de buena fe, en cambio, buscan siempre el desempeño de su libertad. Los que hablan de un determinismo y los que hablan de la existencia del Hombre como un proceso *a priori*, son los más notables enemigos de las ideas de este autor.

2.3 Postura de la Filosofía existencialista con respecto al Hombre posmoderno.

A la época actual muchos filósofos le han llamado posmoderna y distinguen en ella una nueva forma de definir la realidad y vida en la que muchos hombres y mujeres han dejado atrás profundos valores humanos, como la fe en la razón y la ciencia y la defensa de los derechos humanos; han perdido la confianza en la lucha que defiende la libertad, la igualdad y la fraternidad.

La posmodernidad aparece en estos últimos años del siglo XX en que televisión, cine, e Internet han atrapado la mayor parte del tiempo de hombres y mujeres limitándose las relaciones humanas y el interés por los otros. Algunas características inherentes al hombre posmoderno de acuerdo con Ramón Gil (1998) mencionadas en su obra “Valores humanos y desarrollo personal” (citado en Bahena, González y Juárez, 1999) son:

- ***El individualismo***, desconfía de las instituciones, es indiferente a cuestiones de tipo colectivo, prefiere su privacidad. Esta actitud lo lleva a la soledad y la insolidaridad. No le interesa lo que ocurra más allá de su espacio.
- ***Falta de esperanza***, sobre todo en conseguir mejor futuro que el presente. No cree en la posibilidad del cambio y transformación; trata de vivir intensamente el presente y trata de pasarlo bien.
- ***Vive el momento***, para disfrutar de inmediato no toma en cuenta normas y valores siguiendo sus impulsos y pasiones.
- ***No manda la razón***, se deja llevar solamente por el sentimiento.
- ***Su pensamiento es débil***, no posee principios y criterios congruentes. Posee conocimientos adquiridos en la televisión, datos aislados, sin sentido que no le permiten tener una visión clara de su entorno.

Parece un tanto fatalista el sentido que se menciona respecto a las características del hombre posmoderno, en muchas sociedades y en el caso de la sociedad mexicana, esto es una triste realidad. De ahí que la necesidad de formar seres humanos con un modo distinto de ver las cosas se convierta hoy por hoy, en una necesidad imperiosa de las autoridades educativas. Loza (1992) dice que otra de las

características del mundo actual se encuentra el neoliberalismo, el mercado libre. Cita a Novak, quien expone algunas de las razones por las cuales la economía de nuestros días es un duro contrincante de la moral actual:

- 1) *Los mercados resuelven los problemas en función del poder adquisitivo de quienes tienen dinero. Un dólar es como un voto, y quienes tienen más dólares tienen más votos que quienes tienen pocos.* De alguna manera los valores humanos infamorales, los valores noéticos, son los que predominan (el poseer, el parecer y el placer).
- 2) *La publicidad moderna distorsiona los juicios de quienes tienen dinero, de modo que las decisiones del mercado son mucho menos racionales de lo que deberían ser.* Es tan constante y tan fuerte el ataque de los medios masivos, que a la gente no le permiten formarse su propio criterio de las cosas. Le generan a la persona necesidades artificiales y finalmente, una escala de valores que no les pertenece. Es la cultura del esnobismo.
- 3) *Las grandes corporaciones pueden fijar precios administrados a sus productos, ya sea por la lucha con otros oferentes o mediante su poder en determinados mercados.* El monopolio y la lucha entre productores a veces pareciera ser la ley de la selva, donde el que posee más poder es el que logre aplastar al más débil, a costa de lo que sea. Puede hablarse de un maquiverismo económico.
- 4) *Los mercados operan de tal modo que el rico se hace más rico y el pobre se hace cada vez más pobre.* Así, los valores de equidad, justicia social y solidaridad, tienden a brillar por su ausencia.

“... los pobres y los desprovistos de ellos (los medios económicos) por azares de la naturaleza u otras razones no pueden triunfar y, a veces, ni entrar en el mercado. Sus privaciones son parte del costo del mercado libre. Por lo demás, los valores culturales, religiosos, estéticos, solidarios y el bien común en función de la dignidad de la persona humana parecen estar ausentes en esa concepción neoliberal del mercado. El dejarlos a un lado es otra parte del costo que los neoliberales demandan por una libertad en que piensan apoyar un progreso que no será para todo el hombre ni para todos los hombres...” (Loza, 1992, pp. 102-103).

Se sabe perfectamente que la economía es una actividad humana, pero deberá estar orientada al servicio del hombre, de su dignidad, de su familia, de sus aspiraciones materiales y no materiales, temporales y trascendentales, de los intereses de sus agrupaciones y objetivos integrados al bien común. La publicidad desenfrenada, según este autor, no atiende a los valores éticos, atenta contra la dignidad del ser humano. Una economía que rechaza de manera total la intervención del gobierno, niega con toda evidencia el principio de subsidiariedad que es fundamental en toda sociedad bien ordenada. Asimismo, el empleo y el desempleo, dejados al solo juego de la oferta y la demanda, son para Loza (1992) *un atentado contra la solidaridad* y marcan un regreso al antiguo liberalismo.

Por eso, desde las esferas morales actuales y de los grandes filósofos de fin de siglo, en el cual se trata de rescatar lo perdido, se dice que existe una *ética de la solidaridad*, la cual manifiesta que:

“...el ser humano sólo conquista su realización cuando, en libertad y responsabilidad, las personas reconocen mutuamente su dignidad, constituyendo una comunidad igualitaria: es por la mediación de los demás como cada hombre se constituye sujeto libre y responsable; de tal manera que cualquier forma de dominación del hombre sobre el hombre frustra el proceso histórico de la conquista de la humanidad del hombre. La libertad humana sólo se hace efectiva cuando no se reduce a una interioridad subjetiva, sino que se realiza en las leyes, en las costumbres y en las instituciones, las cuales configuran la vida concreta de las personas...” (Conferencia Nacional de los Obispos de Brasil, 1993, p. 30).

El proceso de humanización ha sido una responsabilidad constante de quienes desean vivir en forma plena la igualdad entre seres humanos. A lo largo de la historia, ha representado una tarea para los comprometidos con el desarrollo de las personas; por tanto, ha sido importante realizar un análisis histórico y del contexto en el cual surge la Psicología Humanista. En el siguiente capítulo, se presentan los elementos específicos que propician dicha aparición y la forma como se desprende de los paradigmas ortodoxos imperantes en la época.

3

Aparición de la Psicología Humanista como reacción

aciendo alusión al proceso dialéctico de Hegel (citado en Xirau, 1980), a toda tesis le corresponde una antítesis, de tal manera que la complementación y confrontación de ambas genere una síntesis. La gran oportunidad de convertirse en la síntesis de una necesidad metodológica y aplicada por ofrecer al usuario del servicio psicológico se le presenta al humanismo, cuando se manifiesta en el contexto de la confrontación de dos escuelas diametralmente opuestas: el psicoanálisis y el conductismo. La manifestación de la psicología humanista como la Tercera Fuerza es motivo esencial de este capítulo.

3.1 Contraste entre la Psicología Conductista y la Psicología Humanista.

Quizás uno de los problemas más significativos a los que se enfrenta la psicología humanista es la severa crítica que se le pudiera hacer por carecer de un modelo positivista o científico que lo respalde. La escuela conductista rescata el saber científico como metodología

imperante en el abordaje de la conducta humana. Todo lo que presente conducta observable, medible y cuantificable será válido a los ojos de un psicólogo conductista; sin embargo, al llevar a cabo un profundo análisis sobre el estudio de la conducta humana y su posible relación con el enfoque humanista, Campos (1982) hace mención al hecho de que Rogers estuvo profundamente interesado por explicar de manera objetiva su metodología, aludiendo al hecho de que el Hombre “...por hacer Ciencia, no desaparece como persona...” (p.107).

Aun cuando no se hable de conductas observables, medibles y cuantificables en el modelo rogeriano, sí se establece una previsión de la conducta. Dicho de otro modo, los conductistas explican que bajo las mismas condiciones de estímulo en un ambiente concreto, se llegan a presentar las mismas conductas en los organismos. Esto no puede ser posible bajo la perspectiva del humanismo, puesto que cada persona es única e irrepetible; sin embargo, lo que sí se puede prever es el hecho de que, al seguir de manera sistemática el proceso de una terapia basada en las tres actitudes básicas de aprecio, comprensión empática y autenticidad, el resultado será universal: el autoconocimiento, crecimiento personal y realización del cliente o usuario del servicio psicológico.

El contraste más significativo que se puede realizar entre las ciencias del comportamiento y el enfoque humanista, radica en el hecho de que no hay universalidad en el comportamiento, ya que cada quien tiene una experiencia propia de las cosas; los seres humanos somos más que organismos respondientes al medio externo, puesto que poseemos la cualidad de elegir como responder y ante todo, no existe ninguna motivación extrínseca en el ser humano; por el contrario, la motivación surge del interior, al estar el cliente en un ambiente asumido como seguro, facilitador y propenso a despertar en él un cambio de actitud y mentalidad. La predicción de toda conducta humana se espera en cuanto el contexto de la terapia sea de facilitación, de ayuda y el cliente lo perciba así, antes que de estímulos medio ambientales y respuestas esperadas.

3.2 Contraste entre el Psicoanálisis y la Psicología Humanista.

Freud (en Hall, 1996) en su teoría psicoanalítica, se basa en instintos primitivos como fuente primaria de la motivación humana. Los instintos como principio de motivación se sobreponen, se entrelazan y poseen una fuerte interacción, de tal manera que al pensar en una motivación, hay que tener siempre presente la realidad de las demás. En el caso del encuadre humanista, la descripción de la concepción humanista del Hombre tiene por objetivo señalar la riqueza de la naturaleza humana y no los instintos. Algunas cuestiones que difieren del enfoque psicoanalítico son las siguientes:

1. ***El Hombre, como tal, sobrepasa la suma de sus partes.*** El hombre debe ser considerado como algo más que un resultado de la adición de varias partes y funciones. En el psicoanálisis se concibe al ser humano como resultado del cúmulo de experiencias y éstas permanecen como una célula enquistada que estalla en la edad adulta.
2. ***El Hombre lleva a cabo su existencia en un contexto humano.*** Su naturaleza se expresa en su relación con los otros seres humanos. Es un sí mismo, pero en correlación con los demás. El psicoanálisis, aun cuando retoman las relaciones entre madre e hijo, por ejemplo, deposita los deseos en el plano de lo inconsciente o lo primitivo.
3. ***El Hombre es consciente.*** La conciencia forma parte esencial de su ser. En el enfoque psicoanalítico, prácticamente todos los deseos, manifestaciones de la conducta y comportamientos tienen una raíz de tipo inconsciente.
4. ***El Hombre tiene capacidad de elección.*** La conciencia hace al Hombre, no mero espectador, sino partícipe de sus experiencias. En el Psicoanálisis, pudiera ser en la mayoría de los casos un receptáculo y emanador de energías.
5. ***El Hombre es intencional.*** La intencionalidad es la base sobre la cual el hombre construye su identidad. Es consciente, no inconsciente como manifestara el enfoque freudiano.

En el caso de la psicopatología, por ejemplo, podría llegar a pensarse que la intencionalidad como tal no existe, sin embargo el hombre siempre está obligado a elegir. El homicida, el suicida o el violador han *elegido* consumar el acto que moralmente ha sido catalogado como inmoral o malo. Los cánones o convencionalismos sociales son unos, pero el modo como la persona al ser libre, regula su propia conducta, es un proceso personal, subjetivo y autónomo. El hombre siempre elige bien (Sartre, 1999), lo cual indica que el ser humano actúa y elige en pos de su bienestar personal, aun cuando el factor externo determine todo lo contrario.

Desde el enfoque psicoanalítico, el Hombre tiene características que parecen inherentes a su especie, es capaz de expresar toda clase de sentimientos amargos y asesinos, impulsos anormales, deseos extravagantes y antisociales. En el Humanismo se está de acuerdo con lo anterior, pero también ese Hombre es digno de confianza, cuya característica principal es tender hacia el desarrollo, la diferenciación, las relaciones cooperativas, cuya vida tiende a moverse de la dependencia a la independencia y cuyos impulsos ha sabido armonizar en un complejo y cambiante patrón de autorregulación. De esta manera un individuo es verdadera y profundamente miembro único de la especie humana y no un descubrimiento que despierta horror (como se planteara en el psicoanálisis).

3.3 Aparición de la Psicología Humanista como tercera fuerza en la Psicología del siglo XX.

Kopp (1999) ubica al siglo XX como el escenario en el cual surge la psicología humanista, tomando en cuenta los cambios significativos que ha sufrido la historia del Hombre. Cómo el ser humano, después de haberse creído (y aun lo hace) una raza superior, ha caído en la cuenta de que ni lo es y además posee susceptibilidades como cualquier otra especie.

Los psicólogos o psiquiatras, los actuales “gurúes” o “gurús”, han visto nacer junto con esta disciplina, tres importantes herramientas o métodos para abordar los problemas del ser humano: nada es para siempre; todo termina o se modifica algún día.

Las tres teorías predominantes: Psicoanálisis, Conductismo y Humanismo son útiles en su momento y de acuerdo a las circunstancias; Kopp (1999) plantea una crítica fuerte a la escuela fundada por Freud, diciendo que el psicoanálisis posee *ortodoxia en los labios y plomo en el corazón*. A pesar de ello, el psicoanálisis ha sido de mucha utilidad para algunos casos difíciles, utilizando el diván como objeto central; el método de asociación de ideas, el estudio de sueños y la determinación de los mecanismos de defensa, la transferencia y la contra transferencia (Hall, 1996).

Kopp (1999) afirma que quizás el gran problema psicoanalítico haya sido llevar a gran parte de la humanidad al extremo opuesto (por ejemplo, la libertad sexual, sin limitaciones).

Referente al conductismo, se hace mención al hecho de que sea una práctica “peleada” con el psicoanálisis, ya que se ubica en lo observable, medible y cuantificable. Kopp (1999) menciona que es útil, siempre y cuando coadyuve a la transformación de hábitos específicos, pero no de emociones o estados subjetivos de ánimo.

El conductismo con sus variantes terapéuticas (inhibición recíproca, terapias aversivas y condicionamiento operante, entre otras), partiendo de los paradigmas pavloviano y skinneriano, han sido útiles en algunos momentos, pero también han llevado a grupos de personas al extremo de caer en dos grandes errores: uno, llegar a creer (el *gurú* conductista) que él sabe lo que conviene y debe hacerse con el paciente y el segundo error, llegar a *robotizar* a grandes masas de personas. Tal es el caso, por citar un ejemplo, de las campañas publicitarias para promover necesidades artificiales en el consumidor, donde resulta claro el empleo de técnicas de modificación de la conducta para que se compre cada vez más o se consuma un producto con mayor frecuencia.

Finalmente, la Tercera Fuerza, el Humanismo surge como una necesidad genuina (y algo excéntrica según Kopp (1999) de romper con esa imagen de *semi-dios* que se ha creado en torno al analista, los siguientes autores han contribuido al desarrollo de la escuela humanista:

La parte teórica fue mérito de Maslow, Rogers y Perls (citado en Kopp, 1999) han sido los más grandes promotores de la psicoterapia

Gestalt, con un enfoque diferente a su homónima teoría alemana. La necesidad de los humanistas de hacer florecer el potencial humano ha servido de piedra de salvación para muchos, pero por desgracia (y como ocurre con cualquier movimiento vanguardista) no faltan los oportunistas y pseudo profesionales que, aprovechando la necesidad de otros, se dedican a engañar a personas con el título de *facilitadores o humanistas*.

Kopp (1999) es bastante objetivo al resaltar virtudes y defectos de las tres teorías importantes hasta el momento en la ciencia psicológica. Aun cuando el autor se inclina hacia el final por el humanismo, por convicción propia no deja de plantear un riesgo muy importante en el que se podría caer: que el terapeuta humanista llegue a creer que puede conducir la vida del otro, y por razones metodológicas esto no es posible. El papel del terapeuta humanista es acompañar al otro y coadyuvar a su desarrollo personal.

4

Psicología Humanista: representantes y postulados teóricos

 Al contextualizar en tiempo y espacio el acontecer de la Psicología Humanista, se hace necesario hablar de quienes han construido este fenómeno psicológico. Aun cuando son muchos y variados los representantes del movimiento, se ha considerado pertinente mencionar de manera explícita en este capítulo a los pilares tanto teóricos como prácticos del enfoque. Así mismo, se ha mencionado de manera somera a otros autores, no por demeritar su papel en el contexto humanista, sino por ser colaboradores inmediatos de quienes han dado un nuevo giro a la disciplina psicológica en el enfoque centrado en la persona.

4.1 Abraham Maslow.

Las investigaciones realizadas por Maslow (1997), referentes a la *autorealización* y todos aquellos eventos o factores que la caracterizan, han llevado un rumbo a veces incierto para la rigurosidad científica; debido a que el término en sí es muy vago y subjetivo. Este autor ha encontrado un serie de características o signos (los compara con un

“síndrome”) que forman la autorrealización. La persona en vías de lograrla posee en general los valores de salud, fortaleza, creatividad, virtuosismo y sagacidad.

Una persona autorrealizante, posee ese sentido de lograr algo, de llegar a una meta, de cumplir con un destino. Para ello busca siempre lograr los valores del “ser” (valores S), los cuales son básicos, como: la belleza, la verdad, la bondad. Pero estas *meta necesidades* se encuentran muchas veces contra las *meta patologías* que no son más que aquellos obstáculos de la autorrealización (ejemplo: la mentira, la maldad), de tal suerte que el individuo necesita acompañamiento, un meta consejero en su proceso de autorrealización.

Para Maslow (1997), hay ocho vías de autorrealización y dos vertientes importantes, las cuales se relacionan íntimamente con los valores S que marcan o determinan el rumbo de la vida. Las ocho vías son:

1. **Abstraerse.** Pensar en uno mismo y sin poses. Dejar fluir las emociones y el impulso para lograr “algo”. *Valor: autenticidad.*
2. **Elegir.** Tomar en cuenta los pros y los contras de cada cosa que hagamos. Al fin de cuentas, la vida es una constante toma de decisiones. *Valor: inteligencia.*
3. **Auto escucharse.** Decir y hacer lo que se piensa y no lo que le han dicho o sugerido que haga y diga. Lo introyectado no sirve, sino lo que la experiencia ha dado. *Valor: libertad.*
4. **No dudar.** Permitirse actuar con honestidad y responsabilidad sin vacilar en el “qué dirán” o “qué pasará”. *Valores: honestidad y responsabilidad.*
5. **Ser valiente.** Atreverse a manifestar la actitud y el punto de vista ante las situaciones de la vida que se presentan (al fin, el ser humano es el responsable de sus actos). *Valor: valentía.*
6. **Ser ambicioso.** Implica buscar siempre ser mejor que ayer. Exigirse cada vez más, sobre todo no competir con nadie que no sea consigo mismo. La persona es su propio contrincante. *Valor: autoconcepto.*
7. **Buscar el meta consejo.** Saber comunicar el proceso interno y permitir al otro comunicarse consigo. Estar al pendiente de las experiencias cumbre y valorarlas, hablando de ellas. *Valor: comunicación.*

- 8. Autoconocimiento.** Permite valorar las cualidades, defectos y meta patologías, para crecer como ser humano. Saber de donde vengo, hacia donde voy y por qué no he llegado. *Valor: autoestima.*

Las dos vertientes mencionadas por Maslow (1997) son las siguientes y consisten en dos caminos que la persona tiende a tomar, con base en la experiencia de su vida:

- **Desacralización.**- Un mecanismo defensivo que consiste en perder la fe en los valores y en la credibilidad de la gente; recurrir al impulso y no a la responsabilidad. Pero esto es una consecuencia de las experiencias negativas de la vida (los jóvenes son los representantes más notorios).
- **Resacralización.**- Como su nombre lo indica, es retomar aquellas virtudes y valores que por experiencias personales se han ido perdiendo. No es fuera de moda retomar lo perdido, si esto me va a servir para autorrealizarme.

La importancia que se le otorgue a un evento depende de la jerarquización y de los valores en el área explorada, entendiendo que ninguna escala de valores es mejor que otra. Simplemente son *cualitativamente* distintas. Maslow (1997) promueve la realización de la persona cuando ha cubierto necesidades que a la vez, nos remiten a la escala de valores planteada por Gutiérrez (1990) (Figura 4.1):



Figura 4.1. Escala de Valores de Gutiérrez.

Maslow (1970, citado en Muñoz, 1998) plantea que la autorrealización no es algo mágico o que surja de manera abrupta, es un largo transitar, un camino ascendente de constante lucha; de acuerdo a la investigación y experiencia del autor, los seres humanos vivimos intensamente ciertos momentos de la vida; momentos plenos a los que se les colocan generalmente adjetivos como: grandioso, bello, pleno de vida, armonioso, etc. A estas experiencias les denomina “cumbre”, *experiencias cumbre*, éstas se limitan al aspecto humano, al de realización personal o al místico. Sin embargo, desde la perspectiva de Maslow (1997), se puede afirmar que incluso en el plano científico o de la objetividad se viven también experiencias cumbre (llamadas “datos” por los científicos). Desde un humanista hasta un científico pueden determinar momentos memorables.

La jerarquía de necesidades propuesta por Maslow (1997) abarca desde las necesidades biológicas básicas hasta la autorrealización, que es el motivo supremo. Para que se manifiesten las necesidades de crecimiento, es preciso satisfacer antes las necesidades primarias situadas debajo de ellas en la jerarquía (niveles 1 al 4) (Figura 4.2).



Figura 4.2. Pirámide de las Necesidades de Maslow.

Los hechos se transforman en valores porque se les da esa connotación, emplear la palabra valor tiene sus problemas, de acuerdo con Maslow (1997):

1. Es muy vaga, subjetiva y podría caducar algún día por lo mismo.
2. Debido a que un “valor” no es ya un hecho, sino lo que debiera hacerse; hay personas que no son lo que quieren ser, sino lo que “deben” ser.
3. El camino de autorrealización no debe abocarse al “deber ser” sino al “ser” mismo de la persona.
4. Al compartir con los demás en la convivencia, los valores de la persona son los que cuentan al igual que los de otros y esto a veces cuesta trabajo aceptarlo.
5. Si la persona coloca primero al “deber ser” y luego al “ser”, no puede ser aceptante con las demás personas.
6. A priori, se ha catalogado la naturaleza humana como algo negativo; esto obviamente la ubica en el plano del rechazo y el juicio hacia los demás.
7. Si la persona aplica la aceptación positiva incondicional, podrá encontrarse integrado con los demás, esto se obstaculiza por emitir juicios sobre el otro.
8. Cuando una persona no permite que la otra se escuche a sí misma, no le permite crecer.

En la Psicología Humanista existe una perspectiva muy diferente en cuanto a los valores, ya que finalmente se plantea la posibilidad de personalizar la escala de valores que cada ser humano posee. Se le da mayor importancia a los valores personales, a los que cada persona coloca en su proyecto de vida personal por encima de los colectivos o universales, que llegan a situarse en un segundo plano.

4.2 Carl Rogers.

Para los humanistas y promotores del desarrollo de la persona, los valores son parte fundamental en su vida. Rogers (1997) afirma: para que una persona viva en un proceso de desarrollo, búsqueda de sí misma y bienestar personal, habrá de ser consciente de sus

emociones, de sus sentimientos y de sus valores. El ser humano se relaciona con el “otro”, con su semejante y comparte con el “otro” el sentido de su propio valer y su propio existir. Precisamente en esta convivencia con el otro puede promover su desarrollo personal, pero también puede promover el desarrollo personal de los seres que le rodean.

Se deben poseer tres actitudes básicas para promover la convivencia, los valores y el desarrollo en los demás y en sí mismo. El aprecio positivo incondicional, la congruencia o autenticidad y la empatía:

a) Aprecio positivo incondicional, radica en el principio humano de la libertad, el cual es un valor, de creer, de pensar, de sentir y sobre todo en la actitud positiva que se pueda depositar en el otro. Un aprecio incondicional y positivo no juzga, no evalúa, ni sanciona las actitudes y creencias del otro. Este aprecio implica el entendimiento del otro, en el sentido de tratar de entender su estilo de vida, aunque difiera de él personalmente. Este aprecio también se basa en el principio de la *no posesión*; es decir, que no se hacen propios los problemas o situaciones adversas de los demás y se crea un clima de confianza (de uno a uno) ya que no hay resistencias, barreras o el miedo al juicio o la desaprobación. El aprecio sirve para no juzgar a la persona, sino los actos de la persona y sólo si la persona misma autoriza juzgarlos. Dice el autor además, que el aprecio no se debe fingir, ya que esto resultaría más nefasto que el mismo rechazo.

b) Congruencia o autenticidad, significa actuar y ser tal y como realmente es y actúa. Quitarse “caretas”, hacer y decir lo que se siente. Ser congruente entre lo que se dice y lo que se hace, favorecer el crecimiento del otro. Además, si realmente la persona quiere reflejar una imagen positiva de sí misma, tendrá que aceptarse primero y comprenderse, de tal modo que no desquite su malestar personal en los demás. Surge un valor relativamente “nuevo” y que se ha convertido en un concepto de moda: la autoestima. Satir (2002) la define como una especie de recipiente (olla) que conforme se experimentan diferentes vivencias se puede poner alta o baja. La autoestima es un estado dinámico

y cambiante y en el primer caso, cuando está alta se puede expresar, sentir y compartir sentimientos positivos; en cambio, cuando el autoestima baja, los seres humanos tienden a experimentar y transmitir sentimientos negativos (destructivos y autodestructivos, que en otros términos se pueden conocer como antivalores). Una persona que vive fielmente el valor del autoestima, puede decir lo que piensa y siente; sin embargo, Rogers (1997) aclara que ser auténtico no es ser impulsivo ni tener una “franqueza hiriente” que más que ayudar, destruya la relación con otras personas. Se deben manejar los valores del respeto y la delicadeza en el trato con los demás. Fingir ser auténtico es más funesto que la falsedad abierta.

- c) **Empatía**, aunque se tiende con frecuencia a juzgar al otro y ponerle la etiqueta de bueno o malo, se tiene la opción de volverse empáticos según Rogers (1997). Esto significa que podemos ponernos en los zapatos del otro, sin ser el otro; sin mezclar sus emociones con las mías; sin absorber su problemática como mía; sus valores o su escala de valores como mía. Se trata de entender y cuestionar qué siente él o cómo se siente. La persona comparte su vida y valores con el otro con seguridad, con ganas de expresarse, porque sabe que en el otro encontrará el valor de la empatía, del esfuerzo por tratar de entenderlo, encontrará la escucha, el valor de la comunicación. Dice Rogers, la empatía no debe simularse, ya que esto es más destructivo que juzgar abiertamente.

Rogers y Kinget (1972) exponen algunas de sus experiencias personales desde el punto de vista profesional, para guiar y facilitar a quienes laboran como terapeutas en el contexto del humanismo. En primer lugar, es revelador que se explique por parte del autor y uno de sus principales colaboradores el hecho de que cada uno de los seres humanos tienen una experiencia distinta de las cosas es cualitativamente diferente.

Rogers (1997) afirma que:

- a) Es sumamente importante mostrarse tal como uno es, sin falsas poses y de manera coherente entre lo que se dice y lo que se hace.

- b) Para lograr lo anterior, es necesario manifestar la autenticidad y el auto conocimiento. Manejar las propias emociones en el sentido de hacerlas conscientes (cuando me siento triste, enojado, aburrido, etc.) ante ciertos eventos o ciertas personas.
- c) Cuando me permito conocer y comprender al otro, las relaciones humanas se optimizan. Esto quiere decir que trato de comprender al otro, sin juzgarlo ni catalogarlo.
- d) La comunicación eficaz entre yo y el otro, permite la retroalimentación, sobre todo, el crecimiento personal.
- e) Aceptar al otro y permitir que exprese sus sentimientos hacia los demás y hacia el clima que se genera entre ambos, puede experimentar una experiencia gratificante. Hay libertad.
- f) Cuando permito al otro ser él mismo y yo también soy auténtico, podemos generar un clima mutuo de crecimiento.

Además de lo anterior, Rogers (1997) resalta como algo importante el autoconcepto y el autoconocimiento. Destaca la importancia de la relación humana en la labor humanista, ya que es trabajo de dos generar el clima de confianza y desarrollo personal, aceptación, empatía, confianza. Lo más importante es que el facilitador, habrá de reflejar honestidad, aceptación y actitudes positivas, para procurarlas en el Otro y, en caso de que estas actitudes no se presenten, es preferible ser lo suficientemente honesto para canalizar al cliente o para manifestarle de manera abierta la poca posibilidad de acompañarlo. Esto es la base del contexto rogeriano: el ser auténtico.

4.3 Kurt Goldstein y Fritz Perls.

Goldstein (citado en Sahakian, 1990) es uno de los grandes investigadores que tiene que huir a Europa, debido a la persecución NAZI, llegando a los Estados Unidos durante la Primera Guerra Mundial. Quizá una de las más grandes aportaciones que haya hecho a la Ciencia y a la investigación humanista, sea la del organismo unido (unión entre espíritu y vida).

Desde el punto de vista de Goldstein (citado en Sahakian, 1990), la realización personal de todo ser humano, tiene sus bases

en un estado de tensión. Gracias a ella, el Hombre va pasando “de catástrofe en catástrofe” tratando cada día más de superarse en todas la esferas de su vida. Contrario al concepto de organismo freudiano, concibe a un organismo activo y no pasivo como afirmara el padre del psicoanálisis. Para este autor el cuerpo, el alma y el espíritu forman parte de una *gestalt* perfecta. En otras palabras, retoma los principios generales de la escuela de Berlín, haciendo hincapié en que el organismo y el entorno se corresponden dinámicamente. En su teoría reafirma las ideas antes expuestas por otros autores, principalmente en el sentido de que el ser humano tiene la libertad de decidir y cuando se “enferma” tiene que optar. Habla también sobre la importancia de los valores humanos en la vida de todos los individuos.

Por otro lado, Goldstein (citado en Sahakian, 1990) apoya al empirismo como método válido de investigación; que el ser humano se tope con la verdad por medio de la experiencia y sobre todo que el conocimiento y explicación de los acontecimientos no se dan por separado (al igual que un organismo no lo es sin la integración de sus miembros). Aporta a la Psicología Humanista diversas ideas:

1. *El Hombre a lo largo de su existencia se enfrenta con la necesidad de elegir y decidir.*
2. *El proceso único en la vida del Hombre, total y unitario, es la autorrealización.*
3. *El Hombre puede “crecer” gracias al estado de tensión en el que vive y esto trae consigo disfrute, es la “sal de la vida”.*
4. *Permite ampliar el radio de acción de la gestalt al promover los principios de figura y fondo a todas las funciones orgánicas.*
5. *La explicación de los fenómenos es empírica no de lo particular a lo general, sino partiendo de un todo y explorando sus partes.*

Muñoz (1998), haciendo referencia al enfoque de Goldstein, menciona que la psicología se ha encontrado con una especie de vacío al querer explicar el comportamiento de una manera generalizada y más aún, promoviendo la idea de que los instintos son parte única en la vida de los seres humanos, esta idea tiende a confundir la mayoría de las veces antes que esclarecer la psicología del ser humano.

El holismo, que promueve la integración del yo, fue promovido de manera intensa por Perls (1994), quien siendo un reconocido psicoanalista, decide formular junto con su maestro Goldstein y otros colaboradores una nueva escuela derivada del enfoque humanista: la terapia Gestalt. Al fusionar algunos conceptos psicoanalíticos con principios humanistas, se formula el holismo, el cual puede observarse en un esquema de la visión holística del ser humano; la del yo integral, la reunión de todas las partes que conforman al ser humano. Rodríguez y Pellicer (1998) hablan del yo integral formulado por Perls (Figura 4.3):

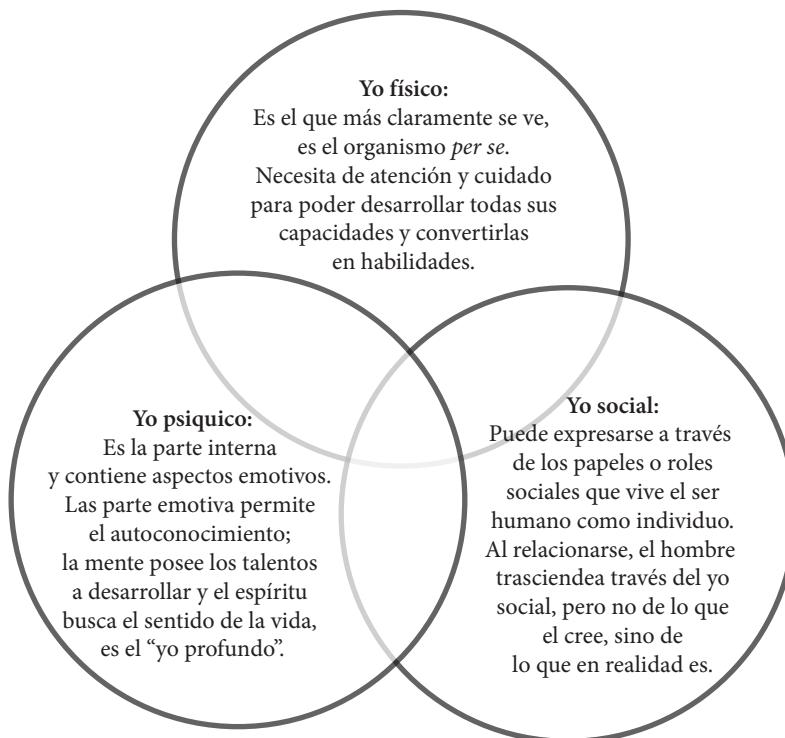


Figura 4.3. El Yo Integral según Perls.

El enfoque Gestalt apoya la idea de que, más allá de los instintos hay un sentido profundo de la supervivencia; querer crecer y desarrollarse como ser humano, priorizando valores y adecuándolos a la realidad. Para lograr un perfecta *gestalt* el individuo debe armonizar su vida, satisfacer sus necesidades y saber auto regularse.

Para un trabajo psicológico puro que pueda abordar de una forma plena la situación que vive el ser humano, es muy importante que se olviden las claves duales: alma/mente-cuerpo, para dar paso al enfoque *holístico*, en el cual se une todo el organismo en una sola existencia para llevar a cabo su comportamiento; para expresar sus emociones, ejecutar acciones y abstraer ideas.

Combinar lo físico con lo mental proveerá al ser humano de mejores herramientas para conocer y comprender a la *gestalt* perfecta que es el organismo humano. El Hombre es un ser integral, no desmembrado en pedazos. De esta manera se manifiestan los postulados teóricos más relevantes de Goldstein (citado en Sahakian, 1990), quien es uno de los grandes pilares de la Psicología Humanista y fue también maestro de otro representante importante de este movimiento: Fritz Perls.

Existen otros exponentes del humanismo, cuyos planteamientos serán abordados en el siguiente capítulo.

5

Exponentes tardíos del humanismo

5.1 Rollo May.

ste autor pertenece a una escuela derivada del humanismo, el cual para muchos puede catalogarse como humanístico-existencial o psicología existencialista. Morris (1992) plantea que esta psicología se basa en la filosofía existencial que en la década de los 40 alcanzó gran popularidad por obra de Jean-Paul Sartre, entre otros. Los psicólogos existencialistas analizan lo absurdo y la enajenación de la vida moderna. Según esta perspectiva, los sentimientos dan origen a la apatía, al miedo y a otros problemas psicológicos.

Rollo May (citado en Morris, 1992) afirma en primera instancia que los estadounidenses de la época actual son almas perdidas, personas sin mitos ni héroes. La Psicología humanista y la existencialista convergen en algunos puntos importantes. Quizá el más significativo se refiera a la concepción de Hombre, afirmando que la gente debe aprender a realizar su potencial. Mientras que la segunda instancia se centra en el restablecimiento del sentido interno de identidad y de fuerza de voluntad, la primera destaca las

posibilidades de la experiencia no verbal, la unidad de la mente, los estados alterados de la conciencia y el desahogo. Las concepciones existencialista y humanística han tenido más influencia fuera de los Estados Unidos, que en su país de origen.

Martínez (1982) centró la atención en el enfoque de May, rescató algunas de las ideas más significativas del autor. Se dice que el ser humano ha vivido y vive aun rodeado de limitantes. Muchas veces encontramos el gran problema de no movernos (a nivel pensamiento) hacia algún lado. Cuando el Hombre no piensa más allá de sus paradigmas (esquemas o criterios previamente establecidos) puede caer en el pensamiento lineal y no creativo, o puede llegar al grado de no observar una realidad que ahí está, lista para ser observada.

La ciencia psicológica mediante su desarrollo, ha probado la explicación de los fenómenos inherentes al ser humano por medio de paradigmas. Desde la introspección (mirar hacia adentro) hasta el esquema del conductismo, los cuales son polos enteramente opuestos. Se ha basado la explicación por medio de modelos previamente establecidos. Estos esquemas o paradigmas según el autor, más que ayudar han limitado y hasta restringido la investigación del fenómeno de la conciencia.

A lo largo del tiempo han seguido las pugnas entre teorías, corrientes y escuelas en Psicología que nunca han logrado llegar a un consenso acerca de lo que es la disciplina misma. Cada teórico o investigador concibe las cosas como cree que es lo mejor y unos se critica a otros. Según May (2011), la psicología ha llegado a un momento especial de romper con las limitaciones, debido a diversas ideas que propone:

1. *El psicólogo se siente parte de la cultura, la cual está en constante cambio.*
2. *El Hombre ha descubierto que la conciencia es tan distinta y difícil de describir que sería absurdo encajonar en lo que es una conciencia normal o anormal. Se ha interesado por las filosofías orientales y el efecto de las drogas psicodélicas.*
3. *Se ha podido combinar la investigación experimental de psicología; tomar en cuenta no solo los aspectos conductuales “objetivos” sino también los filosóficos, llegando incluso a la asombrosa explicación objetiva de los sueños.*

4. *Pretende lograr un concepto holístico de la psicología, integrando la parte racional y lineal con la irracional e intuitiva. Porque contrariamente a lo que la gente ha pensado siempre no todos los descubrimientos científicos han seguido una línea rigurosa de investigación. Simplemente habría que recordar la caída de la manzana de un árbol (gravedad) o el observar cómo los barcos desaparecen en el horizonte poco a poco (forma esférica de la Tierra).*
5. *Se entiende que nuestra conciencia es una construcción y no un esquema predeterminado.*

Sobre este último punto, se retoma el hecho de que la conciencia y la vida del ser humano habrán de construirse por medio de la libertad. May (1988) menciona que la libertad ha sido considerada por muchos como un don muy preciado, al grado de combatir o incluso morir por ella.

La libertad tiene algunas características propias:

- a) Es superior a los valores, ya que éstos se restringen a la libertad de ejercer o no ciertos valores.
- b) Es tan autosuficiente, que se regula a sí misma.
- c) Algunos enemigos que tiene son el capricho y la esclavitud.
- d) Su aliada más importante es la dignidad humana.
- e) Esta libertad es posible, por lo tanto debe conservarse la esperanza de poseerla y retenerla.

Sobre este último aspecto, concuerda con lo que Fromm (1999), más adelante diría con respecto a la esperanza. Dicen ambos autores que la esperanza no es pasiva, no es precisamente esperar, ya que esto se entiende como un disfraz y es más bien, en el fondo desesperanza o impotencia. Tampoco es querer algo más, porque ésta se traduciría en codicia y alienación. Sería inexacto hablar de la esperanza como una aventura visceral. Usar la actividad es indispensable para saber esperar, viendo a la actividad como una actitud y no como una conducta. El que espera está siempre listo para actuar en el momento adecuado. No se queda estático, ni actúa sin pensar. Está alerta.

La fe es la base de la esperanza, pero ésta es racional, es consciente y se sabe gracias a ella de lo que somos capaces, potencialmente hablando. La fe irracional (aceptar pasivamente algo, aunque no lo sea) no tiene relación con la esperanza.

La fortaleza es el motor de la esperanza, aquella que impulsa al Hombre a atreverse por convicción propia a hacer algo más. Jamás para quedar bien con alguien o algo, o por miedo a perder algo o alguien.

La resurrección es el alimento de la esperanza; son aquellos actos que permiten ser mejor Hombre cada día e impiden morir en el sentido de la misma.

La esperanza mesiánica no es determinista ni profética; no llena el horizonte de cataclismos ni malos tiempos. El profeta con esperanza puede ser cualquiera que se forja un futuro mejor; que cambia hábitos negativos por positivos y se construye un mejor porvenir.

Los factores que pueden desactivar o incluso destruir la esperanza son la mentira, la insatisfacción personal, el endurecimiento de corazón, la violencia y la destrucción. Desafortunadamente estos factores se encuentran a la orden del día en la sociedad actual (May, 1988).

El mundo se está desesperanzando y cada persona tiene o no la esperanza, dependiendo del contexto en que vive. El mundo actual es una muestra de la falta de esperanza a un nivel *macro* y *micro*.

Hasta este momento, se encuentra un sustento fuerte de la libertad en la esperanza, colocando a la libertad misma como el eje fundamental de la vida de los seres humanos. Sin embargo, May (1988) dice que también por desgracia se ha colocado a la libertad como un motivo de queja y problemática existencial, ya que actualmente la persona que la menciona es tildada de hipócrita e incluso sarcástica, porque no es posible hablar de algo que ya no existe. La gente ha llegado a no creer en la libertad política, social, religiosa e incluso al interior de la familia, porque es totalmente incoherente hablar de la libertad, en una sociedad capitalista donde los medios de comunicación y partidos políticos someten a sus pueblos en la lucha por el poder.

El autor afirma que la terapia humanístico-existencial permite que la persona redescubra su mundo y de alguna manera busque la

realización de su propia libertad. Claro está que se debe concienciar el tipo de terapia que se está manejando porque si se tratara de una de tipo directivo ¿Dónde estaría la libertad?

Desde un punto de vista existencialista los seres humanos somos arquitectos del propio destino y se necesita ser libres y conscientes para continuar o comenzar el dominio de la propia vida con RESPONSABILIDAD, ésta debe partir de un auto conocimiento, de hacer contacto con percepciones, sentimientos y vivencias.

La responsabilidad no es una carga desde esta perspectiva, sino una parte de la vida del ser humano. Todo lo que se es, se tiene y se siente es propio y es la responsabilidad de cada persona comprender que todos los sentimientos derivados de la propia existencia no le pertenecen a nadie, más que a uno mismo. Eso es el principal objetivo de la terapia existencialista, defendida por May (1988).

5.2 Virginia Satir.

Satir es considerada una de las más grandes mujeres humanistas del siglo XX, ya que determinó un nuevo estilo y enfoque en el manejo de las relaciones humanas. Fue la iniciadora del movimiento de terapia familiar sistémica y al lado de Rogers, Perls, y otros autores más, inspiradora del movimiento de programación neurolingüística.

Dedicó gran parte de su vida al manejo de la familia a nivel terapéutico, con un estilo sumamente peculiar, sobre todo en el aspecto de la comunicación, creía con vehemencia que la manera como se comporta el ser humano cuando es adulto, parte directamente de los lazos que se hayan generado al interior de la familia. Considerando que los individuos son quienes forman parte de una sociedad, es de suma importancia formar personas congruentes y emocionalmente fuertes. Promovió la parte importante del Desarrollo Humano, consideraba que formar gente con autoestima equilibrada, con autoconcepto, liderazgo y actitudes coherentes entre lo que se piensa, se dice y se hace, se podría lograr un mejor proyecto de sociedad.

Su obra se basa principalmente en un compromiso con la congruencia. Las experiencias y modelado congruente de la vida misma conducirán al ser humano a métodos creativos para que logren

una mejor comprensión entre ellos; que generen conductas de auto cuidado y atención a las demás personas.

Satir (2002) basó su modelo de intervención en terapia familiar, considerando que el mundo, así como la vida del ser humano son maravillosos y en constante devenir. Sin embargo, hay personas que pasan por la vida sin darse cuenta de esa fuerza interior que los puede ayudar a salir adelante. Estas personas necesitan de otro ser humano que los ayude a encontrar esa riqueza interior.

Los modelos tradicionales que Satir (2002) denomina de “amenaza y recompensa” manifiestan que Yo (el experto) debo ayudarte a Tí (el que tiene un problema), de tal suerte que unos son los que determinan el *deber ser* y otros solamente se rigen en el modelo de *ejecución*. Afirma la autora que estas personas que forman parte del Yo (experto) no tienen que ser necesariamente malos; su creencia es la de creer que actúan así por el bien de quienes están abajo. El modelo de “amenaza y recompensa” se basa en reglas y normas de conducta.

En contraste con lo anterior, Satir (2002) propone un modelo que denominó “**modelo semilla**” el cual tiene como principal característica el desarrollo del potencial humano. El hecho de que una persona haya desarrollado su semilla interior (potencial) de manera distinta a otros seres humanos, no la coloca en un estatus superior o de privilegio. Cada persona tiene un rol que cumplir en la vida y la clave del éxito en las relaciones humanas se basa en asumir en conciencia y con responsabilidad ese rol. El cuidado de la semilla personal y promover en los otros seres humanos el descubrimiento propio de su identidad y potencialidad es una responsabilidad compartida, la cual no se asume por compromiso u obligación, sino por *convicción*. Concuerda con el proverbio freudiano de que el amor y el trabajo son las cualidades de un individuo mentalmente sano. Una persona que desea Vivir (con mayúscula) no se preocupa por el estado de equilibrio (*statu quo*) y siempre se encuentra en un proceso selectivo, de toma de decisión constante, de eliminación de todo lo que no le sirve y de búsqueda de nuevas experiencias (retomando así los conceptos de Goldstein, Maslow y Perls, sobre el placer por la tensión). El Hombre llega a conocerse realmente cuando ha logrado

integrar su mente y su cuerpo de manera eficaz y cuando vive el arte de la conciencia, del darse cuenta, holismo de Perls (1994).

La persona ideal desde el punto de vista de Satir (1995) es aquella que vive con cierta ambigüedad y trata de ser ella misma. Las personas con este sentido de la vida, pueden poner en práctica las cinco libertades, las cuales son:

1. *Ver y oír lo que hay, en vez de lo que debería haber, hubo o habrá.*
2. *Decir lo que se siente y piensa, en vez de lo que debería decirse.*
3. *Sentir lo que se siente, en vez de lo que debería sentirse.*
4. *Pedir lo que se desea, en vez de siempre esperar a recibir permiso.*
5. *Correr riesgos por cuenta propia, en vez de tomar la determinación de permanecer “seguro” y no hacer problemas.*

Como se puede observar, Virginia Satir (2002) concuerda plenamente con los enfoques humanistas, existenciales y gestálticos, en el sentido de rescatar la esencia personal de cada ser humano que nace, crece, se desarrolla y muere en el mundo.

5.3 Viktor Frankl.

Viktor Frankl nació en Viena en el año de 1905. Desde niño él percibía la vida profundamente y sorprendía a sus profesores por la profundidad y madurez de sus preguntas. Antes de terminar su educación secundaria presentó uno de sus artículos a Sigmund Freud, quien más tarde lo publicó en su *“International Journal of Psychoanalysis”*. Cursando la carrera de medicina ingresó a la Sociedad adleriana de Viena, siendo el presidente honorario Alfred Adler, fundador de la Psicología Individual, pero como no comulgaba con la posición de Adler, fue expulsado de dicha sociedad. Tampoco comulgaba del todo con las ideas de Freud, ya que lo que quería comprender al Hombre en *su totalidad*; así realizó su Doctorado en Psiquiatría, terminándolo en el año de 1930.

Posteriormente ingresó como médico a la Clínica Neuropsiquiátrica de la Universidad de Viena, donde Freud y Julios von Wagner (ganador del Premio Nobel de Psiquiatría) daban sus cátedras y Manfred Sakel también fue profesor de Neurología y Psiquiatría en

dicha Universidad. Además de desempeñar el trabajo de catedrático, fundó centros de orientación para jóvenes con problemas.

Aprendió mucho de la psicología humana de sus pacientes y se concentró en el fenómeno del vacío interior o *vacío existencial* como él lo llamaba. El estudio de este fenómeno se convirtió para él en el sentido de su vida. Ayudó a sus pacientes a encontrar el sentido tanto a sus actividades como a sus relaciones con los demás y a aceptar y convertir en un desafío su realidad por dura que ésta fuera.

Durante la Segunda Guerra Mundial los NAZIS lo tuvieron preso en el campo de concentración de Auschwitz en donde pudo observar, vivir y aprender del sufrimiento propio y de tantas personas que como él tenían el peligro inminente de ser torturados o muertos. De esta larga experiencia, dos años y medio, se convence plenamente de que un individuo puede responder diferente ante una misma experiencia y que aun bajo las circunstancias más adversas conserva su *libertad interior*.

En los años de la posguerra publicó catorce libros, reingresó a la Universidad de Viena donde obtuvo su segundo Doctorado en Filosofía. Recibió honores y reconocimientos de quienes conocieron su escuela; le dieron el grado de Doctor *Honoris Causa* en las universidades de Cincinnati, Chicago y Rockford. Sus libros se tradujeron a 18 idiomas incluyendo chino, japonés y coreano. Recibió innumerables premios e impartió conferencias alrededor de todo el mundo.

Víctor Frankl falleció a la edad de 92 años, en 1997.

Algunos conceptos e ideas de Frankl (2001) son los siguientes:

- El Hombre, lo que busca por su propia naturaleza es un motivo para ser feliz, no la felicidad en sí. En cuanto lo encuentra, la felicidad y el placer surgen por sí mismos; el interés forzado hacia la felicidad y el placer, impide la felicidad.
- Concuerda con Kierkegaard cuando éste dice que la puerta de la felicidad abre hacia fuera y quien intenta abrirla se le cierra con llave (citado en Frankl, 2001). Decía que lo que penetra profunda y definitivamente al Hombre no es ni el deseo de poder ni de placer, sino el deseo de sentido y que precisamente a causa de este deseo, el Hombre aspira a encontrar y realizar su sentido, a encontrarse con otro ser humano “en la forma de un tú”

y amarlo, respetando y aceptando su individualidad, amando todo lo que es ese ser humano, le proporciona felicidad y que ambos hechos (realización y encuentro) dan al Hombre un fundamento de felicidad y de placer. En el neurótico esta aspiración es primaria, se desvía hacia una búsqueda directa de la felicidad, hacia un deseo de placer, en lugar de que el placer sea un efecto secundario de un sentido realizado del encuentro con otro ser y lo que resulta de esta búsqueda es precisamente lo contrario, ya que entre más lo busca más lo pierde.

- Él decía que el reduccionismo del concepto de un ser humano que decía “el Hombre no es nada más que un mecanismo bioquímico y un sistema de combustión” es lo que llevaba a las personas a la pérdida de sentido de la vida o al desinterés por buscarlo.
- Un Hombre es mucho más que un sistema de combustión y un mecanismo bioquímico.
- Tarde o temprano se dejará de moralizar lo bueno o lo malo y no podrán ser definidos como lo que debe o no hacerse, sino que parecerá bueno lo que ayude a realizar el sentido que se busca y malo aquello que lo impida.
- El Hombre posee una espiritualidad inherente, nunca es dominado por la impulsividad, como pretendía Freud.
- La labor del logoterapeuta es ampliar las perspectivas del paciente; que éste vea que hay más de una posibilidad para lograr la propia realización personal; es libre de tomar la actitud que desee ante los eventos que ocurrán en su vida, que es libre también y posee la capacidad necesaria para cambiar y convertirse en un mejor ser humano.
- Un Hombre no ha de ser juzgado por el grupo al que pertenece, sino por sus propios méritos.
- Un *sufrimiento petulante* es uno sin sentido. La gente mal interpreta al decir que el sufrimiento ennoblecen. Aun en el sufrimiento se puede encontrar sentido y la gran diferencia es la *actitud* ante lo irremediable. Como ejemplo, se tiene una carta que en algún momento dirigieron un grupo de personas al Doctor Frankl y que en pocas palabras refleja lo importante y el sentido más profundo de su teoría:

“Querido Doctor:

Durante los últimos meses, un grupo de presos hemos leído entre nosotros sus libros y escuchado sus cintas. ¡Qué cierto es que también en el sufrimiento se puede encontrar un sentido! De alguna forma mi vida ha comenzado ahora; ¡qué glorioso sentimiento! Es conmovedor ver cómo mis hermanos tienen, en nuestro grupo, las lágrimas en los ojos, porque aquí y ahora su vida ha alcanzado un sentido que antes consideraban totalmente imposible. Lo que nos ha sucedido raya en lo milagroso. Hombres que antes se hallaban desamparados y sin esperanza, ven ahora un nuevo sentido en sus vidas...” (Frankl, 2004, pág. 73).

Una vez que se han mencionado algunos de los representantes más significativos de la Psicología Humanista, resulta necesario realizar un abordaje acerca de forma como se aplican las ideas y postulados de los autores.

6

Vertientes y aplicaciones de la Psicología Humanista

n las distintas áreas de inserción del psicólogo, se ha comprobado la eficacia del enfoque humanista. Muchos profesionales de la misma disciplina, así como de la medicina, la pedagogía, la administración y la sociología, han considerado que este enfoque más que ser una escuela teórica en psicología, es un estilo de vida diferente y un medio eficaz para promover el crecimiento de los seres humanos. A continuación se ilustra la manera más frecuente como se emplea (total o eclécticamente), el enfoque centrado en la persona y sus variantes más significativas.

6.1 Logoterapia.

Víctor Frankl es conocido mundialmente como fundador de la *logoterapia* o como algunos autores la han definido: “La tercera escuela vienesa de psicoterapia”; la primera es el Psicoanálisis de Freud y la segunda la Psicología Individual de Adler.

La logoterapia surge del término *logos* (conocimiento, realidad). Desde esta perspectiva, toda realidad tiene sentido, la vida nunca

deja de tener sentido para nadie. El sentido de la vida es específico, personal y cambia por otro de tiempo en tiempo.

Frankl (1990) asegura que cada persona es un ser único y que cada vida entraña una serie de objetivos que deben ser descubiertos y cubiertos por esa persona; que la búsqueda de dichos objetivos y las tareas a realizar para cubrirlos son las que dan sentido a la vida de cada individuo y representan para él su propia felicidad y tranquilidad espiritual. El encuentro entre dos personas únicas e irrepetibles – subraya Frankl – es realmente auténtico en la medida en la cual recoge la dimensión inmediatamente superior, aquella en la cual el hombre va tras la dirección de un significado y en la cual, toda la existencia se pone en confrontación directa con el logos.

De otra manera, un diálogo y un encuentro no abierto al sentido, y por tanto, no basado en una *intersubjetividad auto trascendente*, permanece como un diálogo y a un encuentro sin “logos”, una pura mistificación cerrada en el estrecho horizonte de lo inmanente, a la búsqueda sólo de las raíces, y además, en la única dirección de las necesidades a satisfacer, en lugar de metas objetivas, cargados de reclamos y de provocación, que tienen un carácter imperativo y piden ser realizados. Esto quiere decir que realmente el hombre lo que busca por su propia naturaleza es un motivo para ser feliz, no la felicidad en sí; que en cuanto la encuentra, la felicidad y el placer surgen por sí mismos; es el interés forzado hacia la felicidad misma, hacia el placer, lo que impide a los hombres ser felices. El acento sobre la persona humana en una perspectiva global, que abarca varias dimensiones: biológica, psicológica, sociológica, espiritual-noética, caracteriza en forma muy clara y evidente los escritos que el joven Frankl publicó, en 1925, en el *Internacional Zeitschrift für Individualpsychologie* un breve ensayo sobre relaciones entre psicoterapia, valores y visión del mundo, él escribía así: “...Urge ahondar críticamente el tratamiento del neurótico intelectual, así como de la psicoterapia en general. Es necesario tener claro que el principio de la psicoterapia es esencialmente ético, en el sentido de *valorar* que cada tratamiento se fija el objetivo de la curación y por lo tanto tiene en sí mismo un *valor* vital. Al mismo tiempo no se debe ignorar que el presupuesto de nuestra valoración puede ser solo esencialmente crítico (Fizzotti, 2012).

Los valores no se pueden demostrar a priori. El neurótico filosofa todo su desprecio por la vida, por el mundo, por la sociedad, es acrítico, define la vida privada de *valores*, en cuanto no la considera válida -o verdaderamente la considera odiosa, triste, dolorosa, porque la valora negativamente- si en la realidad no lo hace, cree hacerlo, como si la despreciara (Fizzotti, 2012).

Comentando la frase de Espinosa “*Beatitudo non est virtutis praemium, sed ipsa virtus*” (“la beatitud no es el premio de la virtud, sino la virtud misma”), a los veinte años, escribió:

“...el neurótico no puede ser feliz porque no es aficionado a la vida, la desprecia, la desacredita, la odia. El trabajo del psicoterapeuta es restituirle en plenitud el amor por la vida y el valor de la comunidad, a través de una discusión crítica, en la cual el sentido de vida y los valores de la comunidad resultan dados pero no demostrables, no buscados sino ya instalados en el interés personal; porque el camino que conduce a la felicidad personal, a la satisfacción, a la “beatitud”, pasa a través del sentido de la comunidad, el valor de vivir, la *virtud*” (Frankl 1925, p. 252.).

El doctor Frankl (1994), en sus últimos años de vida, se centró en varios hallazgos cruciales que ponen de manifiesto el deseo inconsciente de descubrir un sentido definitivo a la vida, tanto si deriva de una fuente espiritual como si proviene de otro tipo de inspiración o influencia. Se trata de un tema de especial relevancia, sobre todo teniendo en cuenta que la sensación de que la vida carece de un significado auténtico ha penetrado considerablemente en los cimientos de la sociedad contemporánea. Debido a la pérdida de valores éstos se ejercen de una manera enfermiza, como lo demuestra el caso del adolescente que sufre ante la inseguridad y la duda como el del anciano que padece aislamiento y rechazo, lo cierto es que la cultura actual parece sumida en la vulnerabilidad y la desesperación.

El doctor Frankl (citado en Fizzotti, 2012) demuestra de una forma brillante que el ser humano aún puede encontrar sentido a su vida cotidiana. Habla del “deseo de significado” como fuerza central motivadora, como el valor más importante y presenta evidencias específicas de que la vida puede hablar de su propio sentido en cualquier momento o situación. Cita su propia vivencia al mencionar

pasajes significativos de su vida. Afirma que esta búsqueda de significado puede conducir igualmente a resultados indeseados, como los celos enfermizos, la fobia racista o la obsesión por la ética y la moral. Desde el enfoque de los valores que retoma Frankl se explica que éstos pueden ser vividos de manera sana o enfermiza.

Tomemos como ejemplo el valor **orden**, quien vive obsesionando porque nada esté fuera de donde debe estar, experimenta este valor enfermizamente. Incluso puede llegar a obsesiones como no poder dormir hasta acomodar la alfombra que accidentalmente dobló antes de acostarse. O la madre que le acomoda los objetos personales a sus hijos, tirando a la basura cosas que no son de ella, ni le corresponde esa tarea.

Otro ejemplo sería el de la **espiritualidad**, alguna persona la vive enfermizamente cuando se lastima su propio cuerpo, se lacea la espalda con tiras de vidrio o se crucifica para “vivir” lo mismo que vivió Cristo; en cambio una persona vive su espiritualidad sanamente cuando cumple con los requerimientos de su propia religión y vive congruente, acorde con ellos.

Las características de las formas de vivir los valores serían las siguientes (Cuadro 6.1):

Cuadro 6.1. Dos formas de vivir los valores.

Valores vividos sanamente:	Valores vividos enfermizamente:
<ul style="list-style-type: none">• Son flexibles (hay márgenes).• Son propios (analizados y puestos a prueba).• Son realistas (basados en consecuencias).• Impulsan la vida (toman en cuenta necesidades y sentimientos).	<ul style="list-style-type: none">• Son rígidos (no hay margen alguno).• Son introyectados (aceptados sin cuestionamiento).• Son irreales (basados en lo “correcto” y lo “adecuado”).• Restringen la vida (ignoran necesidades y sentimientos).

En este sentido, el autor cree que sólo valores como la tolerancia y la persistencia podrán allanarnos el camino para la consecución de una vida plena, tomando en cuenta que juntos, los seres humanos viven sus valores de modo más pleno. A nivel más específico, es necesario alimentar dentro de sí la acogida del otro como persona, sin esconderse ni defenderse dentro del propio rol y sin tratar al otro

como un caso, sino reconociéndole plena confianza y total dignidad, cualquiera que sea su estado físico.

Es necesario escuchar al otro y comprenderlo, así como aceptarlo en su globalidad, como es en realidad y no como quisieras que fuera. Consentirle que se exprese libremente y que tome decisiones con responsabilidad personal, de modo que perciba de la manera más amplia posible el propio horizonte intencional, y así encontrar caminos alternativos, ensanchando espacios y dimensiones de la vida.

La relación antes de ser y delinearse en su dimensión psicológica y social, representa el desarrollo de un encuentro entre dos personas que tienen dignidad. Y sobre este plano, las palabras, los mensajes no verbales, las esperanzas y todos los condicionamientos comunican esencialmente una gran verdad, única: “¡Tú para mí existes! Y estoy contento de compartir contigo el camino fatigoso y, a veces, fallar en apariencia en la búsqueda de sentido” (Frankl, 1994). Se desprenden muchas ideas que se plasman en los contenidos de la formación en valores a los adolescentes de Secundaria en México, ya que hay temas como “El Ser Social”, “Respeto y tolerancia” y otros, que tienen como base el enfoque de Víctor Frankl.

Otros conceptos relevantes de la logoterapia y que sirven como marco referencial para el abordaje del ser humano son los que a continuación se describen y que han sido profundamente estudiados por quienes trabajan con esta perspectiva terapéutica:

- *La Voluntad del Sentido.*- Que es acuñada por Frankl (2004) como una característica inherente a nuestra existencia. Es un impulso vital que nos lleva a luchar por nuestros ideales y valores.
- *La Neurosis Noógena.*- Son el producto de problemas existenciales, donde la persona, ante la encrucijada de tomar decisiones y optar por aquello que defiende, no encuentra la respuesta en lo inmediato. Dice Frankl (2004) que la única manera de lograr superar esta neurosis, es por medio de la logoterapia, puesto que es la única que ofrece al individuo la capacidad de profundizar en su mundo espiritual y a conocerse de manera amplia en su *logos* (esencia, razón de ser). La neurosis no es el producto de los hechos instintivos únicamente, sino que va más allá. Profundiza

en la esencia del ser humano y la superación de esta problemática derivará en lo que se conoce como paz vital.

- *Paz vital.*- Es un estado ideal al que todo ser humano debería aspirar y consiste en “prestar atención al sentido de cada momento con el corazón despierto y satisfacer ese sentido con el coraje de un valiente y la humildad de un servidor” (Lukas, 2001.p. 15).
- *Depresión noógena.*- Se entiende como un estado de inactividad y vegetativo. En ella, el ser humano sabe que necesita buscar el bien, ser bueno, pero no sabe para qué. La labor del logoterapeuta es la de ayudar y acompañar al paciente para que juntos encuentren la respuesta.
- *Noodinámica.*- Es la razón de ser de la salud psicológica desde el punto de vista de la Logoterapia. La confrontación interior a la que estamos sujetos para tomar decisiones. Gracias a esta activación podemos encontrar sentido a nuestro existir y entonces tomar decisiones responsables (Frankl, 2004; Lukas, 2001).
- *Vacío Existencial.*- Al igual que la depresión noógena, contempla un estado de letargo y no actividad. Pérdida de confianza en las propias facultades y capacidades. Frankl (2004) menciona de manera interesante que el vacío existencial puede definirse entendiendo a Schopenhauer, cuando “afirmaba que, aparentemente, la humanidad estaba condenada a oscilar eternamente entre los extremos de la tensión y el aburrimiento” (p. 129).
- *El Sentido.*- Entendido como una razón de ser o un factor concomitante que nos lleva a orientarnos hacia un fin. Para la logoterapia es recurrente el empleo de este término, porque, tal como se mencionó en el caso de la Voluntad de Sentido, implica actividad y movimiento. Para Frankl (2004) hay tres sentidos que llevan al ser humano a construir su Voluntad de Sentido:
 - a) *El sentido de la vida.* El cual es subjetivo y particular. Cada ser humano lo vive de manera diferente. Es la capacidad de responder a las demandas que la vida nos plantea a lo largo de nuestro existir. El hombre, desde esta perspectiva, no debe ocuparse en el cuestionamiento del sentido de la vida, sino más bien en comprender que la vida misma le interroga a él.

- b) *El sentido de la existencia.* El cual tiene como base preponderante la responsabilidad. La verdad se impone por sí misma en el devenir cotidiano del ser humano. El compromiso con la propia vida, hace que el hombre tome responsabilidad de sus actos: “Obra así, como si vivieras por segunda vez y la primera vez lo hubieras hecho tan desacertadamente como estás a punto de hacerlo ahora” (Frankl, 2004.p. 132). El sentido de la vida es cambiante, dinámico, pero jamás deja de existir.
- c) *El sentido del amor.* Se entiende como una donación de nuestra propia existencia al otro, al mundo, a la humanidad. Es darse en la convivencia y en la interacción con lo que nos rodea. En la logoterapia no se puede entender una vida con profundo grado de conocimiento, si no se ama a lo que se conoce. Se entiende al amor, como una necesidad primaria del ser humano. No como el sexo (necesidad primaria, fisiológica) sino como un acto legítimamente espiritual y que conduce a la trascendencia.

“Ser religioso significa preguntarse apasionadamente por el sentido de nuestra existencia” (Viktor Frankl, 2004. p. 86).

6.2 Programación Neurolingüística (PNL).

La conducta humana es muy compleja, sin embargo dentro de esa complejidad hay patrones identificables, esto implica que tiene estructura, no es aleatoria y hace posible crear reglas que la describen. Un ejemplo de un tipo de conducta que exhibe estructura es el uso del lenguaje, a ésta se le llama gramática. Originalmente, el término se usó en un sentido prescriptivo, como un conjunto de reglas para determinar si una expresión exhibía una forma apropiada. Sin embargo, en los dominios de la lingüística y de la psicolingüística, el término ha llegado a referirse a las reglas que la gente usa para generar expresiones (Ribeiro, 1995).

La gente hace algo más que imitar las expresiones que han experimentado antes, *generan* las frases que necesitan, y éstas tienen

estructura. El sujeto de la gramática generativa son las reglas explícitas que usa la gente en las expresiones estructuradas. La programación neurolíngüística (PNL) aborda precisamente este aspecto de la vida del ser humano. En la PNL se explica cómo el ser humano no solamente habla o repite lo que aprendió a decir, sino que también le da un sentido, una emoción, un tono emocional, en otras palabras (Rogers, 1997).

Cudicio (1992) y Mohl (1992) mencionan que la programación neurolíngüística surge gracias a las investigaciones de dos jóvenes estadounidenses: Richard Bandler (informático) y John Grinder (psicólogo y lingüista), quienes querían indagar la razón por la cual tratamientos de los tres terapeutas humanistas de mayor éxito en Estados Unidos: Satir, Erickson y Perls alcanzaban mayor eficacia que sus colegas. Después de sus largas investigaciones, apoyándose en la observación sistemática, llegaron a la conclusión de que el procedimiento que empleaban con excelente resultado era la utilización de un patrón de comunicación muy particular.

Basándose en los datos obtenidos a través de todas sus investigaciones, Bandler y Grinder (1980, 1982) elaboraron el sistema que hoy día es utilizado como un sistema genérico tanto en el área educativa como en la clínica y psicoterapia: la programación neurolíngüística.

A través de este sistema, se logran resultados eficaces, como:

- Auto motivarse y motivar.
- Perder los miedos, generar confianza en uno mismo.
- Mejorar las relaciones interpersonales (volviéndose éstas armónicas, placenteras).
- Dejar malos hábitos o vicios, y hasta curar algunas enfermedades.

Bandler y Grinder (1980; 1982) afirman que un terapeuta bien formado, puede lograr resultados eficaces en sus pacientes con algunas sesiones de intervención. Ésta ha sido una de las características más significativas de la PNL, lograr resultados exitosos en poco tiempo, al contrario que otros sistemas psicoterapéuticos, en los cuales se obtiene resultado después de varios años de tratamiento, como en el caso del psicoanálisis. Aun cuando se continúan las investigaciones para darle una legitimidad más amplia a la PNL, ésta se ha podido

implementar para formar educadores y psicólogos en el proceso de orientación humana, siendo tan eficaces los resultados que al ser conocidos por empresarios competitivos del mundo económico, la PNL se ha difundido por el mundo entero para la preparación de gerentes y recursos humanos y así lograr adaptarse al contexto social cambiante, dirigir grupos de personas, creando situaciones propicias para que sus empleados puedan desarrollar todo su potencial.

La PNL, es considerada una herramienta idónea para vivir en libertad, objetivo que quiere lograr la humanidad desde sus inicios. Es un instrumento adecuado para transformar las situaciones vitales que marcaron nuestra identidad durante la infancia o la adolescencia, para rescribir la historia de nuestra vida, revivir de manera consciente los episodios de nuestra existencia. Revivir una situación traumática, permite obtener conclusiones diversas para ser trabajadas a través de la herramienta PNL y de esta manera cambiar nuestra vida futura (O'Connor y Seimur, 1992).

Se puede encontrar un punto de fusión entre la terapia Gestalt de Perls y el modelo de PNL de Bandler y Grinder (1980, 1982), cuando Fritz Perls organizaba grupos de encuentro con enfoque Gestalt en América y lo hacía para demostrar su trabajo, con diversos talleres terapéuticos y didácticos, filmaba las sesiones para retener este material y así conservarlo para la posterioridad. Una de las personas que se dedicaba a filmar a Perls era precisamente Bandler, quien en aquel entonces era estudiante de Psicología de la Universidad de Santa Cruz, California. Él fue quien al buscar un tema para hacer su tesis doctoral, con la ayuda de su profesor de Lingüística John Grinder, emprendió el camino para dar forma a lo que más adelante se conocería como programación neurolingüística.

Ambos partieron de la curiosidad para investigar qué era lo relevante en la actitud y experiencia de Fritz que tan buenos efectos producía en las personas que pasaban por sus manos. De estas observaciones Bandler y Grinder (1980) obtuvieron interesantes conclusiones que las plasmaron en su primera obra, en la que desglosaban todos los patrones lingüísticos –verbales y no verbales- empleados por Perls, para pasar del nivel superficial de la experiencia al más profundo, con el sólo uso de las intervenciones adecuadas. Se tiene

entonces que la programación neurolingüística es parte de la familia del enfoque centrado en la persona y tal como se mencionó, es aplicable en los modelos educativo, social, clínico y organizacional.

6.3 Psicoterapia centrada en el cliente.

Hablando concretamente de la terapia centrada en el cliente, lo primero que habrá de mencionarse es que ésta difiere de otros tipos de terapia en varios aspectos. El primero de ellos radica en que se basa en una actitud hacia el paciente, llamado cliente en este enfoque: ser empático, auténtico y con una aceptación positiva incondicional (Rogers, 1997).

La relación interpersonal en el ámbito humanista no es explícita, con actitudes no verbales se demuestra al Otro (cliente) que estoy con él, acompañándole. En cambio, si el terapeuta interpreta (como en el psicoanálisis) o explícitamente apoya (con frases como “te entiendo”, “te comprendo”) no permite el autoconocimiento del Otro y no lo deja desarrollar un proceso óptimo de crecimiento.

Rogers (1997) plantea de manera clara algunos principios fundamentales de la teoría humanista y el intercambio terapéutico entre cliente y facilitador. La escuela humanista tiene sus principios sobre bases sólidas, ya que Rogers se dedicó a la planeación, práctica y evaluación de su trabajo al paso de los años.

El autor parte de una idea por demás interesante: todos los métodos terapéuticos basados en la intelectualización, demostración y aprendizaje son inútiles o por lo menos poco prácticos. En otras palabras, la terapia centrada en el cliente establece relaciones que de algún modo permitan al cliente utilizarlas como herramientas en su desarrollo como personas.

Por relación se entiende establecer un principio de empatía e identificación con el cliente, sin falsas argumentaciones, tampoco asumiendo actitudes de superioridad. La relación no pone de manifiesto una diferencia entre cliente y terapeuta, sino entre dos seres humanos. Es necesaria la autenticidad, respetar al Otro (entenderlo, aceptarlo), tomar en cuenta que es un ser humano valioso, dejando a un lado sus conductas positivas o negativas. Quizás lo anterior

puede entenderse como *mirarse en un espejo*. Se puede comprender al cliente y generar empatía, ya que él está empleando la libertad de conocerse a sí mismo y el terapeuta tratando de ubicarse en su lugar y llevar a cabo un acompañamiento.

El humanismo propone apoyarse de un instrumento: *el reflejo*, éste pudiera considerarse como una instrumentalización fácil y sin mayor esfuerzo, el de repetir todo lo que diga el Otro. Más allá de esto, es una especie de espejo cálido donde el cliente observará sus actitudes y verbalizaciones. El reflejo es una especie de inductor que propicia el surgimiento de experiencias *ideo-emocionales* (Rogers, en Campos, 1982; Tausch y Tausch, 1987).

En palabras sencillas, se puede decir que el reflejo consiste en ponerle “puntos y comas” darle claridad al discurso del cliente (Figura 6.1).

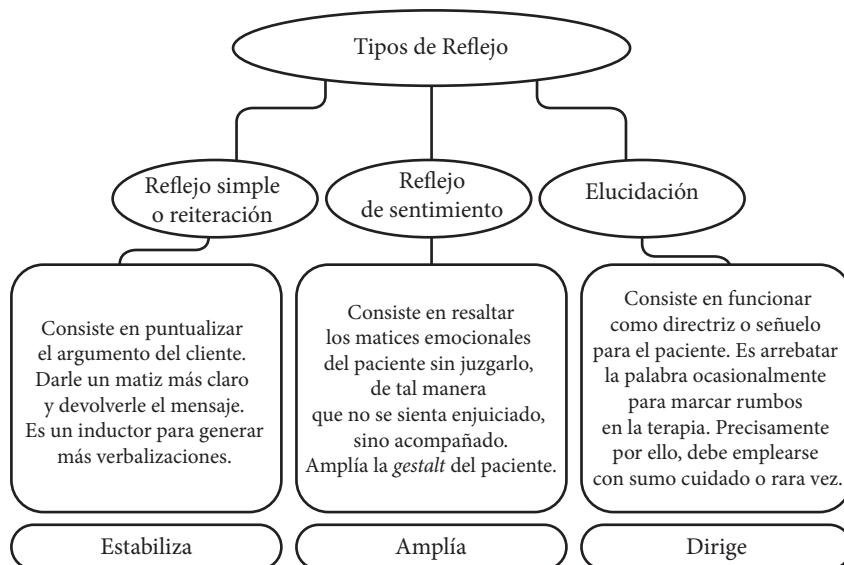


Figura 6.1. Los reflejos en psicoterapia humanista.

Rogers (1997) afirma que tomando en cuenta estos principios básicos de la relación, *invariablemente* se logrará la realización óptima del desarrollo personal. Con estas tres condiciones: aprecio, congruencia, empatía, el cliente irá por un camino doloroso pero preciso y se logrará el éxito terapéutico, ya que podrá disminuir sus defensas, al

no juzgarse a sí mismo, a escucharse y comprender que está caminando por la vía del crecimiento, siempre acompañado por el terapeuta.

El proceso personal es dinámico. Se muestran una serie de cambios constantes que llevan al auto conocimiento. Si la persona modifica actitudes y conductas, se debe a que pudo auto conocerse y auto regularse, fue determinante la actitud del terapeuta. El éxito y resultado favorable de la terapia rogeriana radica en que se extiende más allá del seguimiento, la terapia humanista se convierte en un *estilo de vida*.

Se ha hablado de lo que es *objetivamente* la terapia centrada en el cliente, *subjetivamente* se apunta en el enfoque de Rogers (1997) lo siguiente:

- El interés genuino del terapeuta por ser él mismo y mostrar a su cliente esa autenticidad y respeto como persona. Dejar las poses y actuar de acuerdo a su convicción de querer *ser*.
- El temor a abrirse por parte del cliente, pero conforme vaya pasando un tiempo (nunca exacto) llega el auto conocimiento y la confianza.

Otro punto de su hipótesis general radica en el hecho de que el ser humano posee una motivación al cambio, al crecimiento, de manera *intrínseca*; todos poseen la posibilidad de crecer. Lo único que se necesita es un impulso, ayuda por parte de otros, algún evento, deshacerse de los límites, miedos y resistencias psicológicas, abrirse a la experiencia.

Rogers (1997) hace una recomendación importante respecto a dejar de pensar en los diagnósticos, en recetas y técnicas prefabricadas, en generalizaciones. Desde el punto de vista rogeriano, los seres humanos somos íntegros e individuales; cada cliente solamente requiere de la actitud positiva y la escucha para iniciar el proceso. Únicamente siendo escuchada y no juzgada, la persona puede sentirse libre y lograr su *vivencia de la experiencia* comenzando a entender la congruencia o incongruencia en su modo de actuar y su modo de pensar. Menciona las características y tendencias que se pueden observar en la terapia:

1. El cliente al comenzar su diálogo, empieza a darse cuenta por sí mismo de sus parlamentos. Se escucha y aun cuando considere *desmembrado* todo lo que dice, sabe que es una experiencia única y personal.
2. La relación terapéutica es bidireccional. Tanto el cliente como el facilitador se encuentran en posibilidades de expresar ideas. La terapia no es directiva, ni enjuicia a las partes. El cliente no tiene miedo de hablar y el terapeuta no le teme a *estar haciendo las cosas bien*.
3. La terapia centrada en el cliente, permite que éste llegue a aceptarse a sí mismo y conocerse, tomando en cuenta lo importante y valioso que es para él esa aceptación de sí mismo es gustosa y no conformista.
4. El cliente, cuando ha llevado un proceso prolongado llega a darse cuenta y a convencerse que la esencia del Hombre es realmente positiva, a pesar de patrones culturales y religiosos que pudieran denotar lo contrario.
5. Cuando se emplea el enfoque humanista, la persona se auto reconoce como un organismo humano, rico en experiencias que puede instrumentar en su vida y su conducta libremente. En el humanismo, el organismo es libre de actuar según sus convicciones y la motivación es *intrínseca*.

Las investigaciones han demostrado que las relaciones terapéuticas basadas en las hipótesis rogerianas, han llevado a los individuos a presentar cambios psicológicos más significativos que con otro tipo de terapia. Los clientes han demostrado ser más seguros, tranquilos, maduros y empáticos en sus relaciones con los demás (Rogers, 1998; Campos, 1982; Tausch y Tausch, 1987).

Lo más valioso de estas ideas podría ser la expansión o generalización de sus hipótesis de la relación terapéutica a todas las relaciones humanas existentes. Al emplear los principios humanistas entre parente e hijo, jefe y empleado, maestro y alumno, etc., se podrá encontrar con un gran cambio en aquellas personas que se sientan comprendidas, valoradas y con confianza; además el cambio será intrínseco y extrínseco.

6.4 Psicoterapia Gestalt.

El enfoque gestáltico, es holístico; es decir, que percibe a los objetos, y en especial a los seres vivos, como *totalidades*. En gestalt se dice que el todo es más que la suma de las partes. Todo existe y adquiere un significado al interior de un contexto específico; nada existe por sí solo, aislado.

Este enfoque es esencialmente desde la perspectiva de sus seguidores, una forma de vivir la vida con los pies bien puestos sobre la tierra. No pretende encaminar al individuo por el camino de lo esotérico o de la iluminación. Es un modo de llegar a estar en este mundo en forma plena, libre y abierta; aceptando y responsabilizándose cada persona de lo que es, sin usar más recursos que apreciar lo obvio, lo que *se es* (Perls y Baumgardner, 1994).

La perspectiva Gestalt es en sí misma un estilo de vida; de allí que sea más adecuado denominarlo “enfoque”, que es un término más amplio, en lugar de “terapia”, que restringe sus posibilidades de aplicación a lo clínico.

De acuerdo con Salama (1998) el enfoque gestáltico ha recibido la influencia de las siguientes corrientes:

- El psicoanálisis de Freud; retomando y reformulando su teoría de los mecanismos de defensa y el trabajo con los sueños.
- La filosofía existencial; de la que rescata la confianza en las potencialidades inherentes al individuo, el respeto a la persona y la responsabilidad.
- La fenomenología; de la que toma su apego por lo obvio, por la experiencia inmediata y por la toma de conciencia (*insight*).
- La psicología de la Gestalt; con su teoría de la percepción (figura-fondo, Ley de la buena forma, etc.).
- Las religiones orientales, y en especial el Budismo Zen.
- El psicodrama, de Moreno, del que adopta la idea de dramatizar las experiencias y los sueños.
- La teoría de la coraza muscular de Reich.
- La teoría de la Indiferencia Creativa, de Sigmund Friedlander, de la que extrae su teoría de las polaridades.

El enfoque no es sólo la suma o la yuxtaposición de las doctrinas y enfoques antes mencionados, sino su integración creativa, su elevación a un nuevo plano, llevada a cabo por Perls.

Resulta también bastante significativa la manera como se manejan dos conceptos básicos dentro de la psicoterapia gestalt: el darse cuenta y la importancia del aquí y el ahora.

a) El darse cuenta.- Éste es el concepto clave sobre el que se asienta el enfoque. Baranchuk (1999) dice que darse cuenta es en pocas palabras es entrar en contacto, natural, espontáneo, en el aquí y ahora, con lo que uno es, siente y percibe. Es un concepto semejante en algo al de *insight*, aunque es más amplio; una especie de cadena organizada de *insights*.

Existen tres Zonas del Darse Cuenta:

- 1. El darse cuenta del mundo exterior:** contacto sensorial con objetos y eventos que se encuentran fuera de uno en el presente; lo que en este momento veo, toco, palpo, degusto o huelo. Es lo obvio, lo que se presenta *per se* ante nosotros. En este momento veo mi lapicero deslizándose sobre el papel formando una palabra, escucho el ruido de los carros pasando por la avenida, huelo el perfume de una joven que pasa a mi lado, siento el sabor de una fruta en mi boca.
- 2 El darse cuenta del mundo interior:** contacto sensorial actual con eventos internos, con lo que ocurre sobre y debajo de nuestra piel. Tensiones musculares, movimientos, sensaciones molestas, escozores, temblores, sudoración, respiración, etc. En este momento siento la presión de mi dedo índice, mayor y pulgar sobre mi lapicero al escribir; siento que deposito el peso de mi cuerpo sobre mi codo izquierdo; siento que mi corazón late, que mi respiración se agita, etc.
- 3. El darse cuenta de la fantasía, la Zona Intermedia (ZIM):** incluye toda la actividad mental que transcurre más allá del presente: todo el explicar, imaginar, adivinar, pensar, planificar, recordar el pasado, anticiparse al futuro, etc. En este momento me pregunto qué haré mañana en la mañana, ¿será algo útil, bueno? En Gestalt todo esto es irreabilidad, fantasía. Aún no es el día de mañana, y no puedo saber y

decir *nada* acerca de ello. Todo está en mi imaginación; es pura y simple especulación, y lo más saludable es asumirlo como tal.

b) El aquí y el ahora.- Es realmente difícil aceptar que todo existe en el presente momentáneo. El pasado existe e importa tan sólo como parte de la realidad presente; cosas y recuerdos *acerca de los cuales pienso ahora* como pertenecientes al pasado. La idea del pasado es útil algunas veces, pero al mismo tiempo no debo perder de vista eso, que es una **idea**, una **fantasía** que tengo **ahora**. Nuestra idea del futuro es también una ficción irreal, aunque algunas veces de utilidad, cuando lo asumimos como un ensayo y sólo como eso. Tanto nuestra idea del futuro como nuestra concepción del pasado se basa en nuestra comprensión del presente. El pasado y el futuro son nuestras concepciones acerca de lo que precedió al momento presente y lo que presagiamos que seguirá a lo actual. Y todo este adivinar ocurre *ahora*.

El ahora es el presente, aquello de lo que me doy cuenta. Ya sea que estemos recordando o anticipando, lo estamos haciendo ahora. El pasado ya fue, el futuro aún no llega. Es imposible que nada exista excepto el presente. Menciono el ejemplo que alguien me dio una vez: si coloco un disco en el fonógrafo, el sonido aparece cuando el disco y la aguja hacen contacto. No antes...ni después. Si pudiéramos borrar el pasado inmediato o la anticipación de lo que vendrá de inmediato, sería difícil entender la música del disco que estamos escuchando. Pero si borramos el ahora, entonces no hay nada. De modo que no importa si estamos recordando o anticipando, de todas maneras lo hacemos en el aquí y ahora (Fagan y Sheperd, 1999; Stevens, 2002; Baranchuk, 1999).

El objetivo principal de la terapia Gestáltica es lograr que las personas se desenmascaren frente a los demás, y para conseguirlo tienen que arriesgarse a compartir sobre sí mismos; que experimenten lo presente, tanto en la fantasía como en la realidad, con base en actividades y experimentos vivenciales. El trabajo se especializa en explorar el territorio afectivo más que el de las intelectualizaciones. Se pretende que los participantes tomen conciencia de su cuerpo y de cada uno de sus sentidos.

Las principales reglas en terapia Gestalt son las siguientes:

- 1) **El principio del ahora:** es uno de los principios más vigorosos y más fecundos de la terapia Gestalt. Con el fin de fomentar la conciencia del ahora, y facilitar así el darse cuenta, sugerimos a la gente que comunique sus experiencias en tiempo presente. La forma más efectiva de reintegrar a la personalidad las experiencias pasadas es traerlas al presente, actualizarlas. Hacer que el sujeto se sitúe allí en fantasía y que haga de cuenta que lo pasado está ocurriendo ahora. Para ello hacemos preguntas como las siguientes: ¿De qué tienes conciencia en este momento? ¿De qué te das cuenta ahora? ¿A qué le tienes miedo ahora? ¿Qué estás evitando actualmente? ¿Cómo te sientes en este momento? ¿Qué deseas?
- 2) **La relación Yo-Tú:** con este principio procuramos expresar la idea de que la verdadera comunicación incluye tanto al receptor como al emisor. Al preguntar ¿A quién le estás diciendo eso? se le obliga al sujeto a enfrentar su renuencia a enviar el mensaje directamente al receptor, al otro. De este modo suele solicitársele al paciente que mencione el nombre de la otra persona; que le haga preguntas directas ante cualquier duda o curiosidad; que le exprese su estado de ánimo o su desacuerdo, etc. Se busca que tome conciencia de la diferencia que hay entre “hablarle a” su interlocutor y “hablar” delante de él. ¿En qué medida estás evitando tocarlo con tus palabras? ¿Cómo esta evitación fóbica para el contacto se expresa en tus gestos, en el tono de tu voz, en el rehuir su mirada?
- 3) **Asumir la propiedad del lenguaje y la conducta,** responsabilizarse de lo que se dice y/o se hace. Esto se vincula directamente con el lenguaje personal e impersonal. Es común que para referirnos a nuestro cuerpo, a nuestras acciones o emociones, utilicemos la 2º ó 3º persona. “Me causas pena” en lugar de “Yo siento pena”; “Mi cuerpo está tenso” en lugar de “Yo estoy tenso”, etc. Merced al simple recurso de convertir el lenguaje impersonal en personal aprendemos a identificar mejor la conducta y asumir la responsabilidad por ella. Como consecuencia, es

más probable que el individuo se vea más como un ser activo, que “hace cosas”, en lugar de creerse un sujeto pasivo, al que “le suceden cosas”. Las implicancias para la salud mental y para dejar atrás nuestras “neurosis” son obvias.

- 4) **En Gestalt está prohibido decir “no puedo”;** en su lugar se debe decir “no quiero”, esto es, ser asertivo. Ello debido a que muchas veces el sujeto se niega a actuar, a experimentar, a entrar en contacto, descalificándose antes de intentarlo siquiera. No se puede obligar a la persona a hacer algo que no desea, pero sí se le puede exigir responsabilidad, asumir las consecuencias de su decisión evasiva, para lo cual un honesto “no quiero” es lo más adecuado. Del mismo modo, también deben evitarse o hacer que el paciente se de cuenta de sus “peros”, “por qués”, “no sé”, etc. Hay que recordar que en el ser humano el lenguaje es uno de los medios de evitación por excelencia: se puede hablar de todo y no entrar en contacto con nada, poner entre nosotros y la realidad una muralla de palabras.
- 5) **El continuum del darse cuenta:** dejar libre paso a las experiencias presentes, sin juzgarlas ni criticarlas, es imprescindible para integrar las diversas partes de la personalidad. No buscar grandes descubrimientos en uno mismo, no “empujar el río”, sino dejarlo fluir solo, libremente.
- 6) **No murmurar:** toda comunicación, incluso las que se supone son “privadas” o que “no interesan al grupo”, debe ventilarse abiertamente en él o en su defecto evitarse. Las murmuraciones, los cuchicheos sobre los demás, las risitas cómplices, son evitaciones, formas de rehuir el contacto, además de faltar el respeto al grupo e ir contra su cohesión al establecer temas “que no le competen” en su presencia. Esta regla tiene como fin promover sentimientos e impedir la evitación de sentimientos.
- 7) **Traducir las preguntas en afirmaciones;** salvo cuando se trata de datos muy concretos. Preguntas como “¿Puedo ir al baño? ¿Me puedo cambiar de sitio? ¿Me puedo ir?”, etc., deben ser traducidas como “Quiero ir al baño; Me quiero cambiar de sitio; Me quiero ir”. Así, el preguntón asume su responsabilidad y las consecuencias de lo que afirma, en lugar de adoptar una postura

pasiva y de proyectar su responsabilidad en el otro, a fin de que él le dé la autorización.

- 8) **Prestar atención al modo en que se atiende a los demás.** ¿A quién le prestamos atención? ¿A quién ignoramos?, etc.
- 9) **No interpretar ni buscar “la causa real” de lo que el otro dice.** Simplemente escuchar y darse cuenta de lo que uno siente en función a dicho contacto.
- 10) **Prestar atención a la propia experiencia física,** así como a los cambios de postura y gesto de los demás. Compartir con el otro lo que se observa, lo obvio, mediante la fórmula de “ahora me doy cuenta de ...”
- 11) Aceptar el experimento de turno; correr riesgos al participar en la discusión.
- 12) Considerar, aunque no se haga explícito, que todo lo dicho y vivido en el grupo es *estrictamente confidencial*.

Dicen los seguidores del enfoque gestáltico que se debe tener cuidado de no confundir la terapia Gestalt con un enfoque fácil de aprender y de ejecutar; como si se tratara de una terapia en la que bastan las ganas y la “espontaneidad” para ser un buen terapeuta. Una percepción similar llevó a la terapia Gestalt a una seria crisis en los años sesenta y setenta, del siglo pasado, cuando muchos creían que con asistir a un par de talleres ya se podían considerar terapeutas gestálticos. Desafortunadamente esta situación sigue vigente en la actualidad. El hecho de que existan “centros de formación de terapeutas” de dudosa procedencia y calidad, demerita, no solamente al enfoque humanista, sino en general al ejercicio profesional del psicólogo. Lo que menos buscan los humano-gestaltistas es que ante las demás corrientes o enfoques la Gestalt aparezca con poca seriedad, para gente sin formación y sin experiencia clínica (Perls y Baumgardner, 1994; Muñoz, 1998; Sheperd, 1999).

6.5 Desarrollo Humano.

La aplicación práctica, dirigida a todo tipo de personas y en términos sencillos y claros, con temas variados como relaciones humanas,

comunicación eficaz, autoestima, auto conocimiento y relaciones humanas y todos aquellos tópicos que conllevan al ser humano a comprenderse, valorar y conocerse a sí mismo en un plano de conciencia de su realidad, es lo que se engloba en el contexto de lo que actualmente se llama **desarrollo humano**.

Los “desarrollistas” como se les ha llamado a las personas que aplican el enfoque humanista en diversos ámbitos, promueven todas estas actitudes positivas, y como dijera Maslow (2002), presentan en su propia actitud hacia la vida el cambio que ha manifestado en ellos vivir en la conciencia y la responsabilidad; el enfoque del desarrollo humano sufre ciertas alteraciones en su verdadera esencia, debido a la aparición de pseudo profesionales que se apoyan en un estado anímico especial de los destinatarios, para mostrarles una cara falsa del enfoque. Hay muchos charlatanes y falsos promotores del desarrollo humano, que han perjudicado al enfoque humanista, manifestando más una idea de **súper hombres y súper mujeres** que el de personas responsables de sus actos y del rumbo de su propia vida. Aquellos enfoques supuestamente humanistas que pretenden mostrar al ser humano como un ente destinado a ser grande simplemente por ser persona, están confundiendo el rumbo.

Un enfoque serio en desarrollo humano promoverá en los individuos en primera instancia un auto conocimiento, una búsqueda de sentido a su vida, para posteriormente irradiarla a los demás, entendiendo que como ser humano es susceptible de cometer errores, pero de los errores también se aprende. Rogers (1995) menciona que en el contexto de la vida humanista, la cual es denominada por él como un proceso de auto conocimiento y auto descubrimiento, la persona que se presenta a una terapia o a un grupo de encuentro (así como a un curso de desarrollo humano) se va dando cuenta de sí mismo. De manera paulatina, las personas que se interesan en el desarrollo humano se adentran a un mundo que antes no habían conocido; se conducen a explorar áreas de su vida que nunca habían saltado a la vista o nunca habían querido conocer.

Cuando en la persona se crea un clima de confianza, de no enjuiciamiento y sobre todo de libertad, puede comenzar a darse cuenta de su situación actual, de sus ataduras o faltas de auto conocimiento

sin que el facilitador tenga que decírselo. El facilitador de un grupo de desarrollo humano únicamente acompaña al Otro y refleja sus argumentos. Una vez pasado el tiempo y cuando la persona que asiste a un grupo de desarrollo humano profundiza en su proceso personal, puede darse cuenta que posee una riqueza e integridad organísmica, el cual es un todo completo y no puede desmembrarse entre lo que dice, lo que hace y lo que piensa. Dice Rogers (1997) que una persona que se encuentra en el proceso de convertirse en tal, se interesa precisamente *en el proceso* y no en el producto. Se rompe con un esquema tradicional de los grupos de apoyo o de las terapias en el cual se quisieran ver cambios inmediatos, donde se regalan recetas de cocina o bien, se diseñan programas para un cambio significativo en el esquema de vida de alguien que es libre y que le corresponde a él, únicamente a él decidir lo que deba modificarse y lo que deba permanecer igual en su existencia.

El mismo autor dice que es necesario para el facilitador de un grupo tomar en cuenta diez recomendaciones para que la persona pueda sentirse acompañada en un grupo de desarrollo humano:

- Ser coherente. Ser uno mismo, sin restricciones. Ser tal como se es.
- Ser auténtico. Mirarse a uno mismo tal y como es.
- Relacionarse con la otra persona, sin miedos ni barreras.
- Al relacionarse, el facilitador no tiene por qué perder su identidad, ya que es libre.
- Debe respetar la libertad del Otro y nunca pretender moldearlo a su imagen y semejanza.
- Nunca habrá de olvidar la comprensión empática y emplearla individualmente (de uno a uno).
- Aceptar incondicionalmente todo lo referente al Otro; si no puede, trabajarlos en un proceso personal de terapia.
- Tener sumo cuidado con lo que diga y cómo lo diga, ya que puede tener efectos fuertes en el Otro.
- Si se evitan los juicios de valor, se puede generar un crecimiento en el Otro.
- Evitar menospreciar el potencial de desarrollo del Otro. Reconocer que no está sin movimiento y no limitar su proceso personal.

Con estas características, sustentadas en la teoría de los representantes del enfoque humanista, se han logrado cambios significativos en numerosos grupos de personas, las cuales cada vez más acuden en busca de un grupo donde se encuentren seguros, acompañados y listos para crecer y realizarse como seres humanos.

7

Áreas psicológicas de aplicación del enfoque humanista

*S*e han revisado hasta el momento, algunas de las características más significativas del enfoque centrado en la persona, así como las ideas y conceptos de algunos autores significativos. Será ineludible dar una visión general de las áreas en las cuales el enfoque centrado en la persona ha sido implementado, considerando que el primer momento en el cual se constituyó, fue en el contexto de la psicoterapia o la clínica. Actualmente el campo se ha expandido a otros círculos del desarrollo humano y la metodología se adapta de manera dinámica para proporcionar a los interesados un campo de acción más amplio.

A continuación se mencionan los rasgos característicos de la aplicación del enfoque humanista en los contextos y áreas de acción más frecuentes del profesional de la Psicología.

7.1 Psicología Clínica.

Desde el punto de vista de Martínez (1982) un problema importante por plantear radica en la sustentación metodológica que se le dé a

la teoría humanista. En primer lugar, se habrá de entender que el aparato mental no se conforma por elementos desvinculados entre sí; por el contrario, está conformado por una serie de eventos ligados unos a otros de forma coherente. La vida psíquica o mental, tiene una especie de “alma” llamada “toma de decisión responsable”.

La labor psicológica es tratar de visualizar el por qué de las decisiones del ser humano, para esto se cuenta con la *madre de la decisión*, la cual es llamada *intención*. Cuando el ser humano decide, debe pasar por ese nivel de intencionalidad, ésta es la existencia interna de las cosas. Dice Brentano que “...los fenómenos psíquicos...son aquellos fenómenos que contienen algunos objetos intencionales en sí mismos” (citado en Martínez, 1982, p. 144).

La conciencia, es la realización de la intención hacia fuera (se deposita la intención en un objeto determinado). A nivel terapia, se determinan también las percepciones, memoria y vivencias que la persona experimenta conscientemente, en ocasiones lleva a cabo sin conciencia procesos de *subcepción* (discriminación de eventos a nivel no consciente).

El humanismo analiza o considera estas relaciones internas del ser humano. No niega que el mundo objetivo, tangible, es parte de su vida, pero realmente a nivel interno el ser humano es quien se va construyendo su realidad. Tiene una intención: la de dirigirse hacia un fin determinado, fusión de hechos y valores.

El humanismo determina y conoce al Hombre por sus intenciones. Toda acción del ser humano contiene una serie de éstas, las cuales están ligadas entre sí y llevan al acto concreto. La intención le da un sentido a los hechos, éstas se agrupan en sistemas y subsistemas. Dispuestas neuronalmente (según algunas teorías), las intenciones son rasgos específicos de cada ser humano; la forma de unirlas en sistemas, conducen al acto y esto redunda en la jerarquización de valores o filosofía de vida de cada persona, la cual se ve impulsada por motivaciones de distintos tipos. La manera como se pueden conocer las intenciones del individuo, no pueden ser interpretadas por un psicodiagnóstico o por un ensayo de conducta, sino pidiendo que la persona lo reporte, lo hable, lo exprese en sentimientos y emociones, nunca dando un nombre, sino dando un orden y unas palabras adecuadas.

Autores como Fuerbach, Dilthey y Buber (citados en Martínez, 1982) afirman que el mejor método para lograr lo anterior es el *dialógico*, por medio de él se pueden asimilar las intenciones del Otro; se puede entender que el Hombre se desarrolla por relación de uno a otro.

Buber (citados en Martínez, 1982) apoya la idea del *encuentro* entre persona y persona, considerando que solo así se llega al desarrollo integral de los individuos. La filosofía objetiva menciona la relación sujeto-objeto, pero el *encuentro yo-tú*, promovido por Buber, concuerda con teorías de Fromm, Tillich y Marcel, llegando incluso a Platón (citados en Martínez, 1982). Todos ellos, según su enfoque, apoyan la idea de la relación e intercambio verbal de persona a persona.

Para lograr un diálogo eficaz, también se propone el empleo del método fenomenológico, en el sentido de que debemos tratar de investigar y conocer las cosas por sus principios más esenciales. Sin llegar a conclusiones poco críticas, analizando los matices, detalles y aspectos de cada situación. Según Rogers (1997) esto permite abordar al cliente de manera libre y no defensiva. Por medio del diálogo, se intercambian ideas, se retroalimentan ambas personas y a la vez que se facilita el desarrollo personal del Otro, también el terapeuta logra su propio desarrollo y realización; para esto, es necesario poseer la empatía, colocarse imaginariamente en el rol del Otro, ser aceptantes y apreciar al Otro para llevar a cabo la terapia (Tausch y Tausch, 1987).

Martínez (1982) menciona que el introspeccionismo y la percepción selectiva no nos pueden llevar a buen término la terapia humanista, porque el primero argumenta que “la vivencia psíquica es reductible a un número finito de elementos y atributos conscientes” (p. 155), lo cual rompe con la orientación fenomenológica y por otro lado, no podemos apoyarnos en la percepción selectiva, porque para hacer un verdadero análisis se necesitan observar cosas, sondear el por qué de las mismas. No limitarnos a trabajar alrededor de lo dicho o lo hecho *selectivamente*. Martínez (1982) coincide totalmente con las bases del enfoque humanista, rescata a la esencia del Hombre mismo. No se puede ver al ser humano, y mucho menos en un contexto de terapia humanista, como un objeto por analizar,

estudiar o curar. El cliente es un ser humano, al igual que el terapeuta piensa y siente, posee todo tipo de emociones y por medio del proceso terapéutico no solo va a crecer él, sino también el terapeuta, al compartir y recibir retroalimentación, al establecer un método dialógico.

Partiendo del concepto de “no juzgar” o “no diagnosticar”, el modelo humanista no es médico, como es el caso del psicoanálisis o de un modelo de diagnosis, como en el caso del conductismo.

Maslow (citado en Muñoz, 1998) no parte desde la salud, sino desde el desarrollo del potencial individual. Considera firmemente que el Hombre puede ser delineado en su naturaleza como un sistema único, total y completo. La naturaleza interior de cada persona tiene algunas características que todos los demás poseen (como miembro de una especie) y algunas características son únicas en cada persona (idiosincrasia). Maslow identificó una jerarquía de necesidades que motiva la conducta humana. De acuerdo con él, solamente cuando las personas han satisfecho sus necesidades elementales, luchan por llenar necesidades superiores. La primera prioridad es la supervivencia fisiológica, por ejemplo, las personas que se mueren de hambre se expondrán a grandes riesgos por conseguir alimento y solamente cuando lo hayan obtenido se preocuparán de las necesidades de otro nivel superior, o sea, las que tienen que ver con la seguridad personal. Éstas deben cumplirse antes de que la persona pueda buscar amor y aceptación, estima y realización y finalmente la realización del propio potencial.

Según Maslow, la persona autorrealizada:

- Percibe la realidad tal y como es.
- Se acepta a sí mismo.
- Se supera.
- Tiene deseos de intimidad, de contactos consigo mismo.
- Agradece y emite reacciones de tipo emocional.
- Se identifica con otros seres humanos.
- Es creativo.
- Tiene ideales.

Maslow (2002) tiene una peculiar manera de confrontar dos polos opuestos. Por un lado resalta el lado bueno del ser humano,

mencionando precisamente que el Hombre es un ser positivo y en crecimiento dinámico y constante; resalta el alto grado de sacrificios que tiene que padecer para lograr un nivel de realización. A veces el ser humano renuncia a lo que necesita para sobrevivir para que el otro ser cercano a él pueda vivir. A esta falsa creencia de que se “debe” anteponer mi necesidad a la de los demás, o viceversa se le atiende en numerosas ocasiones en el contexto de la terapia humanista.

Aunque la teoría humanista resalta el hecho de que todo ser humano posee una tendencia –casi- innata hacia la realización personal, hacia lo positivo, hacia la salud, también considera seriamente el factor patológico y aquellas circunstancias que deprimen y afectan al ser humano. Particularmente se habla de neurosis. Maslow se enfrenta con un problema filosófico y científico que ha existido durante muchos años: el de *objetivizar* lo subjetivo, el de confrontar términos, el de conocer el rango entre salud y enfermedad. Desde su punto de vista, desea operar cualitativamente sin olvidar el matiz científico de sus postulados (Maslow, 1992; 1997).

Retomando precisamente el problema conceptual, como todo humanista, Maslow (1992, 2002) quiere dejar atrás aquella forma de “etiquetar” o “catalogar” a las personas, renombrando los términos *salud psicológica* por **humanidad plena**, ya que el primero es un término muy impactante para la persona y el concepto *neurosis* es intercambiado por el de **disminución humana**. El contexto es el mismo, el significado es prácticamente el mismo, pero la forma de expresar la idea cambia y no impacta igual a la persona. Se rescatan los rasgos elementales de toda neurosis, tomando en cuenta los determinantes sociales, económicos, culturales, etc., y también se retomará como aspecto primordial la base biológica que rige al hombre como especie (factor “instintoide”) ya que gracias a esta base parte la pirámide de las necesidades de realización en la persona; por lo tanto, el hecho de que una persona tenga una *humanidad plena* o una *disminución humana*, tiene que ver con el determinismo biológico (por ejemplo: el temperamento).

El impulso se encuentra manifestado por “señales internas”, las cuales permiten a una persona en vías de su autorrealización

responder al llamado de su yo interno; una persona disminuida humanamente responde robotizada a eventos externos, sin propia voluntad. Lo más importante del punto de vista de Maslow, es que toda problemática puede revertirse y lograr fines favorables para el individuo.

Un último aspecto clínico en el enfoque de Maslow (1992, 2002), es el **complejo de Jonás**, el cual podría resumirse como el miedo al crecimiento. El miedo a ser grande y el temor a las propias ideas puede ser un obstáculo muy grande en todo proceso personal. La contraparte ideal sería reconocer las propias capacidades, el potencial que se posee y explotarlo al máximo. Se entiende, desde el punto de vista humanista, que la neurosis no es una enfermedad, sino un obstáculo para el crecimiento personal.

7.2 Psicología Organizacional.

Considerando que el método dialógico y el contacto uno a uno es una herramienta primordial en el desarrollo de las relaciones humanas, algunas organizaciones políticas, educativas y sobre todo industriales han inspirado su modelo de administración en el enfoque centrado en la persona. Rogers (1982; 1986) y Campos (1982) manifiestan que para un desarrollo armónico entre los grupos de trabajo es importante manifestar empatía. El ser empático cuesta trabajo y requiere de una profunda labor de práctica y ejercicio, ya que además de que la empatía *per se* es una técnica, también es un hábito; una conducta positiva; una actitud.

Una herramienta o ingrediente significativo para que un líder de proyecto sea empático y lo transmita a su grupo de trabajo es la escucha, reflejar adecuadamente los mensajes recibidos, así como entender a la empatía como ubicarse en el marco de referencia del Otro.

Los autores mencionan que un buen líder de las organizaciones, sabe escuchar a sus empleados, llegando a ser empático con ellos. El líder se mantiene en un estatus de atención y escucha, entendiendo que no es lo mismo oír que escuchar. Poner atención en lo que la otra persona dice, implica tomarlo en cuenta como persona única e irrepetible; el líder positivo de las organizaciones, se interesa más en el contenido de un mensaje que en la actitud, apariencia física, nivel cultural, entre otras cosas, del empleado.

Cuando los involucrados en un equipo de trabajo se saben escuchar unos a otros, se crea un proceso dinámico de comunicación y esto coadyuva en el crecimiento personal de todos los miembros. Para promover una buena comunicación desde la perspectiva humanista se debe tomar en cuenta el ambiente físico, sin distractores, sin barreras físicas, sin posturas que impliquen poco interés y estando relajados los involucrados. Sobre todo, será importante pensar en lo que me gustaría sentir a mí o ver y sentir cuando hablo. Incluso en diversos lugares de trabajo se han omitido los escritorios grandes o se colocan funciones de no interrumpir en los interfonos o teléfonos para evitar hasta donde sea posible la distracción y promover la atención física. La atención psicológica, implica que todos mis sentidos, emociones y sentimientos estén con el Otro, sin pensar en nada más que en el momento que se comparte.

En el contexto de la capacitación y desarrollo de personal, Siliceo (1996) rescata el perfil humanista que habrá de tener todo capacitador al trabajar con grupos de trabajo. Entendiendo que un buen humanista se interesa legítimamente por las personas que están con él en un proceso grupal, este autor menciona que será necesario que el instructor y líder de proyecto:

- a)** Se informe al máximo sobre el grupo de trabajo con el cual trabajará, con todos sus datos demográficos, gustos, pasatiempos e intereses personales.
- b)** Sea un ejemplo de puntualidad, limpieza y orden.
- c)** Maneje de manera adecuada sus tonos de voz, considerando que a veces los mensajes paralingüísticos son más impactantes que la palabra misma.
- d)** Mirar a los ojos a los asistentes y participantes, considerando que todos son personas únicas e irrepetibles.
- e)** Cerrar círculos en cuanto a ideas y nunca dejar palabras al aire. Lo cual manifestará un clima de seguridad y de certidumbre en los asistentes.

Siliceo (1996) menciona: es necesario que el responsable de un grupo de trabajo entienda "...que un grupo es heterogéneo, pues, aunque se trate, por ejemplo, de un grupo de vendedores de la misma

edad, escolaridad y función, hay diferencias profundas en lo que toca a la personalidad y capacidad de cada uno de ellos. El instructor debe entenderlo así y, por tanto, tratar a cada persona según sea necesario..." (p.180). Se presenta un claro ejemplo de lo que significa ser humanista en una corporación u organización, donde todos los miembros son una *gestalt* de diversos patrones y orígenes, sin embargo, todos persiguen un mismo fin.

García y Martín (1998) mencionan que las diferencias entre las teorías del hombre económico y el hombre social, son fácilmente discernibles; igual sucede entre éstas y las del **hombre autorrealizado** y **el hombre psicológico**. La administración ha retomando la teoría del hombre autorrealizado para manifestar que es una determinante en la conducta de los seres humanos. El hombre es positivo, creador, constructor y en desarrollo. Las organizaciones humanistas, desde el punto de vista de estos autores, en su filosofía se encuentran plenamente convencidas que el Hombre se dirige hacia una dirección básicamente positiva. Manifiestan que incluso muchos elementos antisociales o que parecen experimentar ciertos sentimientos anormales, logran integrarse al equipo de trabajo de la organización por medio del enfoque, ya que desean airadamente el logro de sus metas y objetivos. Esto condiciona la experiencia. Ese caminar hacia el futuro y hacia lo mejor (lo cual actualmente podría traducirse en calidad) a través de la superación generada por el conflicto es a lo que se llama *autorrealización*.

El Hombre se siente motivado, ya sea por una deficiencia o por una motivación al crecimiento.

- La motivación por deficiencia es muy primitiva y solamente se basa en la satisfacción de necesidades básicas. Hay lucha por conseguir aquello que hace falta y que en un principio corresponde a necesidades orgánicas.
- La motivación por crecimiento es totalmente distinta, ya que no es lucha sino maduración y desarrollo, como expresión del individualismo dentro de la colectividad.

En el *síndrome* de la autorrealización la persona autorrealizada no lo dice, simplemente lo es, y los demás la perciben como tal.

El individuo autorrealizado dentro de una organización busca lograr la expresión de su potencial, es creativo, innovador, propositivo. Cada ser humano posee un potencial distinto y este potencial es diferente en cada ser humano que pretende, únicamente convertirse en aquello que puede convertirse: ***ser lo que puede ser***.

Este llegar a ser es manifestado por Rogers (en García y Martín, 1998) en las tres vertientes siguientes:

1. *Una mayor apertura a la experiencia*, cada miembro de la organización hace caso a su realidad personal y la manifiesta abiertamente hacia los demás.
2. *Tendencia al vivir existencial*, implica la imperiosa necesidad de cada ser humano por vivir íntegramente cada momento.
3. *Mayor confianza en el organismo*, la persona se da cuenta: a medida que se abre a la experiencia, confía en sus reacciones, las comprende y las encamina al éxito. Vive en el arte de lo consciente. Se da cuenta de lo que pasa por su mente, lo manifiesta conscientemente y es proactivo. Deja de lado la reactividad.

Con el tiempo, el enfoque humanista ha cobrado cada vez más adeptos en el ámbito de las organizaciones, siendo uno de los más recientes promotores del enfoque Quiroz (2003), quien por medio de las metáforas –herramienta pedagógica sugerida por Rogers (1986)– explica que la persona desea emprender y destacar en el ámbito de las organizaciones, lleva a cabo un proceso de autoconocimiento, conocimiento de los demás, aceptación de la propia realidad y se basa en un proyecto de vida, partes indispensables en el desarrollo óptimo de los seres humanos.

7.3 Psicología Social.

Como es sabido, el Hombre es un ser social por naturaleza, vive en sociedad y al hacerlo, necesita y muere de la sociedad misma. Éste es un hecho que se comprueba todos los días. No necesitamos demostración. Es evidente.

Si se reflexiona acerca de él seguramente, se encontrarán una serie de características y consecuencias que permiten fusionar el

abordaje del Hombre por el Hombre mismo y llegar a la psicología social como parte importante en el estudio del ser humano, entendiendo que la sociedad humana no es una mera adherencia o suma de individuos sin razón de ser. Compartiendo la idea de González (1986) la sociabilidad es algo más que gregarismo. Hay animales que viven comunitariamente por simple instinto; pero los seres humanos *sabemos* que vivimos en sociedad. Los hombres deciden, defienden, participan y hacen vívido su gregarismo. Esta última idea del autor concuerda con los autores humanistas; la intencionalidad, el vivir conscientemente, manifestado por Rogers, Maslow y otros teóricos.

La Psicología Social, como parte importante de la disciplina, se entiende como la aplicación en el terreno comunitario, desde la familia, la escuela, la sociedad civil o cualquier otra, como las asociaciones deportivas, empresariales o artísticas. El momento mismo de la interacción entre seres humanos es el objeto de estudio de la Psicología Social, y definitivamente el profesional deberá tener cuidado especial en la promoción del desarrollo comunitario (Gutiérrez, 1990).

Otros autores han enriquecido el concepto tradicional de lo que representa el área social en el desarrollo de la disciplina psicológica, mencionando que también es importante el abordaje del comportamiento social, no solamente la interacción. Las actitudes, la influencia social, los motines, el liderazgo, el conformismo, el racismo, sentimientos sociales como la amistad y muchos otros temas representan campo de estudio y reflexión por parte de los psicólogos sociales. El interés se centra enfáticamente en la atracción interpersonal, pero más que verlo como un fin, representa un medio para el logro de la comprensión de la subjetividad humana, en grupo y personal (Coon, 1999).

Hablar de la Psicología Social como parte independiente de la disciplina resulta ocasionalmente complicado, ya que genera confusiones con respecto al área concreta de conocimiento y aplicación. Tiende a confundirse con la Sociología o con la Antropología Cultural, porque aborda a la persona en grupo o sociedad. Sin embargo, el campo de la Psicología Social es todavía más específico, hablando y determinando procesos internos, llamados inter subjetividades sociales.

Wellhöfer (1991) cita los planteamientos de investigadores de la psicología social:

- Hartley y Hartley (1955) conciben la Psicología Social como una rama de las ciencias sociales que se encarga de estudiar el comportamiento individual dentro del marco del acontecer social;
- Krech y Crutchfield (1948) al igual que Newcomb (1959) afirman que la Psicología Social se ocupa de formas de comportamiento diversas de uno o varios individuos y la forma como se originan en contextos sociales diversos.
- Allport (1968) asimila a la Psicología Social como *un intento de entender y aclarar cómo el pensamiento, el sentimiento y comportamiento de los individuos es influido por la presencia real, imaginada o implícita*, lo cual lleva precisamente al entendimiento de los procesos y no de los productos sociales.

Se puede lograr el desarrollo comunitario como un proceso que tiene orígenes en diversos ámbitos y que se aborda desde diferentes perspectivas, como se muestra en el siguiente mapa conceptual (Figura 7.1):

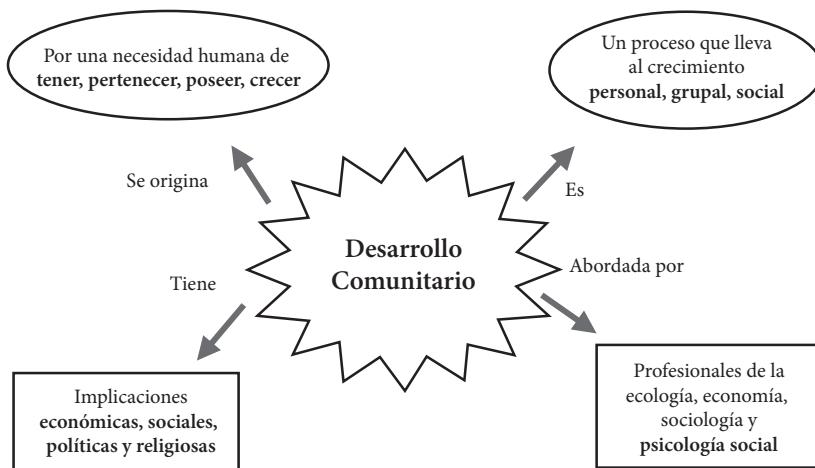


Figura 7.1. Ámbitos del Desarrollo Comunitario.

Más allá de las definiciones, que podrían ser muchas y quizás repetitivas, es importante mencionar que la Psicología Social encuentra

su primer momento de aplicación en la satisfacción de las necesidades sociales imperantes. Dicho de otro modo, el profesional de la Psicología Social habrá de responder a las demandas de una comunidad, convirtiéndose así en un promotor del desarrollo comunitario. Esto es, vivir en conciencia de que los seres humanos se desenvuelven en grupo y tratan de realizarse en el plano de lo social. Se pudiera hablar de una realización social, trascendiendo más allá de las autorrealización.

El desarrollo comunitario es parte fundamental en el proceso de los seres humanos en forma gregaria, se manifiesta de forma multifactorial, y su intervención de manera multidisciplinaria. El profesional de la psicología social, aborda los fenómenos desde la visión del desarrollo de la persona en grupo, considerando factores que determinan el desarrollo comunitario e impactan directamente al individuo (Fugura 7.2):

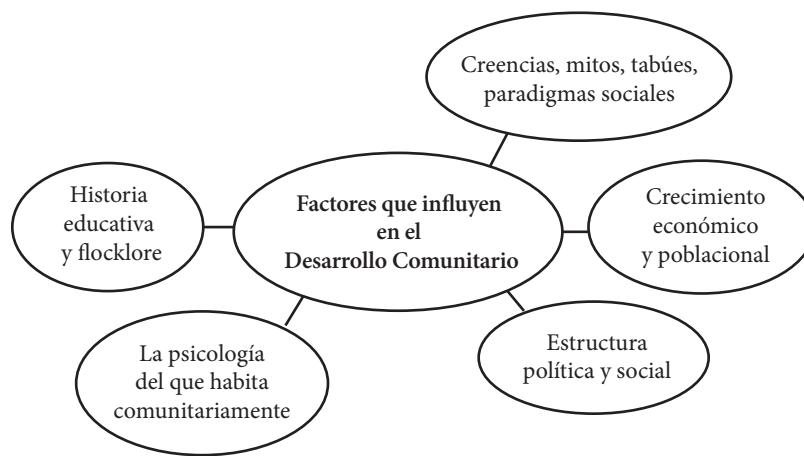


Figura 7.2. Factores que influyen en el Desarrollo Comunitario.

El psicosociólogo (como algunos le han llamado al psicólogo social) estudia las conductas que se adoptan en el medio social por individuos y sociedades. La valoración de los cometidos posibles para el psicosociólogo en una cultura determinada presupone un análisis cuidadoso del estilo de vida de la cultura que se estudia, ya que para comprender la interacción del individuo con la sociedad o

la sociedad consigo misma, se deben conocer las bases de la sociedad y éstas son: cultura, costumbres y tendencias o estilos. Esto no quiere decir que tales características son invariables, las generaciones definen estos estilos, con lo que puede decirse que cada generación, tiene un estilo característico generalizado. Se podría entonces decir que al igual que las personas, las sociedades y los grupos son únicos e irrepetibles, adoptando los conceptos de Satir (1995), Rogers (1995) y Rogers (1997).

Por sus intrínsecas relaciones de vecindad con otras ciencias, la Psicología social se ha convertido en una ciencia interdisciplinaria. Para abarcarla en su totalidad se hace necesario el trabajo en grupo, donde cada elemento domina una parte del todo, sin perder de vista su lugar en el conjunto.

Zanden (1986) menciona que al realizar un estudio de las distintas ramas que integran a la psicología social, se podría decir que el conjunto de las materias que la conforman, obedece a un doble plan. Por un lado se aborda el tema en el sentido de las aportaciones psicosociológicas para la comprensión de las funciones del individuo, y por otra parte elaboran el tema de las situaciones de problema para cuya solución se espera la ayuda del psicólogo social. Buscando una teoría unificada se dice que la psicología social procede de tres fuentes:

1. *Del reconocimiento de lo que consideramos humano, respecto al hombre que vemos a nuestro alrededor, procede del hecho de la misma convivencia.* Este aspecto viene a corroborar los enfoques comunicativos de los autores humanistas, en el sentido de que todo proceso de crecimiento y realización personal tiene sus bases en la relación humana. Baste recordar las palabras de Satir (1995) cuando afirma que en el seno de la familia, se forman las personas.
2. *Del empeño en comprender con los medios de la psicología la gama de la variación de lo humano, como se presenta en muchas situaciones de convivencia.* Esta idea corrobora la individualidad de las personas, la propia esencia humana y las diferencias particulares (Maslow, 1979).

3. *De la necesidad de orientar situaciones críticas de convivencia, así como las posiciones que, de acuerdo con ellas, va tomando el individuo, de modo que pueda llegar a un sistema mejor de relaciones de convivencia (a un grupo más o menos grande) que alcance en una forma excelente la meta que se haya fijado.* Los teóricos humanistas mencionan la necesidad importante de formar un proyecto de vida coherente para que se pueda lograr el fin que se ha trazado y en el sentido social, comunitario y de convivencia se pueda lograr (Maslow, 1997; Rogers, 1995; Montessori, 1998).

Otra perspectiva de intervención es por medio de la teoría de los roles, Zanden (1986) es uno de los principales representantes de este modelo y plantea que el rol es la posición que ocupa una persona dentro de una sociedad, la cual habrá de ser determinada para comprender, asimilar y estudiar la conducta de los seres humanos dentro de los grupos, por posición:

- Familiar.
- De oficio.
- Condicionadas por los amigos o por los intereses.
- Se estatus, éste es el lugar que se ocupa en la jerarquía de valores (Gutiérrez, 1990; Maslow, 1997).
- La edad y el sexo.

En la misma teoría de los roles, se aborda de manera especial la parte de las expectativas, las cuales son definidas como el deber ser, el debiera o puede, y el hacer esto o aquello (Krech, Crutchfield y Ballachay, 1962; citados en Wellhöfer, 1990). Estas expectativas de vida ya han sido abordadas por Satir (1995) y precisamente la labor del enfoque humanista sería que en cada una de las esferas de desarrollo el ser humano conozca de manera consciente sus roles en la vida y desarrolle potencialidades explotando dicho rol.

Todos nacemos en una sociedad humana organizada, un medio social; en el proceso de crecimiento dentro de este ambiente aprendemos a adoptar los usos y costumbres de otros individuos. El contenido de este proceso varía según las personas y las circunstancias con las que establecemos contacto. Basándonos en este principio,

surge la preponderancia que tiene el psicólogo social como personaje que atiende la demanda real del grupo que así lo requiera.

Los otros individuos con quienes mantenemos contacto son parte de una sociedad; su cultura, representada en las pautas de vida que aplican, consiste en las prácticas y las instituciones vigentes, transmitidas de generación en generación. En nuestra sociedad el lenguaje, la familia monógama, la propiedad privada representan pautas culturales ilustrativas. El psicólogo social es quien habrá de coadyuvar para que las relaciones entre los individuos y las instituciones se puedan dar de manera óptima. La cultura representa un contexto de experiencia. Para ampliar la comprensión del comportamiento social, admitimos que las otras personas no son sólo estímulos sociales ante las cuales reaccionamos, sino que ellas crean colectivamente estímulos, significativos desde el punto de vista social, dotados de valor simbólico como las palabras, preferencias alimentarias, moneda, bandera, etc. todos los seres humanos somos parte de una red social y cultural, y con el apoyo del psicólogo social puede concientizarse este proceso.

Los seres humanos estamos necesariamente orientados hacia otros individuos dentro de su medio, y la influencia social se manifiesta cada vez que una persona responde a la presencia real o implícita de otro u otros.

La mayoría de nuestras características – incluyendo nuestra personalidad - son influidas por la interacción social. Las relaciones de influencia que existen entre un grupo y un individuo son: la conformidad, el liderazgo, el prejuicio, la moral colectiva y otros fenómenos propios de los grupos.

La conformidad y el liderazgo: la fuente o el agente de influencia es un individuo capaz de dirigir y modificar los comportamientos y las actitudes de los otros. El prejuicio es un fenómeno intergrupal cuyo origen se halla en los efectos de la identificación de grupo. La moral colectiva es una actitud compartida por el grupo que influye sobre otros resultados individuales.

La influencia social está vinculada con la relación que existe entre dos o más grupos, que puede definirse en su sentido más restringido de camarillas internas dentro de una fraternidad, o en su sentido más amplio en las relaciones internacionales.

La conducta social depende de la influencia de otros individuos y la interacción social es una de las claves de este proceso. Si la conducta es una respuesta al estímulo social producido por otros, incluidos los símbolos que ellos producen, la interacción social puede ser concebida como la secuencia de esas relaciones estímulo – respuesta. El psicólogo humanista rompe con este paradigma para formar en los individuos una responsabilidad de sus actitudes y la manera como impactan en los demás seres humanos.

Los valores, representan en esencia los motivos que conducen al individuo a elegir ciertas metas antes que otras, en la experiencia humana éstos poseen una cierta fuerza orientadora: los hombres sacrifican la vida por “el deber”, “la libertad” y “el honor” (Frankl, 1994; Maslow, 1979).

La labor del psicólogo social no es fácil; por el contrario, es realmente compleja, solamente se logrará cristalizar el esfuerzo y trabajo del profesional, cuando llegue a ser un verdadero agente de cambio y con su ética profesional, objetividad en el desempeño y sobre todo, con una *metanoia* (entendida como el cambio radical de actitud y mentalidad, dejando de lado su actitud de gurú, mago y poseedor del máximo conocimiento, y entendiendo que es sujeto y objeto del estudio de la Psicología Social), promoverá el desarrollo comunitario. Ésta es la esencia humanista del psicólogo en el ámbito social.

7.4 Psicología Educativa.

La teoría humanista o existencial fue fundada por Carl Rogers y Abraham Maslow, quienes la concibieron como una psicología del “ser” y no del “tener”.

Esta corriente propone una ciencia del hombre que tome en cuenta la conciencia, la ética, la individualidad y los valores espirituales. El humanismo comparte los principios del existencialismo que visualiza al hombre como un ser creativo, libre y consciente. La educación humanista ha tenido auge tanto a nivel mundial como en nuestro país. Las necesidades económicas, afectivas sociales y psicológicas del mexicano hacen que se refugie en los principios de esta

escuela. Rogers (1997) menciona que en el contexto de la educación, la persona puede caminar en aras de una autorrealización, cuando se logra ésta, la persona:

- a) Está abierta al cambio sin temor a experimentar nuevas formas de vivir, pensar, sentir.
- b) Desea y promueve la autenticidad en las relaciones humanas, al interior de sus aulas y en la familia, sin hipocresías ni falsedades.
- c) Aspira a la cercanía con los demás, para tratarlos tanto intelectual como emotivamente.
- d) Vive en el aquí y en el ahora, valora el momento presente; concibe cada experiencia como nueva y con ello cada instante le sirve para enriquecer su vida.
- e) Tiene la capacidad para amar y brindar ayuda a los demás.
- f) Se opone a la burocratización y a la deshumanización.
- g) Le da más importancia a los valores humanos que a los bienes materiales.
- h) Rige su conducta por la autoridad interna y no externa. Confía en sus propios criterios y desconfía de las imposiciones externas.
- i) Da prioridad a su desarrollo persona y espiritual.

Rogers (1997) dice que en el contexto de una enseñanza humanista, cuando un educador se jacta de serlo, es porque se encuentra en la constante búsqueda de un modo de construir un aprendizaje válido y confiable para el alumno. De igual modo, un buen facilitador del aprendizaje fortifica y sustenta la relación con sus alumnos con el interés genuino de que su alumno pueda crecer. Para ello, se necesitan las tres actitudes básicas de las que se habló en el capítulo primero (aprecio positivo incondicional, congruencia o autenticidad y empatía).

En un contexto humanista, Rogers, y Freiberg (1996) afirman que en la educación se podrían generar aprendizajes significativos, siempre y cuando se cumplan los siguientes puntos:

- a) Cuando el estudiante estudia un tema, tomándolo como un problema real en su vida.
- b) Cuando el profesor es auténtico y coherente con sus alumnos, yendo más allá de la simple transmisión de conocimientos y mostrándose como un ser humano.

- c) Cuando el docente aprecia positiva e incondicionalmente al alumno y muestra empatía con él, llegando a aceptar sus alegrías y/o decepciones acerca de los contenidos temáticos.
- d) Cuando, a diferencia de una terapia donde las soluciones las encuentra el cliente, el docente provee de recursos al estudiante; el docente le da un inductor a sus alumnos para generar aprendizaje significativo.
- e) La motivación básica del educador, fomentará un deseo del estudiante por conocer y lograr más. Se genera un clima propicio para el aprendizaje.

El empleo del humanismo en las aulas permitirá formar estudiantes más libres y autodidactas, Rogers y Freiberg (1996) promovieron este tipo de ideas le fue realmente difícil. Esto se debe a que existe una pugna (a veces incomprensible) entre la escuela tradicional y el enfoque humanista y demás pedagogías nuevas. Algunos maestros siguen pensando que al estudiante se le *debe* dirigir, guiar, puesto que no es capaz de construir sus propios aprendizajes (construir-se).

Cada vez hay más personas dedicadas a la educación que están adoptando el método humanista en su trabajo diario. La escuela humanista presenta una propuesta revolucionaria, la cual pudiera dar lugar a la controversia con los educadores con tendencias conservadoras y tradicionales.

Según Rogers y Freiberg (1996) hemos cruzado la línea divisoria; ahora nos sentimos con la posibilidad de acercarnos más a una nueva visión educativa. Para tener un marco de referencia, el autor menciona que el aprendizaje personalizado ha venido a modificar algunas características del sistema o método tradicional, el cual ha sustentando que:

- El profesor posee el conocimiento; los alumnos son simplemente receptores.
- La enseñanza es vertical, al igual que el poder y dominio de la clase.
- El control de grupo es lo esencial en la relación educativa.
- El súbdito (alumno) tiene prohibido opinar y mucho menos criticar.

- Jamás se toma en cuenta al alumno en toma de decisión sobre contenidos temáticos ni formas de evaluación.

En cambio, el enfoque personalizado en la educación propone:

- Que no existan más profesores, sino facilitadores.
- Que el aprendizaje no sea unidireccional: maestro-alumno; será multidireccional, mutuo: de maestro-alumno, alumno-maestro, alumno-alumno.
- El aprendizaje es vivencial y elegido por el grupo.
- Existe disciplina responsable; una autodisciplina para cumplir con lo que el grupo acordó.
- Cada uno comparte lo que sabe y sus experiencias.

El participante es responsable de sus aprendizajes y desde este punto de vista, no existe ya una lucha de poderes por saber quién determina, controla o evalúa a los demás. El trabajo se vuelve más productivo; es necesario mencionar que en los primeros intentos por implementar este método se encuentra rechazo, hostilidad, resistencia y miedo por parte de algunos alumnos y colegas profesores. En muchos casos, el cambio ha provocado conflictos entre educadores y alumnos, porque toda modificación afecta. Ser responsable del aprendizaje propio (alumnos) y el ceder poder y convertirse en “uno más” del grupo (facilitador) no es una posición muy cómoda para quienes siempre han ostentado el poder en el salón de clase (Rogers y Freiberg, 1996).

Desde este punto de vista, el cambio definitivo de sistema no es a medias. Debe ser radical, a juicio de Rogers (en Tyler, 1972) y diversas investigaciones han demostrado que al observar grupos con enfoque humanista y grupos con enfoque tradicional presentan diferencias, desde los alumnos hasta el profesor o facilitador.

Bastan algunas sesiones de trabajo para que el facilitador adquiera y emplee actitudes básicas (las cuales se transmiten por experiencia, no hablando) y para que los alumnos se expresen mejor, desarrollos más capacidades cognoscitivas y puedan auto explorarse con el auxilio de diversos inductores y recursos que les puedan proporcionar los facilitadores. Para Rogers, se necesita tener

valor, iniciativa y creatividad para dar el gran paso de trabajar como facilitador del aprendizaje.

Cuando se haya adoptado este tipo de enseñanza, se vuelva personalizada, se centre en los procesos creativos de los alumnos y sobre todo, en las necesidades reales de cada uno de los educandos, se podrá hablar de un progreso para la Nación. Maslow (citado en Valero, 1975) reconoce que cuando predomina en la educación un ambiente de libertad y simpatía, por fuerza se tiene que originar la creatividad.

García Hoz (citado en Ferrini, 1975) coincide con el punto de vista humanista, al decir que “la libertad de iniciativa, la libertad de elección, la libertad de aceptación, constituyen, en resumen, los objetivos de la educación personalizada en función de la autonomía del hombre” (p. 46). El hombre se siente libre cuando es él desde lo más profundo quien elige su camino. El hombre, a juicio de Ferrini (1975) se realiza eligiendo y realizarnos es potenciar todo lo que en nosotros hay de característico.

Ser libre es ser uno mismo; por eso la libertad no es dada, sino que la conquistamos cada quien en la medida en que realizamos lo que somos y lo que tenemos en potencia.

Rogers (1986) dice:

“...el profesor que se esfuerza por crear un clima de libertad responsable en el aula puede sentirse alentado al saber que, según lo demuestran los trabajos de investigación más relevantes, sus alumnos saldrán preparados de un modo muy importante para su vida futura en un mundo que no cesa de cambiar” (p. 190).

La formación desde el enfoque centrado en el alumno, implica responsabilidad y el desarrollo y promoción de la misma. La persona formada humanísticamente sale a un mundo difícil, con la cualidad de manifestarse como una persona responsable de sus actos y empático hacia las actitudes de los demás.

Se tiene el auge de las escuelas nuevas, quienes retoman parte importante del modelo humanista en la Educación. La perspectiva del desarrollo humano y en valores según Montessori es hoy por hoy, una de las aportadoras a la Pedagogía del siglo XX. Hacia los años 40, describió de manera íntegra y fehaciente que la crisis de

valores, formación humana y sensibilidad hacia el mundo social que nos rodea, estaba siendo provocada por el avance de las fuerzas del progreso.

Resulta necesario aclarar que Montessori no se formó en el modelo humanista, pero dada la relevancia de su teoría, la cual se encuentra legítimamente interesada en el desarrollo integral del niño, es que se puede considerar como un modelo educativo humanista.

El hombre, a juicio de Montessori (1955) ha empleado con frecuencia su creatividad para acabarse a sí mismo, debido a que promueve el desarrollo, el progreso y se adapta:

“Una falta de equilibrio entre el hombre y su medio ambiente según el cual la humanidad debe de proveerse a ella misma reforzando sus propios recursos, desarrollando sus propios valores, sellando su propia locura y estando consciente de su propio poder” (en Montessori, 1998 pág. 101).

Esa falta de equilibrio de la cual visionariamente Montessori habló, parece no haberse resuelto. Pareciera que la crisis de valores va en aumento, Brezenzki (1968) argumenta:

“... una sociedad cultural, psicológica, social y económicamente sometida al impacto de la tecnología y la electrónica, con computadoras capaces de producir pensamiento ‘creativo’ y, si son integradas a robots, acciones semejantes a las humanas... La misma conducta humana crecientemente sujeta a una deliberada ‘programación’, un extenso control químico de la mente y una pérdida de la individualidad... Una vida social atomizada, masas crecientemente sin propósito en una sociedad enfocada hacia las diversiones (y) siendo el trabajo activo privilegio de la élite meritocrática gobernante...” (En Montessori, 1998, pp. 109-110).

Partiendo de esta perspectiva, Montessori (1998) argumenta que es tanto el interés por formar seres productivos, que se olvidan los valores de la libertad, la creatividad y la conciencia. Resulta ser cada vez más difícil para el ser humano encontrar el criterio apropiado para evaluar el comportamiento. Las normas tienden a ser consideradas como modelos “de moda” en ciertos grupos y que son rechazados en otros y no tienen validez *per se*.

El cambio ambiental tan acelerado ha ocasionado que suframos un cambio brusco en nuestro sistema de valores, éstos están

constituidos por el proceso de desarrollo de la persona individual, por medio del cual las interacciones con el mundo exterior son reemplazadas por representaciones internas.

El proceso de internalización comienza con la imitación, respecto a las actitudes de los padres y otras personas significativas en la vida del niño. Culmina en las opiniones, ideales y normas del individuo, como lo evidencia su comportamiento y el rol social que desempeña en la sociedad en la cual se desenvuelve.

De tal suerte, que tanto el medio ambiente como la internalización de normas y valores que a lo largo de la historia personal del sujeto, son los determinantes para la formación de una escala de valores adecuada. La libertad (concepto medular en la teoría de Montessori) es confundida ocasionalmente con el libertinaje, lo cual lleva a una crisis y confusión respecto *al ser y al deber ser*.

Las observaciones que hizo Montessori (1998) al niño, revelaron que las características relacionadas con el sistema de valores eran desarrolladas a través de la actividad espontánea en un medio ambiente preparado. Esta ayuda corresponde a las necesidades intrínsecas inherentes a los patrones de desarrollo y sigue su propio ritmo. Montessori demostró que bajo estas condiciones el niño es urgido desde su interior hacia ciertas actividades específicas que ejecuta con gran concentración y placer. Estas funciones se verán cristalizadas en su vida futura, adulta.

Montessori (1998) tuvo especial cuidado en que su pedagogía formara en su totalidad, de manera integral, la personalidad del niño. Inicialmente el trabajo del infante es independiente, pero paulatinamente observa lo que hacen los demás, sobre todo los niños mayores. Entonces empieza a colaborar.

Los niños mayores se gozan en apoyar a los niños pequeños, generándose así una labor de colaboración; en lugar de competencia surge una actitud de cooperación. Los niños aumentan sus sentimientos de seguridad personal y los mueve a explorar el mundo que les rodea. Desafortunadamente, en la actualidad esta dinámica de interacción entre compañeros ha sido modificada en algunos contextos, debido al alto índice de violencia que se vive en las escuelas. Tal pareciera, desafortunadamente, que en los medios escolares, más que promover

la salud psicológica por medio de la cooperación y el sentido de solidaridad, ahora se trabaje más sobre el sentido de una competencia desigual y la promoción de la violencia, donde el más fuerte es quien gobierna, ¿evolución o involución? Desacertada realidad actual.

Desde la perspectiva de Montessori, el medio ambiente rodeado de los valores: cooperación, libertad, seguridad y ante todo el respeto, hacen que de manera natural aprendan a convivir con los demás seres humanos.

Los elementos que forman a la persona y le permiten integrarse a la sociedad actual (demandante y científica) son: *la autorregulación, integración, independencia, interdependencia, coordinación y cooperación* como básicas para el bien común y la maduración. Estos factores son rescatados por la pedagogía Montessori.

Montessori (1955) dijo:

“[...] uno de los más urgentes esfuerzos que deben de hacerse a favor de la reconstrucción de la sociedad es la reconstrucción de la educación (para despertar) aquellos maravillosos poderes que actualmente permanecen escondidos [...] entonces aparecerá el niño que está destinado a formar una humanidad capaz de comprender y controlar nuestra actual civilización” (p. 98).

En la presente obra confluyen la psicología educativa y la psicología social desde el marco teórico del humanismo en la propuesta que se presenta en el siguiente capítulo.

8

Inserción del enfoque humanista en Psicología social teórica y aplicada en el Plan de estudios de Psicología en la FES Iztacala

 a Psicología, como disciplina científica, ha sufrido diversas transformaciones con el paso del tiempo. Desde tiempos remotos, se ha considerado a la Psicología como la pugna constante entre el discurso de lo científico y lo no científico.

Por un lado, quienes (Catell, 1944; Thorndike, 1949; Cannon, 1962; Stevens, 1982; citados en Sahakian, 1982) afirman que el área de conocimiento del psicólogo pertenece a las ciencias exactas por apoyarse al modelo experimental, cuestionan severamente a los seguidores de corrientes psicológicas subjetivas y poco confiables a su juicio, como el psicoanálisis, el humanismo y las teorías derivadas de los procesos no medibles, cuantificables y observables. En contraposición, estos últimos critican severamente a los “científicos”, en el sentido de que manifiestan un sentido reduccionista y poco aceptante a las características individuales del sujeto de estudio. Así ha

sido hasta nuestros días, en los cuales el discurso entre lo objetivo, lo científico y lo subjetivo, lo social, emocional y personal, han derivado en esta pugna ideológica.

En un momento histórico de México y en la escena mundial, donde se generaban cambios constantes de actitud, de pensamiento y de organización surgió el plan de estudios de la carrera de Psicología aprobado en 1976, en la entonces Escuela Nacional de Estudios Profesionales Iztacala.

La guerra fría en su apogeo, el movimiento contra el *apartheid*, la liberación femenina, la doctrina juvenil del “amor y paz” y muchos movimientos más, sin olvidar por supuesto, el significativo y productivo movimiento estudiantil en México, llevaron consigo la reestructuración de los sistemas educativos del mundo. Obviamente, uno de los más notorios fue el mexicano, quien al interior de la Máxima Casa de Estudios, generó la creación de sus escuelas y facultades descentralizadas.

En un mundo cambiante, lleno de revoluciones ideológicas, no podía quedar sin impacto propio la carrera de Psicología, la cual en ese contexto deja de pertenecer a la Facultad de Filosofía y Letras y hacia el año de 1975, se genera en la entonces ENEP Iztacala un nuevo enfoque para ver la Psicología: el conductual.

El plan de estudios de la hoy Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FESI) proviene de ideas metódicas y bien fundamentadas, donde se habla de una combinación inteligente entre lo cualitativo y lo cuantitativo. Se rompe con paradigmas de pugna o lucha entre lo científico y lo que no lo es. En palabras de Ribes y López (1985), debe caracterizarse a la nueva psicología como una fusión perfecta entre estos dos aspectos, no sin antes diferenciarlos y utilizarlos intelligentemente. Según el autor, la manera como se había estado manejando el enfoque psicológico *científicista* reducía al investigador en este campo a una descripción somera de la interacción entre el organismo y su ambiente circundante. Así pues, en el marco del surgimiento de nuestro plan de estudios, ahora se habla de un modelo donde se consideran aspectos individuales, y aspectos relacionales con el ambiente.

Sin embargo, han pasado ya muchos años y el enfoque central del plan de estudios ha cambiado demasiado. En la formalidad, en lo explícito, sigue con las mismas características; pero en lo implícito, en currículo vivido, ya es diferente. López Ramos (1993), quien en su momento criticó severamente al plan de estudios ortodoxo creado en la década de los setenta por Ribes y sus colaboradores, ahora plantea la necesidad de generar un nuevo plan de estudios, donde la apertura y la erradicación de la ortodoxia se hagan presentes. Ahora, los programas por asignatura poseen mayor flexibilidad y aunque no hay nada formal, nada concreto en la actualidad que permita ver en el currículo *explícito* el nuevo plan de estudios, la nueva era en psicología de Iztacala se puede sentir y respirar.

En el área de Psicología Social Aplicada cada uno de los miembros pone a consideración de su Jefe de Área el programa semestral, justificando los motivos para el empleo del modelo teórico así como de las actividades de aprendizaje; se retroalimenta de ser necesario y se reorienta hacia el logro del objetivo general de la licenciatura, el cual es: *que el alumno egresado de la carrera en la Universidad Nacional Autónoma de México Campus Iztacala sea capaz de identificar, valorar y proponer alternativas de prevención y solución para las diversas situaciones que requieren de su intervención, derivadas de la interacción entre individuos, grupos, instituciones y comunidades para el desarrollo integral del ser humano y la sociedad.*

Se pretende generar egresados con conocimientos teóricos, que posean la capacidad de enfrentarse a un mundo real, donde individuos interactúan con individuos; las instituciones, grupos y comunidades con los individuos y las organizaciones interactúan entre sí.

El docente responsable y con sentido de pertenencia a la Universidad, tomará en cuenta los atributos que se esperan del estudiante al concluir sus estudios.

Que el alumno egresado:

- **Detecte y Evalúe.** Que el alumno sea un agente con la capacidad de emitir juicios profesionales y congruentes con el fenómeno que se aborda.
- **Diagnostique.** Habilidad que le permitirá al estudiante egresado hablar en términos propios del argot psicológico, de tal

modo que pueda describir la situación, así como los factores que están promoviendo, generando o delimitando dicha situación.

- **Planee.** Que el egresado posea la cualidad de *mirar a futuro* y promover situaciones de modificación o cambio de la situación abordada.
- **Desarrolle.** Entendiendo al desarrollo como la promoción de hábitos, actitudes, valores éticos y profesionales. Que el fenómeno de la desprofesionalización se haga presente siempre, de tal manera que el psicólogo de Iztacala no solamente se desarrolla a él mismo como profesional, sino que promueve el desarrollo de quienes lo rodean. Es el carácter humanista del psicólogo.
- **Rehabilite.** Que posea la capacidad de reintegrar a la sociedad a quien se ha omitido de ella; de integrar a quienes no lo han hecho y de promover cambios de actitud hacia los que no permiten que el *no rehabilitado* se rehabilite.
- **Modifique comportamientos o interacciones disfuncionales.** Que una vez detectadas las conductas catalogadas como problema o limitantes del desarrollo personal y social, el egresado pueda generar y promover cambios en las conductas de manera profesional, responsable y ética.
- **Proponga alternativas de prevención y solución de problemas.** Que el psicólogo de Iztacala sea propositivo y ejecutor en el contexto de las situaciones que están afectando a la sociedad, los grupos y las personas.
- **Investigue.** Ésta es una característica intrínseca del psicólogo de Iztacala. Simple y llanamente, el psicólogo indaga, cuestiona, experimenta, prueba... y tiene razón de ser.
- **Capacite y programe.** - la organización, la estructura, la planeación y sobre todo, la capacidad que pueda poseer el psicólogo para diseñar, desprofesionalizar y transmitir de manera clara lo que ha planeado es un sello propio de los alumnos y egresados de Iztacala.
- **Diseñe.** - entendiendo a este concepto como la habilidad que el psicólogo posea para programar situaciones, actividades de aprendizaje, eficiencia en el trabajo, estructura en las organizaciones, medios para modificar la conducta, etc. de manera clara y confiable, siempre basado en sucesos reales.

La currícula de la Facultad en el área de Psicología continúa siendo la misma que en sus inicios, dando importancia a la práctica conforme se avanza en semestres, dejando menos espacio a la teoría, porque ya ha sido revisada, analizada y comentada ampliamente y siempre apoyada en la metodología, la cual puede corresponder a cualquier corriente psicológica. Esquemáticamente se ha presentado así (Figura 8.1):

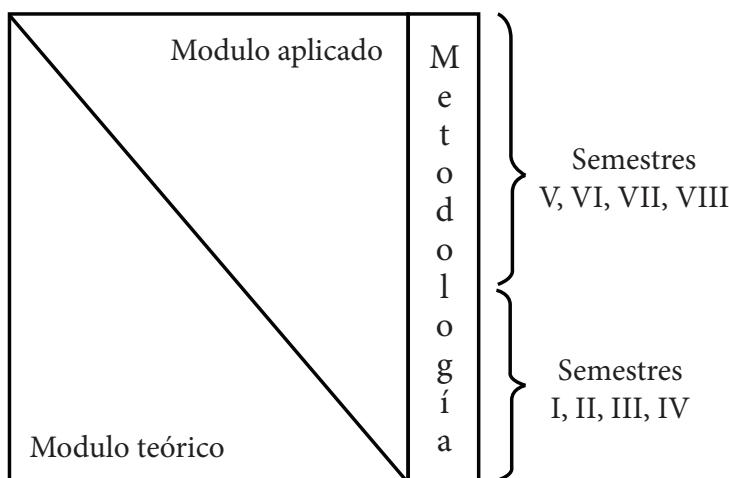


Figura 8.1. Estructura curricular del Plan de Estudios de Psicología en la FES Iztacala.

Se entiende así, que el trabajo de los estudiantes debe estar enfocándose paulatinamente y a medida que se avanza en créditos e historia académica hacia el logro de los aspectos teóricos en la práctica de la disciplina científica.

La psicología es la ciencia que estudia el comportamiento del ser humano. Es una profesión relativamente reciente, ya que es a partir de 1973 (Preciado y Rojas, s/f) que se le reconoce legalmente en nuestro país; su campo de trabajo se ha ampliado y diversificado en la medida que el psicólogo es demandado para dar solución a diversas necesidades sociales en el campo de la educación, la salud, la ecología, la producción y el consumo entre otros. El programa de la asignatura que se presenta, tiene la finalidad de responder a esa demanda social

que la comunidad manifiesta. Al promover en el alumno habilidades para trabajar en un campo real, teniendo como característica principal la retroalimentación de procesos y la reorientación de los mismos, a fin de que cada día se busque la mejora del programa y se amplíe el campo de acción.

Grundy (1991) afirma, que el currículo no es teórico, sino pragmático, que se ve en las acciones más que en los planes de estudio y sobre todo, entender que el *currículum* responde a la necesidad cultural y social de donde emana. Esto hace pensar el por qué muchas *novedades* didácticas y educativas no resultan fructíferas para los mexicanos, porque esas estrategias son de “importación” y no están respondiendo a la necesidad real de los mexicanos. Dicho de otro modo, no responde a la *idea de hombre* y a la *idea del mundo* en México. En el caso del programa que se presenta y analiza, se considera que hay pertinencia o un sentido de congruencia externa, ya que en la actualidad cada vez es mayor la demanda de atención psicológica a los grupos minoritarios, segregados o de alto riesgo.

Para el ser humano es importante conocer, saber el porqué de sus conocimientos y cómo van a aplicarse éstos. La tendencia actual del análisis de un programa debe centrarse en situaciones objetivas, observables y demostrables, la valoración de los *currícula* establece la pertinencia de las acciones, se demuestra que funciona. Queda por cuestionarse si el modo como se aplican los currícula es subjetivo, aunque los resultados pretenden ser objetivos. En este sentido, un análisis o crítica de programa no se limita a una asignatura en aislado, sino que habrá de tomarse en cuenta la congruencia interna; la manera como se vincula con otras asignaturas. En este orden de ideas, la congruencia interna del programa coincide con los paradigmas o patrones de enseñanza que perduran en la facultad.

El programa tiene la congruencia externa, al manifestar un profundo interés por atender a las demandas de una comunidad, lo cierto es que, en relación con otras asignaturas, aún falta llegar a un consenso de congruencia o correspondencia entre contenidos teóricos y prácticos.

El módulo aplicado de la FES Iztacala, pretende cubrir de manera satisfactoria los ámbitos laborales del psicólogo, mediante las áreas:

- Experimental.
- Educativa.
- Educación especial y rehabilitación.
- Clínica.
- Social.

Esta última puede incluso cubrir aspectos de los anteriores, ya que al hablar de un Psicología Social Aplicada, se refiere a la intervención con cualquier grupo humano. La labor social del psicólogo se centra en el trabajo del ser humano con otras personas. Se vincula de manera directa con otras asignaturas en el sentido de que lo teórico, base fundamental del trabajo del estudiante de psicología, tiene su cristalización y realidad en lo aplicado. La asignatura de Psicología Aplicada Laboratorio VIII, como se conoce de manera formal, manifiesta la cristalización y realización de las nociones adquiridas en el módulo teórico, desde el momento mismo en que se inicia la carrera, sin embargo, presenta algunas modificaciones con respecto a su precedente inmediato (Psicología Aplicada VII, ya que en este momento se promueve la intervención en el campo real de aplicación).

La estructura del programa tiene aspectos teóricos, que se analizan y viven en la práctica, para que el trabajo de intervención se lleve a cabo de manera formal en el octavo semestre. La clase deja de ser sólo un seminario o cátedra teórica, y se convierte en una clase dinámica y a modo de taller, con la finalidad de que, al mismo tiempo que se aprenden conceptos, éstos se *aprehenden* haciendo.

Se habla también que en este módulo se pretende que el alumno ponga en práctica los principios teóricos, las técnicas y los procedimientos desarrollados durante los primeros semestres. Este módulo garantiza la formación práctica de los futuros profesionales, no como simple agregado a los cursos teóricos, sino como tronco modular de la preparación del psicólogo.

La carrera consta de ocho semestres. En los cuatro primeros se ofrece un marco general de las diferentes teorías psicológicas y sus metodologías. En los cuatro restantes se enfatiza la aplicación de los conocimientos adquiridos dentro de diversas áreas de trabajo: cubículos, laboratorios, clínicas, centros de educación especial y

rehabilitación, escuelas públicas y privadas, comunidades marginadas, instituciones gubernamentales y empresas. En su conjunto las asignaturas aplicadas de quinto a octavo semestre contactan al alumno con dichos espacios naturales y sociales con los que se cubre el servicio social de la carrera.

Este último punto es interesante, los profesores que imparten la asignatura adquieren un compromiso enorme, al preparar a los alumnos con ética y profesionalismo. Los estudiantes van a observar, diseñar programas para modificar conductas y actitudes, además están ya interviniendo como profesionales de la Psicología. El compromiso cobra mayor seriedad cuando los estudiantes son identificados ante un grupo social como los profesionales y pudieran presentarse fallas metodológicas o errores humanos, no bastará con reconocer el error y reportar resultados como “variables extrañas o problemas metodológicos”; la responsabilidad es reconocer el error y solucionarlo. Por lo tanto, un programa de asignatura que se presenta a continuación, por su carácter integral, pudiera ser implementado en el área aplicada (concretamente en la social, por su aplicación en espacios abiertos y a la comunidad) y se justifica en el aspecto de que la retroalimentación es de vital importancia, ya que si los estudiantes no están siendo monitoreados y se mantiene constante una comunicación que los edifique, los nutra en su proceso de trabajo y los haga crecer y madurar como investigadores, orientadores y modificadores de hábitos, conductas y actitudes, el hecho educativo sería deficiente y sin razón de ser.

Se pretende realizar objetivamente una valoración de los logros y limitaciones obtenidos con este programa, después de que se ha trabajado con tres generaciones:

Objetivo general del curso:

Generar en los alumnos habilidades sociales: manejo de grupos, liderazgo, promoción de hábitos, actitudes y desarrollo personal en el área de incidencia social, partiendo de las necesidades reales que la sociedad demanda, ante todo con personas catalogadas como

población de alto riesgo y socialmente marginadas, empleando como eje fundamental el enfoque centrado en la persona, para el trabajo con grupos.

Observaciones: Con este objetivo general, he pretendido que los alumnos puedan cubrir dos dimensiones de aprendizaje: una vertical, en la cual el docente facilite a los estudiantes adquirir o promover las habilidades sociales propias de un facilitador desde el enfoque centrado en la persona, y a su vez, que ellos promuevan y faciliten estos procesos al ser conductores en las sesiones del semestre, dirigido hacia sus compañeros, con vistas a reflejarlo en la población que atienden en el octavo semestre, como se representa en la siguiente ilustración (Fugura 8.2):

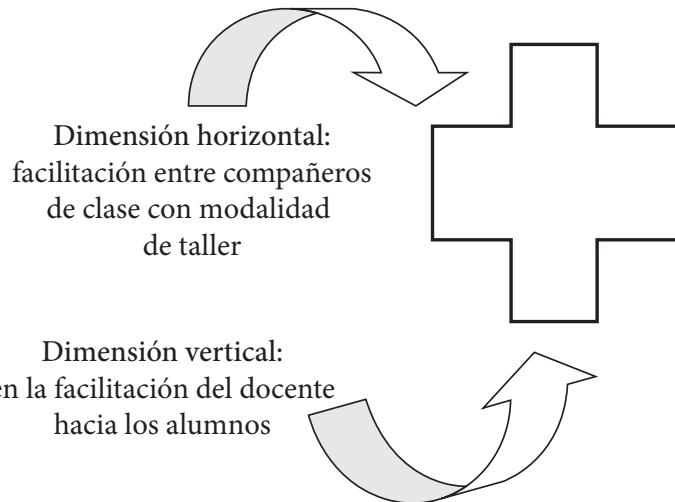


Figura 8.2. Dimensiones de aprendizaje en Psicología Social Aplicada.

UNIDAD 1.- Introducción a la Psicología Social.

OBJETIVO DE LA UNIDAD Ubicar en el espacio y tiempo a la Psicología Social como área de la disciplina científica.

Contenidos temáticos:

- La Psicología como disciplina Social.
- La Psicología Social y su objeto de estudio.
- Relación de la Psicología con otras áreas de conocimiento.

Crítica y valoración: aún cuando estos conceptos han sido generados en el estudiante desde los primeros semestres de la carrera, resulta importante ubicar al alumno de nuevo en el contexto del área social, de tal suerte que comprendan la importancia que tiene la Psicología Social, como área de conocimiento en la disciplina. La delimitación constante del campo de acción del psicólogo social, en relación con profesionales de otras disciplinas sociales, le permitirá al alumno evitar divagaciones en su función como investigador-docente-modificador.

UNIDAD 2.- Epistemología de la Psicología Humanista.

OBJETIVOS DE LA UNIDAD Análisis de los orígenes y fundamentos filosóficos y psicológicos de la Psicología Humanista.

Contenidos temáticos:

- La filosofía existencialista como premisa de la psicología humanista.
- Análisis de la filosofía de Sartre y su impacto social.

Crítica y valoración: de conformidad con la escuela psicológica que será trabajada en el semestre, es menester manejar el sustento epistemológico de la misma, entendiendo que toda forma de conocimiento científico o subjetivo, parte de raíces fundamentadas filosóficamente. Para abordar la psicología humanista, es necesario partir de sus raíces y bases filosóficas; en este caso, el abordaje del existencialismo de Jean Paul Sartre permitirá una comprensión del contexto bajo el cual se presenta el enfoque centrado en la persona.

UNIDAD 3.- La Psicología Humanista y su aplicación en el área Social.

OBJETIVO DE LA UNIDAD Análisis y discusión sobre la teoría y técnica humanista en el área social.

Contenidos temáticos:

- Orígenes de la Psicología Humanista como tercera fuerza a nivel social.
- Comparación del Humanismo con el Psicoanálisis y el Conductismo.

- Análisis del surgimiento del humanismo como apoyo para sociedades de alto riesgo o marginadas.

Crítica y valoración: los estudiantes contextualicen la aparición de la psicología humanista como una reacción fuerte al enfoque mecanicista del conductismo y a subjetivismos y diagnosis del psicoanálisis los confronta con una nueva realidad, ya que por el paradigma de la facultad no se promueve este enfoque. La capacidad de comparar, confrontar, argumentar y contra argumentar el enfoque humanista con los otros enfoques más fuertes que han existido se hace con el afán de tener una nueva visión acerca de la psicología, la cual surge como reacción al estilo de vida posmoderno, el cual es calificado por muchos como un medio hostil, sin valores y con pérdida del sentido de la vida.

UNIDAD 4.- Realización del Proyecto de Intervención.

OBJETIVO DE LA UNIDAD Realización de un proyecto basado en literatura revisada en clase, bibliografía complementaria y el problema concreto que se abordará, para manifestarlo en un taller vivencial dirigido a miembros de la población. Este trabajo de preparación se llevará a cabo durante el mes de noviembre, diciembre y se retroalimentará en equipo y después de manera grupal, para así concluir con el semestre.

Contenidos temáticos:

- Manejo de dinámicas vivenciales que permitan la comprensión de cómo se lleva a cabo la facilitación de grupos.

Crítica y valoración: ha sido prioritario en este proceso, la elaboración concienzuda y planificada de las actividades a desarrollar con la población. Con un carácter de mayor responsabilidad que en otro tipo de prácticas, puesto que va de por medio la práctica profesional de la psicología social. Ellos son *cuasi psicólogos*, por lo tanto la actitud deberá ser de mayor compromiso y responsabilidad. Esto solamente se logrará con la sensibilización, evaluación y retroalimentación del proceso dando mayor prioridad de estos factores en esta última unidad.

SOBRE LA EVALUACIÓN. El trabajo dinámico y de reflexión es indispensable, así como la práctica vivencial de las actividades, para dejar de lado el aprendizaje basado solamente en teoría. El manejo de la evaluación con procesos de integración de la teoría (mapas mentales y conceptuales) y el manejo de dinámica grupal, complementarán el aprendizaje significativo de los estudiantes.

La evaluación está enfocada a la satisfacción de los niveles de aprendizaje de los alumnos. Caracterizo a los dos niveles de aprendizaje de la forma siguiente:

i. Nivel configuracional:

- La norma de evaluación no ha sido interiorizada.
- Las consecuencias de las acciones dentro de la pauta de actividad no pueden ser anticipadas por el aprendiz.
- La dirección la da un conductor diferente a la persona que aprende.
- El proceso es conducido por estimulación.

ii. Nivel cognitivo:

- La norma de evaluación es interiorizada.
- Las consecuencias de las acciones dentro de la pauta de actividad pueden ser anticipadas por el aprendiz.
- La persona se autodirige.
- El proceso es autoconducido por motivación.

El ideal es que los dos procesos establezcan un continuo, que va de lo configuracional a lo cognitivo.

Lo anterior se puede resumir en el siguiente esquema (Figura 8.3):

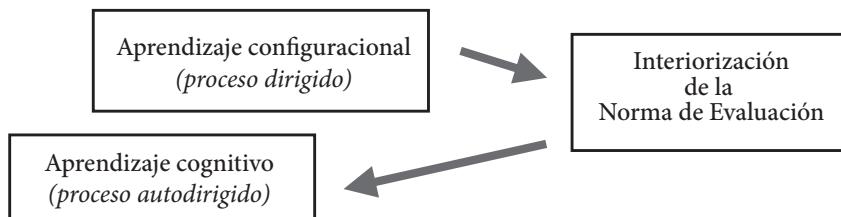


Figura 8.3. Continuo de los niveles de aprendizaje.

A partir de lo anterior se puede observar que la conducción del aprendizaje, por un conductor externo al aprendiz, requiere provocar la actividad y controlar las consecuencias. Por lo tanto debemos analizar estos dos factores del proceso; cómo provocar la actividad y controlar las consecuencias.

En este módulo se pretende que el alumno ponga en práctica los principios teóricos, las técnicas y los procedimientos desarrollados durante los primeros semestres. Este modulo garantiza la formación práctica de los futuros profesionales, no como simple agregado a los cursos teóricos, sino como tronco medular de la preparación del psicólogo. Puedo afirmar que se está cumpliendo con esta parte importante de formación de los futuros egresados, sin embargo, aún no hay vínculos cien por ciento congruentes al interior de la carrera.

Pareciera ser que las asignaturas en algunas partes del currículo no están comprometidas unas con otras; no hay seguimiento, no hay continuidad entre los contenidos de las asignaturas y esto provoca en algunas ocasiones cierta confusión por parte del alumno.

Partiendo de la necesidad de reflexionar sobre el plan de estudios, es importante mencionar que la asignatura de Psicología Aplicada Laboratorio VII responde a la demanda social, en el sentido de que atiende, y detecta situaciones catalogadas como problema en los grupos humanos, sin embargo se denotan serias confrontaciones entre los programas y planes de las asignaturas teóricas y la parte aplicada. La situación actual de la carrera en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, me lleva a ponderar la propuesta que hiciera el maestro López Ramos (1993) con respecto a la creación de la comisión de evaluación curricular, para que se modifiquen las ambigüedades en el plan de estudios y se mejore de manera sistemática y real el contenido, la aplicación y los conceptos en las diversas áreas de nuestro currículo.

Se habla de un perfil del egresado, de pugnar por un mejor lugar como profesionales de la salud mental y de la atención a las personas, los grupos las organizaciones; todo esto sólo lo podemos lograr si miramos con la convicción de que somos seres sociales en el salón de clases; en las aulas se forman personas, no entes

que trabajan. Los alumnos son personas que aprenden y aprehenden. No estamos capacitando, transmitiendo conocimientos, ni estamos informando. Somos formadores y generadores de reflexión para los estudiantes.

No debemos pelear por un espacio como docentes; los alumnos no deben pugnar por mantener un historial académico de excelencia. El enfoque de hoy es, analizar sobre lo que se ha hecho y comenzar la construcción de una nueva realidad curricular, basados en hechos y no en necesidades artificiales (López Ramos, 1993).

Nos construimos en grupo, para vivir en grupo, conforme a **la tesis de los cuatro pilares de la educación** como se representa en el siguiente esquema humanista al cien por ciento (Figura 8.4):

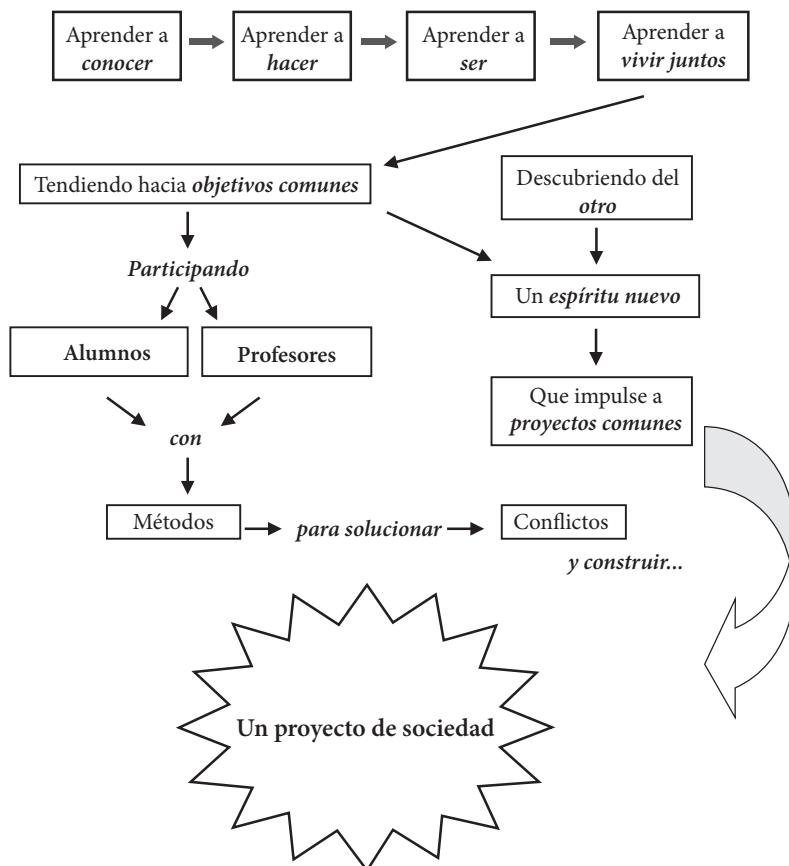


Figura 8.4. Los pilares de la Educación.

El análisis de la estructura curricular se ha perdido en peleas internas, se ha cerrado a las transformaciones que por proceso le toca vivir. La resistencia al cambio, ha llamado la atención de todos nosotros, sin darnos cuenta que hay cosas más valiosas, como ponernos a trabajar en proponer cambios fidedignos, veraces y realistas. Abrir la mente y el conocimiento a nuevas propuestas, para que hoy por hoy, los planes de clase puedan ser vívidos y confiables. Pansza (1999), propone el análisis interior y exterior consultando puntos de vista y opiniones de compañeros y alumnos, por lo tanto, este programa está abierto a la crítica constructiva y al trabajo en equipo, con docentes y con alumnos para que se construya el proyecto de escuela –primero- y el proyecto de sociedad ideal que esperamos, aprendiendo de todos, aprendiendo en comunidad. Éste es el trabajo del psicólogo en el área social.

Todas las ideas convergen en los siguientes puntos culminantes.

- El alumno es el protagonista en la historia del proceso enseñanza-aprendizaje.
- Es necesario entender que el alumno debe ser visto como un ente activo.
- Lo afectivo y lo efectivo en el alumno son esferas unidas. Todos juntos trabajando y colaborando en el crecimiento curricular de nuestra carrera.

Como conclusión de esta propuesta, es importante mencionar que todos los profesionales de la didáctica de la Psicología o teóricos están comprometidos con su quehacer educativo.

Conclusiones

 l proceso de crecimiento personal es necesariamente un sinónimo de lucha, de conflicto interior pero también de desarrollo. La necesidad que tiene el Hombre de conocer una nueva alternativa para encontrar una explicación de su realidad como ser humano le permite adentrarse a una serie de situaciones como el enfoque centrado en la persona.

Sin demeritar la importancia y relevancia en los niveles: de la disciplina psicológica, de la historia, de la forma del conocimiento y del impacto social que poseen otras formas de abordaje de la realidad del ser humano, el Humanismo ha demostrado ser uno de los medios más eficaces para que la persona promueva dentro de sí un proceso de auto conocimiento, reflexión y libertad de acción. Todo este proceso basado y fundado en una congruencia y placer por la tensión y el conflicto. Se entiende, tal como lo manifiestan Maslow (1979; 1992) y Satir (1988; 1995) que la ambigüedad, la crisis entendida como cambio y la tensión organísmica (Golsdstein, citado en Kopp, 1999) son motivos internos eficaces para lograr la realización personal del ser humano.

En contraste con otras “psicologías” y encuadres metodológicos y teóricos que pudieran colocar al ser humano como un ente expuesto a las instancias del medio ambiente o como un organismo pasivo y meramente respondiente las demandas de un contexto (Ruch y Zimbardo, 1997; Gutiérrez, 1990), el enfoque centrado en la persona anula estas tesis, sustentando que el ser humano es activo y se relaciona dinámicamente con el contexto. No es una réplica de conductas; por el contrario, vive su experiencia personal y constantemente toma decisiones para lograr fines y metas (Campos, 1982; Rogers, 1995).

Se ha entendido que en este marco conceptual, teórico y metodológico, la persona asume responsabilidades y compromisos de sus actos, también se hace co-responsable del crecimiento de los demás. Muñoz (1998), menciona que cada vez resulta más necesario que el Hombre entienda que es parte de un contexto social y en consecuencia se asuma como parte de un todo. El existencialismo de Sartre (1999) plantea que el Hombre al decidir y ejercer su libertad, también está decidiendo considerando el impacto que producirá en los demás.

Considerando las ideas anteriores, se podrá entender plenamente que el enfoque centrado en la persona posee una relevancia sin precedentes en el plano de lo personal individual, también en el contexto de lo social, hablando de la relación *uno a uno* que se da entre seres humanos. La teoría de Satir (1988 a, b) reafirma este postulado al considerar a la familia como base de la relación humana, pasando por Rogers y Kinget (1972) quienes presentan un modelo de grupos de encuentro y encontrando también en la Programación Neurolingüística (PNL) una explicación sobre la importancia de lo que se dice y cómo se dice para propiciar habilidades sociales (Cudicio, 1992).

Se ha podido entender en este orden de ideas que el enfoque centrado en la persona tiene dos líneas principales de acción:

- Queda entendido como un proceso mediante el cual la persona cambia patrones de comportamiento y esquemas de pensamiento por medio de la *Libertad*. El ser humano es libre, pero responsable. La libertad se convierte en un derecho más que un

regalo y por tal motivo se va ganando día con día (Lafarga y Gómez del Campo, 1988; Rogers, 1997; Frankl, 2001).

- En segundo término se asume que este enfoque se convierte en algo más que una metodología o estilo de intervención en la disciplina psicológica. El Humanismo es un *estilo de vida* ya que es inherente a la vida del Hombre mismo. Tal como manifestaron Maslow (1979), Quitman (1989), Stevens (2002) y Coon (1999) la persona que vive en un proceso de autorrealización denota con acciones y actitudes que está viviendo el proceso. En todas las áreas de incidencia del psicólogo será necesario que se perciba el clima aceptante, congruente, y empático para que se pueda hablar realmente de un contexto humanista. Rogers (1986) al aplicar su enfoque en el contexto educativo, reporta que la resistencia al cambio y la actitud de rechazo y crítica se hace presente cuando la persona tiene que confrontarse a un nuevo modo de proceder, donde la libertad, compromiso y responsabilidad de los propios actos están a la orden del día. Es lo que Fromm (1999) ha considerado como *miedo a la libertad* ya que ésta implica compromiso.

Situaciones similares se reportan en la aplicación del enfoque gestáltico en terapia o en logoterapia, ya que no resulta fácil para la persona el dejar de “echarle la culpa a lo de afuera” y asumir que todo lo que ocurre en su persona y en su vida es total y llanamente, su responsabilidad (Sartre, 1999; Frankl, 1995; Muñoz, 1998; Ribeiro, 1997; Perls y Braumgardner, 1994).

Por tal motivo, promover el cambio de actitud y mentalidad, primeramente en la persona del profesional de la Psicología, el estudiante de la misma y en las personas potencialmente sujetas a la promoción de este encuadre resulta complicado y difícil en ciertos casos y situaciones. Aun se percibe cierto grado de resistencia por parte de algunos grupos de colegas; unos por desconocimiento de la teoría y metodología humanista; otros porque su formación en otros enfoques metodológicos no les permite mirar hacia otras alternativas y formas de acción. Sin embargo, afortunadamente se han formado grupos fuertes de acción humanista en la FES Iztacala, los cuales han

ocasionado que los ojos de otros profesionales observen la labor que se está realizando y preguntándose si será posible un cambio.

Aprovechando esta oportunidad, así como la del cambio curricular en Psicología, se promueve insertar contenidos acerca del enfoque centrado en la persona, exhortando a las autoridades y colegas de la FES Iztacala para considerar la participación de todos aquellos académicos, alumnos y personas que conocen y se han capacitado en el contexto del humanismo.

Se ha abordado un enfoque del cual poco se ha escrito en nuestra Facultad, sin embargo no todo está dicho y aun hay mucho camino por recorrer. Afortunadamente la línea está trazada por los fundadores del modelo y hay muchas personas interesadas en cono-
cerlo y promoverlo. Ojalá se abran oídos, vista y experiencia hacia él.

Referencias

- Bahena, G., González, F. y Juárez, M. (1999). **Formación Cívica y Ética**. México: Cultural.
- Bandler, R. y Grinder, J. (1980). **La Estructura de la Magia**. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Bandler, R. y Grinder, J. (1982). **De Sapos a Príncipes**. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Baranchuk, J. (1999). **Atención, aquí y ahora. La terapia gestáltica**. Buenos Aires: Abaddon Ediciones.
- Campos, A. (1982). **La Psicoterapia no directiva: Exposición y crítica del método rogeriano**. Barcelona: Herder.
- Conferencia Nacional de los Obispos de Brasil (1993). **Exigencias éticas del orden democrático**. México: IMDOSOC.
- Coon, D. (1999). **Psicología: exploración y aplicaciones**. México: Thomson Editores.
- Cudicio, C. (1992). **Cómo Comprender la PNL**. Introducción a la Programación Neurolingüística. España: Granica.
- Fagan, J. y Sheperd, I. (1999). **Teoría y técnica de la psicoterapia gestáltica**. Buenos Aires: Amorrortu.
- Ferrini, M. (1975). **Hacia una educación personalizada**. México, Edicol.

- Frankl, V. (1925). *Psychoterapie und Weltanschauung. Zur grundsätzlichen Kritik ihrer Beziehungen*. En: **Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie**. Berlín.
- Frankl, V. (1994). **El hombre en busca de sentido último**. México, Harla.
- Frankl, V. (2001). **El hombre en busca de sentido**. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2004). **El hombre en busca de sentido**. México: Herder.
- Fizzotti (2012). En las raíces de la logoterapia las raíces de la esperanza. **Memorias del Primer Congreso Mexicano de Logoterapia**. México: SMAEL. S.C. Recuperado de: http://www.logoterapia.com.mx/memoir1b_detail.html
- Fromm, E. (1999). **La esperanza**. México. Plaza y Valdés.
- García, A. y García, B. (1996). **Lógica: Teoría y Práctica**. México, Ducere.
- García, O. y Martín, F. (1998). **Administración y Desarrollo Gerencial**. México: COPARMEX.
- González, E. (1994). **El cambio social**. México: IMDOSOC.
- González, H. (1986). **Persona humana, Sociedad y Estado**. México, IMDOSOC.
- Grimberg, C. (1986). **Historia Universal**. Tomo I. Trad. de Världshistoria, Folkens Liv Och Kultur (1a edición). Uruguay: El país.
- Grundy, S. (1991). **Producto o praxis del currículum**. Madrid: Morata.
- Gutiérrez, R. (1990). **Psicología**. México: Esfinge.
- Gutiérrez, R. (1999). **Historia de las Doctrinas Filosóficas**. México: Esfinge.
- Hall, C. (1996). **Compendio de Psicología freudiana**. Buenos Aires: Paidós.
- Henao, F. (1990). **Historia Universal**. México, UAEM.
- Kopp, S. (1999). **Gurú: Metáforas de un psicoterapeuta**. Barcelona: Gedisa.
- Kübbler-Ross, E. (1978). **To Live Until We Say Goodbye**. USA: Simon & Schuster.
- Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (1988). **“Desarrollo del Potencial Humano”, Aportaciones de una Psicología Humanista**. (Volúmenes I y III). México: Trillas.
- López Ramos, S. (1993). **Entre la fantasía, la historia y la Psicología**. México: CEAPAC.
- Loza, M. (1992). **Mensajes sociales para el mundo de hoy**. México, IMDOSOC.
- Lukas, E. (2001). **Paz vital, plenitud y placer de vivir. Los valores de la logoterapia**. México: Paidós.
- Martínez, M. (1982). **La Psicología Humanista; fundamentación epistemológica, estructura y método**. México: Trillas.
- Maslow, A. (1979). **Motivation and personality**. USA, Holth Rinehart.
- Maslow, A. (1992). **La amplitud potencial de la naturaleza humana**. México: Trillas.

- Maslow, A. (1997). **La amplitud potencial de la naturaleza humana.** México: Trillas.
- Maslow, A. (2002). **La amplitud potencial de la naturaleza humana.** México: Trillas.
- May, R. (1988). **Libertad y destino en psicoterapia.** Bilbao: Desclé de Bouer.
- May, R. (2011). **Amor y Voluntad. Contra la violencia y la apatía de la sociedad actual.** México: GEDISA.
- Montessori, M. (1955). **The formation of man.** India, Kalakshetra.
- Montessori, M. (1998). **La educación para el desarrollo humano.** México: Diana.
- Mohl, A. (1992). **El Aprendiz de Brujo. Manual de Ejercicios Prácticos de Programación Neurolingüística.** Barcelona: Sirio.
- Morris, Ch. (1992). **Psicología.** México: Prentice-Hall.
- Muñoz, M. (1998). **Antología de lecturas de humanismo.** México, Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt.
- O'Connor, J. y Seymour, J. (1992). **Introducción a la Programación Neurolingüística.** Barcelona: Urano.
- Pansza, M. (1999). **Pedagogía y Currículo.** México: Gernika.
- Perls, F. (1994). **Terapia Gestalt.** México: Árbol Editorial.
- Perls, F. y Baumgardner, P. (1994). **Terapia Gestalt.** México: Árbol Editorial.
- Preciado, V. y Rojas, O. (s/f). Introducción. **Notas sobre la enseñanza de la psicología en México.** Centro de Investigación y Servicios Psicológicos de la Universidad de Sonora. Disponible en: http://www.anuies.mx/servicios/p_anuies/publicaciones/revsup/res072/txt5.htm
- Quiroz, R. (2003). Ser **emprendedor ¿yo?** México: Impala.
- Quitman, H. (1989). **Psicología Humanística.** México: Herder.
- Ribeiro, L. (1995). **La Comunicación Eficaz.** Caracas: Urano.
- Ribes, E. y López, F. (1985). **Teoría de la Conducta.** México: Trillas.
- Rogers, C. (1986). **Libertad y creatividad en la educación.** España: Paidós.
- Rogers, C. (1971). **Psicoterapia centrada en el cliente.** Buenos Aires: Paidós.
- Rogers, C. (1995). **El camino del ser.** México: Kairós.
- Rogers, C. (1997). **El proceso de convertirse en persona.** México: Paidós.
- Rogers, C. y Freiberg, J. (1996). **Libertad y creatividad en la educación.** México: Paidós.
- Rogers, C. y Kinget, M. (1972). **Psicoterapia y relaciones humanas.** Bilbao: Desclé de Bouer.
- Sahakian, W. (1990). **Historia de la Psicología.** México: Trillas.
- Salama, H. (1998). **Psicoterapia Gestalt: Proceso y Metodología.** México:

Alfa omega.

- Satir, V. (1988a). **Relaciones humanas en el núcleo familiar.** México: Pax.
- _____. (1988b). **Tus distintos rostros: pasos para ser amado.** México: Pax.
- Satir, V. (1995). **Terapia familiar paso a paso.** México: Pax.
- Sartre, J. (1999). **El existencialismo es un humanismo.** México: Losada.
- Sheperd, F. (1999). **Teoría y técnica de la psicoterapia guestáltica.** México: Paidós.
- Siliceo, A. (1996). **Capacitación y desarrollo de personal.** México: Limusa.
- Stevens, J. (2002). **Darse cuenta.** Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Tausch, R. y Tausch A. (1987). **Psicoterapia por la conversación: conversaciones empáticas individuales y de grupo.** Barcelona: Herder.
- Tortosa, F. (1998). **Una historia de la psicología moderna.** México: McGraw Hill.
- Tyler, L. (1972). **La función del orientador.** México, Trillas.
- Valero, J. (1975). **Educación personalizada.** México, Progreso.
- Wellhöfer, P. (1991). **Compendio de Psicología Social.** Barcelona, Herder.
- Xirau, R. (1980). **Introducción a la historia de la filosofía.** México: UNAM.
- Zanden, V. (1986). **Manual de Psicología Social.** Buenos Aires: Paidós.

Bibliografía

- Gondra, J. (1981). **La psicoterapia de Carl Rogers.** Bilbao: Mensajero.
- Gómez del Campo, J. (1999). **Psicología de la Comunidad.** México: Plaza y Valdés.
- Moscovici, S. (1993). **Psicología Social, Tomo II. Pensamiento y Vida Social. Psicología Social y Problemas Sociales.** Barcelona: Paidós.
- Ribeiro, L. (1997). **Los Pies en el Suelo y la Cabeza en las Estrellas.** Caracas: Urano.
- Ruch, F. y Zimbardo, P. (1997). **Psicología y Vida.** México: Trillas.
- Tovar, M. (2001). **Psicología Social Comunitaria: una alternativa teórico-metodológica.** México: Plaza y Valdés.
- Xirau, R. (1998). **Cuadernos pedagógicos.** Consejo Nacional Técnico de la Educación, Época IV, Año 3, No. 9. México: SEP.

La Psicología Humanista

UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA Y EXPERIENCIAL

Se terminó de imprimir y encuadrinar en septiembre de 2016 en las instalaciones de Master Copy SA de CV, Av. Plásticos N.º 84-2, Ala sur, Fracc. Industrial Alce Blanco, CP 53370, Naucalpan, Estado de México. Se tiraron 200 ejemplares sobre papel cultural de 75 g/m² en interiores y cuché de 250 g/m² en forros. Impresión de tipo digital a 1x1 tintas en interiores y 4x0 tintas en portada. En la composición tipográfica se utilizaron las familias Minion Pro 8,6:10; 9,6:10; 10:12; 12:15; 46:55 y ZapfHumnst BT 11:14; 12:15; 13:16; 17.5:21 puntos.

Pedidos:

angel.corchado@gmail.com

Ciudad de México, México

2016

La Psicología Humanista

UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA Y EXPERIENCIAL

La presente obra tiene como finalidad involucrar al lector en los principios filosóficos, postulados teóricos básicos y en las áreas de incidencia que tiene la Psicología Humanista.

El lenguaje sencillo y fluido de la obra, permite que quienes no conocen de manera profunda la tradición, puedan reflexionar y obtener la riqueza del aprendizaje que nos comparten los principales representantes de la teoría, por medio del autor, quien se ha dedicado a la formación de estudiantes que promueven el desarrollo personal en distintos ámbitos de intervención (escuelas, centros de integración juvenil, fundaciones, asociaciones civiles, preceptorías juveniles y dentro de la misma UNAM).

Se espera que con la lectura de “La Psicología Humanista: Una aproximación teórica y experiencial”, la persona se sienta motivada para profundizar en el conocimiento y aprendizaje de dicha forma de hacer Psicología.

Ángel Corchado Vargas

