

PERSPECTIVA PSICOLÓGICA DE UNOS PIONEROS: C. ROGERS, E. GENDLIN Y R. CARKHUFF

Manuel Marroquín
Universidad de Deusto

This article attempts to define the human and historical context that makes possible understanding the beginning and evolution of the rogerian approach to psychotherapy in contrast to the more traditional approaches like Psychoanalysis and Behaviorism. Further contributions of E. Gendlin and R Carkhuff to this approach are also considered.
Key words: *humanistic psychology; client centered therapy; counseling; focusing.*

El 4 de febrero de 1987 moría el ilustre psicólogo humanista Carl Rogers a la edad de 85 años, tras una intervención quirúrgica a consecuencia de una fractura de cadera. El espacio de tiempo, todavía no muy amplio, de estos diez años transcurridos desde este acontecimiento, nos ofrece una perspectiva adecuada para calibrar tanto la enorme labor científica por él desarrollada, como el impacto específico que dicha labor ha tenido en el ámbito concreto de la psicología humanista. A lo largo de este trabajo trataremos de bosquejar los rasgos y características que adornaron y definieron los aspectos humanos de dicha tarea, encuadrándolos en el marco de la realizada históricamente, y en el momento presente, por dos de sus insignes discípulos, E. Gendlin y R. Carkhuff, que compartieron con él la ardua tarea de roturar el terreno para la siembra de esa «tercera vía» psicológica, abierta no sin esfuerzo y contradicción en el campo de la psicoterapia. Sin la aportación básica y fundamental de estos tres pioneros, la psicología humanista no hubiera llegado a los niveles de desarrollo que en estos momentos reconocemos.

Los perfiles de la obra realizada por estas tres insignes figuras, muy coherentes, por otra parte, con sus propias personalidades, están constituidos por aspectos y concepciones básicas, claramente comunes a todos ellos, y por consecuencias y aplicaciones concretas, de carácter mucho más diferenciado. No podría extrañar a nadie que, al tratarse de los pioneros de una psicología humanista, tales aspectos comunes estén enmarcados en una concepción filosófica similar del ser humano,

una pasión por un concepto fenomenológico y existencial de la persona y una consideración de ésta como aspirante a su propia realización. Todos ellos suscribieron y subrayaron con sus obras una concepción personalista de la vida, en la que el ser humano anhela, por una parte, ser confirmado por sus semejantes como lo que es y como lo que puede llegar a ser, y por otra tiene en sí mismo la potencialidad innata, desgraciadamente ignorada en muchas ocasiones, de ayudar a los demás a realizarse de la misma manera (Buber, 1975).

Quizás hoy, después de la amplia literatura psicológica publicada, nos resulte difícil comprender el impacto iconoclasta de las ideas revolucionarias de C. Rogers expuestas en su famosa conferencia celebrada en la Universidad de Minnesota el 11 de diciembre de 1940. En su alocución titulada: «*Some newer concepts of Psychotherapy*» Rogers rompería con los viejos esquemas tradicionales de exhortación, persuasión, consejo o interpretación más o menos intelectualizada, basados en la preponderancia de la ciencia del terapeuta o consejero, impartida desde una posición de dominio (*mystery-mastery complex*), propugnando, en cambio, la liberación de una fuerza innata en el individuo, cuya direccionalidad debería ser la propia autorrealización, fomentada mediante unas condiciones de respeto, centradas en la percepción de los sentimientos de la persona más que en ningún otro método cognitivo. Se situaba, por tanto, la clave del proceso terapéutico en la importancia de la relación entre el terapeuta y el cliente como fuerza creadora e impulsora del mismo. La alocución de Rogers terminaba con tres conclusiones que marcaron toda su evolución posterior, y que hoy, gracias a su trabajo, no nos resultan extrañas:

1.- El proceso terapéutico tiene lugar y obtiene resultados en muy diversas situaciones: padres con respecto a sus hijos, parejas en conflicto marital, dificultades en la toma de decisiones, etc., en suma, en cualquier caso en el que la persona se enfrente a un problema de ajuste personal que detiene el proceso de su tendencia actualizante.

2.- El proceso es ordenado y secuencial, incluso previsible en sus rasgos principales. No difiere en sus secuencias de un caso o situación a otro.

3.- Las condiciones necesarias y suficientes que facilitan el fluir del proceso terapéutico, pueden ser enseñadas, de manera que la relación terapeuta-cliente se convierta en el motor impulsor de dicho proceso.

La fuerza central de este proceso terapéutico la situaba Rogers en una actitud de confianza, que él definía clara y específicamente en el contexto del *counseling* individual, y que estaba enraizada en su profunda convicción de que éste era el modo auténtico de relacionarse con el cliente como ser humano, en orden a su propia realización.

Las consecuencias derivadas de las premisas expuestas no se hicieron esperar y la subsiguiente labor de Rogers, secundada por otros discípulos suyos, principalmente en Chicago, Wisconsin y La Jolla ha contribuido a que hoy se consideren

como algo común y conocido, al par que universalmente aceptados, conceptos como el yo, el autoconcepto, la autoestima, la escucha empática, etc. Y que se hayan desarrollado diversas tecnologías de indudable impacto en el ámbito de las relaciones interpersonales, la dinámica intergrupal, los grupos de autoayuda, etc. (Campbell, 1986). Hemos de reconocer, sin embargo, que el principal mérito de estos pioneros, Gendlin y Carkhuff incluidos, ha estado centrado en su contribución a situar a la persona, como tal, en el centro de la investigación terapéutica, sin someterla al «corsé» riguroso y apretado de un diagnóstico previo, o a la evaluación despersonalizadora, utilizando parámetros apriorísticos, muchas veces válidos solamente en la mente del terapeuta.

Este tronco de creencias común a Rogers, Gendlin y Carkhuff, verdaderamente amplio y firmemente arraigado en las convicciones de todos ellos, no impide una clara y sana diferenciación en la personalidad y realización terapéutica de cada uno de ellos.

Con el riesgo generalizante y a veces injusto que cada etiqueta lleva consigo, me atrevería a caracterizar a Rogers con la denominación de «místico», a Gendlin como «filósofo pragmático» y a Carkhuff como «humanista militante», calificativo éste que él mismo se otorgaba. El misticismo de Rogers está, sin embargo, matizado por un profetismo no exento de una gran constancia o testarudez, que le hacía ser tremendamente pertinaz en la consecución de aquellos objetivos que él mismo consideraba válidos. Su inmenso poder provenía del hecho de que una vez que descubría algo, lo seguía radicalmente. Halló un método verdaderamente diferente: la terapia no directiva. Esto significaba la guerra total contra la autoridad monolítica imperante en los estamentos psicológicos del momento, y a pesar de todo y de las múltiples contradicciones y sospechas que tuvo que soportar, él ganó esa guerra (Gendlin, 1988).

El profetismo de Rogers estaba, sin embargo, dotado de una connotación optimista que él mismo supo transmitir a sus colaboradores, especialmente a lo largo de su estancia en Ohio y Chicago. El camino era largo y difícil, las dificultades muchísimas, pero tenían confianza tanto en sus propias capacidades, como en la bondad y certeza de los objetivos pretendidos. Estaban todos comprometidos en una misión, que realmente merecía su esfuerzo y su trabajo. Uno de sus discípulos de aquella época, Raskin (1990), recordaba retrospectivamente con cierta nostalgia:

«Desconozco si se trataba de una expresión de mi juventud o de aquellos tiempos, pero la verdad es que todo lo bueno nos parecía posible hace 50 años. Creo que era parte del espíritu de nuestro grupo, primeramente en Ohio State y luego en Chicago. Creíamos en un mundo de mayor confianza en el cual las personas fueran tratadas con más y más respeto hacia sus sentimientos y capacidades. En psicología el conductismo había sido aparentemente superado por el movimiento gestáltico. En educación existía un movimiento hacia el aprendizaje a través de la experiencia y la

responsabilidad. En el mundo existía un movimiento de repulsa hacia la injusticia, la pobreza y el prejuicio. Podía estar surgiendo Hitler, pero su influjo sería neutralizado.» (p.11)

El perfil de Robert Carkhuff tiene también características muy acusadas. Su referencia propia como «humanista militante» no hace sino poner de relieve su talante apasionado por todo aquello que promoviera la dignidad de la persona en todos los ámbitos de la vida social. Esta misma pasión por la promoción de lo humano le ha llevado a crear y promover destrezas efectivas, que no sólo faciliten la autorrealización humana en los ámbitos intelectual, emocional y físico, sino que también promuevan relaciones institucionales y comunitarias, cuya finalidad es, precisamente, la creación de unos valores humanos, verdaderos puntos de referencia de cualquier desarrollo tecnológico, al que Carkhuff de ningún modo hace ascos (Carkhuff, 1990). Este mismo énfasis tecnológico fue uno de los motivos que le llevó a la transformación constante de su modelo terapéutico, que quedaría enmarcado finalmente en la concepción de la enseñanza como tratamiento. En lugar de dar un pez a una persona que lo necesita enseñémosle a pescar. Es decir, enseñémosle a la persona a enfrentarse con sus propios problemas, dotándole al mismo tiempo de una tecnología eficaz para resolverlos (Carkhuff y Berenson, 1976).

El perfil de Gendlin es quizá más complejo que el de las dos figuras precedentes. Por una parte, se nos presenta como una persona de talante y raíz eminentemente filosófica, mientras que por la otra aparecen rasgos claros de un decidido acercamiento pragmático a muchas situaciones y conflictos. El carácter filosófico en el que Gendlin ha enmarcado toda su obra aparece claro no sólo en su misma concepción de la relación entre Filosofía y Psicoterapia, sino en la profundidad con que sus raíces europeas, teñidas por el desencanto del exilio, expulsado de su Viena natal por los nazis, se anclaron en la profundidad de su método fenomenológico. Fue precisamente a través de la fenomenología como, casi sin pretenderlo, se produjo el acceso de Gendlin a la Psicoterapia (Alemany, 1997).

Aun siendo esto así no creo, como hemos indicado anteriormente, que ciertos rasgos pragmáticos estuvieran ausentes de su propia filosofía vital. En uno de sus artículos (Gendlin, 1988) da muestras de estar dotado de estas características al hacer referencia a la polémica entre rogerianos más o menos ortodoxos y los partidarios de un método de carácter más integral. Se expresa de la siguiente manera: «Considero dicha polémica inútil porque, según mi opinión, necesitamos a ambos». El hecho de que Gendlin en la edición de su libro, *Focusing*, diseñando para la divulgación de sus ideas, tan sólo tenga página y media de carácter filosófico, muestra bien a las claras su adaptación pragmática al objetivo pretendido.

Quizá esta diferencia de perfiles entre los tres pioneros sea más manifiesta en el ámbito de la concepción psicoterapéutica. Las principales diferencias afloraron en la etapa del trabajo de todos ellos con enfermos esquizofrénicos crónicos en Wisconsin. El punto clave de divergencia estuvo centrado en el famoso artículo

publicado por Rogers en 1958: «Las condiciones necesarias y suficientes para el cambio terapéutico». ¿Eran necesarias? ¿Eran suficientes?. El turbulento período de Wisconsin fue jalonado con múltiples tensiones de diversa índole: abdicación de liderazgo y frecuente ausencia por parte de Rogers, robo de las primeras conclusiones del trabajo realizado, dificultad del trabajo con esquizofrénicos, etc.

En el terreno estrictamente académico Rogers mantuvo, pese a alguna vacilación las condiciones necesarias y suficientes (empatía, aceptación positiva incondicional y congruencia), ampliando este último concepto por influjo de Gendlin. Esta posición dio motivo a la divergencia de criterio expresada por el propio Carkhuff y reflejada en el siguiente diálogo (Carkhuff y Berenson, 1976):

Carkhuff - *«Dr. Rogers, Vd. debería abrir un poco más su posición, de manera que pudiera abarcar muchos, sino todos, los ingredientes de la efectividad terapéutica.»*

Rogers - *No estoy interesado en abrir mi posición. Los ingredientes que he manifestado constituyen las condiciones necesarias y suficientes para el cambio terapéutico.»*

Carkhuff - *Pero Dr. Rogers, van a aparecer muchos otros ingredientes hasta que podamos completar la ecuación de la efectividad terapéutica.»*

Rogers - *Yo estoy interesado solamente en demostrar la efectividad de las técnicas de la Terapia Centrada en el Cliente con pacientes esquizofrénicos.»*

Carkhuff - *Pero, Dr. Rogers, existen en potencia otros medios más eficaces con cualquier paciente.»*

Rogers - *Yo estoy solamente interesado en proporcionar aquellas condiciones experienciales que ayuden al cliente a cambiar. Los clientes deben evolucionar de una manera propia.»*

Carkhuff - *Pero, Dr. Rogers, adiestrar a los clientes en aquellas dimensiones que hemos considerado más efectivas, debería ser el modo más eficaz y eficiente de cambiar a la gente.»*

Rogers - *Yo estoy solamente interesado en ayudar a la gente a conseguir lo que desea.»*

Carkhuff - *Pero, Dr. Rogers, desean tan poco.» (pp.13-14)*

Aparece como evidente que las condiciones, estimadas por Rogers como «necesarias y suficientes» para el cambio terapéutico eran «necesarias» pero no «suficientes» para Carkhuff. Este añadía una serie de variables al núcleo terapéutico rogeriano que lo distanciaba del maestro en muchos aspectos. La distancia se hace más evidente cuando el modelo primigenio de Carkhuff, basado en variables y estructurado en fases, pasa a ser un modelo de destrezas sistematizadas hasta el más mínimo detalle. Sería difícil que Rogers reconociera su «terapia centrada en el cliente» en un modelo tan sistemático y rígido como el presentado por Carkhuff en su última década (Carkhuff, 1990).

Quizá fuera interesante analizar la evolución de ambas posiciones como

reflejo no sólo de la evolución general en el campo de la relación de ayuda terapéutica, sino también de la de aquella semilla de diferenciación sembrada en época tan lejana, a la que hemos hecho referencia anteriormente.

La transformación de la terapia centrada en el cliente en terapia centrada en la persona, iniciada y formulada ya por C. Rogers durante su estancia en La Jolla, ha refinado algunos de los conceptos incluidos en el famoso núcleo de «condiciones necesarias y suficientes». Esta matización tiene su manifestación, por ejemplo, en la noción de congruencia, aclarada y explicitada en su relación con la empatía y aceptación mediante las investigaciones de diversos autores (Lietaer, 1993). La misma noción de empatía es hoy también muy discutida, hasta el punto que su alineación exclusiva en el campo cognitivo, como propugna Carkhuff, no es admitida por la mayor parte de los autores, que se inclinan, no unánimemente, a una cierta «reverberación» en el campo afectivo de la persona del terapeuta. El propio concepto rogeriano de «self» ha sido también cuestionado, al considerarlo como excesivamente aislado de otras fuerzas más universales con las que interacciona continuamente. Los mismos discípulos no estuvieron de acuerdo con su maestro. Mientras Carkhuff operativizó la empatía y creó su modelo ecléctico de relación de ayuda, Gendlin operativizó la congruencia y creó su propio modelo experiencial corporal.

A pesar de todo lo dicho, la verdad es que la intencionalidad más manifestada en el campo de la relación de ayuda humanística es cómo permanecer fieles esencialmente al mensaje rogeriano, al mismo tiempo que se responde a los retos planteados por las necesidades de un mundo en continua división y cambio. Esta necesidad de respuesta ha ido generando un fermento de pensamiento creativo que ha cristalizado en múltiples teorías, situadas todas ellas en el campo humanístico, que si bien tienen ciertas divergencias con el pensamiento rogeriano, sí son ciertamente fieles a la profunda creencia del maestro como fomentador de la creatividad y del pensamiento. Quizá debamos sin embargo admitir que nos encontramos en algún punto de transición histórica y que Rogers ha sido un hito fundamental en esta época, pero que su figura no puede considerarse en modo alguno como única. Es aquí donde quizás debamos volver la vista hacia las otras personas objeto de nuestra atención, es decir, Carkhuff y Gendlin.

El humanismo militante que Carkhuff defendía desde sus inicios terapéuticos, ha estado siempre marcado por una obsesión por la efectividad. Su apertura a otras variables además del núcleo de «condiciones necesarias y suficientes» rogerianas, la transformación de su propio sistema inicial en un sistema de destrezas, la constitución de la enseñanza como tratamiento, el establecimiento de una tecnología humanista de carácter comunitario y universal, todo ello ha estado marcado por esa obsesión por la eficacia en el desarrollo de la persona, inicialmente, y de la comunidad, posteriormente, enmarcando dicha eficacia dentro de una connotación de futuro al que es necesario enfrentarse (Carkhuff, 1990).

Por su parte Gendlin con un enfoque más holístico y experiencial ha realizado una obra verdaderamente admirable plasmada en sus cuatro obras importantes y en multitud de artículos que presentan no sólo la evolución del propio Gendlin, sino la creación de una auténtica teoría de la personalidad vertebradora de su sistema, al mismo tiempo que las diversas aplicaciones realizadas en el campo de la psicología contemporánea.

No es de extrañar, por tanto, que la evolución de Carkhuff y Gendlin les haya distanciado de Rogers en muchos aspectos. En realidad podríamos considerar sus distintas trayectorias como líneas divergentes cuyo punto inicial estaría situado en el trabajo realizado por ellos en Wisconsin, al que hemos aludido anteriormente. La separación entre ambas líneas ha ido, indudablemente, acrecentándose a lo largo de esta última década, hasta el punto de que al lector superficial le pudieran parecer escasos o nulos los puntos de contacto entre estos sistemas en el momento presente.

La realidad, sin embargo, es muy otra. Considero que a pesar de las diferencias, no negables ni minimizables, los puntos de coincidencia existen y constituyen un sólido substrato dentro de sus teorías y, más aún, dentro de sus vidas. La apuesta por una concepción del hombre como ser libre, aunque condicionado por un ambiente cada vez más asfixiante, el empeño en propiciar un impulso hacia la autorrealización humana, que incluya una conciencia hacia el compromiso y universalidad, no construida sobre deformaciones lábiles y engañosas, generadoras de fundamentalismos más o menos mesiánicos, sino sobre una concepción realista y sana del propio psiquismo, la conciencia del ser humano como centro inequívoco del desarrollo ambiental de cualquier género, son otros tantos ítems que demuestran la profunda coincidencia de estos pensadores en los fundamentos sobre los que pivota la psicología humanista y la relación de ayuda como instrumento de crecimiento. Precisamente desde esta óptica es desde la que considero debe examinarse la ingente labor de estas tres figuras señeras en el campo psicológico.

La Psicología Humanista tiene delante de sí, después de los horizontes abiertos por dicha labor, una doble vertiente de esperanza y desafío. La esperanza de descubrir nuevos modos de integrar las capacidades individuales con las de las necesidades de la sociedad, de percibir al mundo con una mayor profundidad que suponga una superior toma de conciencia de la injusticia y la opresión, de abrazar opciones éticas guiadas por una conciencia interna basada en valores solidarios que sean capaces de respetar las leyes sin considerarlas infalibles (Hall, 1986). Al mismo tiempo, el desafío de hacer posible mediante el esfuerzo y trabajo científico, creador de nuevas habilidades y estrategias, que esa esperanza, guía y sostén de tantas personas, no quede relegada al reino de las utopías irrealizables. Es posible que esas estrategias y nuevas concepciones vayan más allá de lo soñado o intuido por Rogers, el gran maestro, pero precisamente por esa característica sabremos que, en el fondo, habremos sido fieles a su más preciada y fundamental mensaje: cada uno debe encontrar y caminar por su propio camino. Es ese nuestro reto y nuestra esperanza.

Este artículo trata de establecer un marco para la comprensión humana e histórica de las aportaciones de Carl Rogers y sus principales discípulos, E. Gendlin y R. Carkhuff que hicieron posible en su momento el asentamiento de un nuevo enfoque en psicoterapia, frente a los tradicionales del psicoanálisis y de la modificación de conducta.

Palabras clave: *Psicología humanista; terapia centrada en el cliente; counseling; focusing.*

Referencias Bibliográficas

- ALEMANY, C. (1997). *Psicoterapia experiencial y Focusing*, Bilbao, Desclée de Brouwer.
- BUBER, M. (1975). Distance and Relation, *Psychiatry*, Vol. 20.
- CAMPBELL, E. (1986). La Psicología Humanista: El fin de la inocencia, *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, 14/15, 19-32.
- CARKHUFF, R. (1990a). *Corporation 2000*, Amherst, Mass., Human Resource Development Press.
- CARKHUFF, R. (1990b). *Community 2000*, Amherst, Mass., Human Resource Development Press.
- CARKHUFF, R. Y BERENSON, B.G.(1976). *Teaching as Treatment*, Amherst, Mass., Human Resource Development Press.
- GENDLIN, E.T. (1988). *Carl Rogers (1902-1987)*. *American Psychologist*, 43 (3), 127-128. Traducción española en: C. Alemany(1977). *Psicoterapia Experiencial y Focusing*, Bilbao, Desclée de Brouwer, c.27.
- HALL, B. (1986). *The Genesis Effect*, New York, Paulist Press.
- LIETAER, G. (1993). Authenticity, Congruence and Transparency. En D. Brazier (ed.). *Beyond C. Rogers*, (pp. 17-46), London, Constable.
- RASKIN, N. (1990). 50th Anniversary of the Person-Centered Approach, *Person-Centered Review*, Vol. 5, 1, 8-12.