

LA PSICOLOGIA TERAPEUTICA ROGERIANA

ISAURO HERNANDEZ, M. A.

- 1.—LA ASOCIACION AMERICANA DE PSICOLOGIA. 2.—CRECIENTE INTERES EN LA PSICOLOGIA TERAPEUTICA. QUIEN ES CARL ROGERS.
- 1.—“ESTE SOY YO”. 2.—EL PROFESOR. 3.—EL CIENTIFICO.

I. LA ASOCIACIÓN AMERICANA DE PSICOLOGÍA.

Desde el 7 de enero al 4 de febrero de 1957, la revista americana “Life” publicó una famosa serie de artículos bajo el título “La Edad de la Psicología”, escritos por Ernest Havemann. Por este trabajo la Fundación Americana de Psicología le dio al autor el premio anual concedido a autores que se distinguan en el campo psicológico. En la introducción a su estudio, Havemann escribió lo siguiente: “Alemania había sido el centro de la Psicología: allí se hizo gran parte del trabajo original, en estrecha colaboración con los fisiólogos, sobre el problema de cómo los seres humanos reciben sus impresiones sensoriales del mundo externo. Viena, la patria de Freud, había sido la capital del psicoanálisis. Pero hoy día los Estados Unidos tienen más psicólogos y psiquiatras, empeñados en más clases de investigaciones y actividades, que todo el resto del mundo tomado en conjunto. Y también suministra la mayor y más interesada audiencia para la Psicología...” “En muchas partes del mundo, el conocimiento de la Psicología y del psicoanálisis está restringido a las clases universitarias y a la oficina de los médicos. Pero en los Estados Unidos, para bien o para mal, esta es la edad de

la Psicología y del psicoanálisis, tanto como es la edad de la química o de la bomba atómica” (“*The Age of Psychology*”, pp. 9, 3).

Por lo tanto, al hablar de psicología terapéutica, como de cualquier otra especialización de la Psicología Mundial, hay que tener en cuenta el lugar preeminente que ocupa la Asociación Americana de Psicología. Los siguientes datos pueden servir para esbozar su importancia.

La Asociación Americana de Psicología (comúnmente llamada A.P.A.) fue fundada en 1892, y en 1961 tenía 18,948 miembros catalogados en tres clases: la más alta exige: a) Tener el doctorado en Psicología, lo cual requiere de 90 a 100 créditos postgraduados y una tesis de investigación científica; esto toma de tres a cinco años de trabajo; b) Haber sido “miembro” ordinario de la A.P.A. por lo menos durante un año; c) Estar trabajando en el progreso de la Psicología; d) Cinco años de experiencia profesional; e) Pruebas de inusitada y eminente contribución al campo de la Psicología.

“Los fines de la A.P.A. son el adelanto de la Psicología en cuanto ciencia y como un medio de promover el bienestar humano: mediante el impulso a la Psicología en todas sus ramas y de la

más amplia manera; mediante la promoción de investigación en Psicología y el mejoramiento de los métodos y condiciones de la investigación; mediante el mejoramiento de la educación de los psicólogos por medio de "standars" elevados en su ética profesional en su conducta, en su educación y en su trabajo; mediante el aumento y difusión de conocimientos psicológicos por medio de reuniones, contactos profesionales, conferencias, ensayos, discusiones y publicaciones; a fin de que con todo esto se aumenten los intereses científicos, la investigación y la aplicación de los descubrimientos científicos a la promoción del bienestar público" ("Amer Psychologist", Vol. XVII, 9).

La A.P.A. publica once revistas científicas y agrupa veinticuatro especializaciones de psicología.

En 1961 sus entradas anuales eran de más de un millón de dólares, y sus haberes ascendían a más de dos millones.

La A.P.A. solamente patrocina la psicología científica que toma como criterio de validez la filosofía del "Operacionalismo" y del "Positivismo Lógico" promulgado en el famoso "Círculo de Viena".

Una muestra concreta de lo que la A.P.A. entiende por psicología científica se puede ver en el esfuerzo monumental que esa institución está realizando con la publicación, en siete volúmenes, de una sistemática presentación de la psicología americana, tal como existe al presente. En cualquier intento para justipreciar la psicología moderna, esta obra es altamente recomendable. ("Psychology: A Study of a Science", ed. Sig-mund Kotch).

2. CRECIENTE INTERÉS EN LA PSICOLOGÍA TERAPÉUTICA.

En 1952 el profesor C. Rogers hizo un estudio sobre el interés de los psicólogos en la práctica de la psicoterapia, basándose en los directorios de la A.P.A. correspondientes a 1948-51. El resultado de este estudio puede resumirse así:

En 1948, 23% de los miembros de la A.P.A. estaban interesados en psicoterapia. En 1951, el número de interesados subió al 28%. Es decir, dos de cada siete miembros tenían ese interés; y entre los miembros nacidos después de 1915, uno de cada tres estaba interesado, o sea, un tercio de los miembros jóvenes. "Por consiguiente, los psicólogos practicarán la psicoterapia como parte de sus servicios profesionales... Tarde o temprano se habrán de ofrecer los cursos básicos, la experiencia práctica y el internado supervisado... Probablemente ese entrenamiento se dará antes del doctorado (y no después del doctorado, como lo sugirió la conferencia de Boulder)... Este creciente interés no es motivo de alarma, sino que más bien promete investigación y adelanto en ese campo". (Amer. Psy., Jan. 1953, p. 48-50).

En lo que respecta a la A.P.A., esta situación ha sido resumida por L. Tyler con estas palabras: "A juzgar por la frecuencia con que aparece en las revistas profesionales de psicología, en las reuniones oficiales y en las conversaciones ocasionales, ningún otro tema es de mayor interés para los actuales psicólogos americanos que la psicoterapia. Entre los Consejeros, eso ha tomado el puesto central que en otro tiempo ocupaba la Orientación Profesional. La fascinación acerca de esta actividad radica, por lo menos en parte, en el hecho de que la psicoterapia nos pone en contacto con algunos de los problemas más básicos en psicología como ciencia y en la vida humana en general. Los interrogantes teóricos que plantea, no resueltos hasta ahora, son una cuestión que no se puede ignorar. Más aún, la satisfacción personal que resulta de promover la felicidad y la estabilidad en los demás, es muy real. Por estas razones, muchísimos psicólogos, los que están practicando psicoterapia y los que no lo están, se interesan por sus métodos y resultados" ("The work of the Counselor", L. E. Tyler, 1953, p. 193).

Hace unos años, en Estados Unidos el Psicoanálisis y la Psiquiatría se sin-

tieron molestos con esos nuevos intereses de los psicólogos, por considerarlos como una intromisión en sus propiedades. Hoy día, la evolución histórica de las tres profesiones ha llevado a un diálogo y a un relativo mutuo entendimiento para el mayor bien de la psicoterapia y de la sociedad a quien sirve.

Recientemente los doctores L. M. Brammer y E. L. Shostrom han hecho presentación bastante completa de esta materia en su libro: "*Psicología Terapéutica: Fundamentos de la Consulta y de la Psicoterapia*" (Trad. Herrero Hermanos, México, 1961).

La bibliografía recomendada en la Universidad de Chicago para el entrenamiento en psicoterapia comprende ciento siete libros y artículos técnicos (1958).

La lista de los trabajos de investigación científica sobre "terapia centrada en el cliente" hechos hasta 1957, consta de ciento veintidós números y trae un resumen del contenido de cada trabajo ("*Annotated Bibliography of Research and Theory Construction in Client-Centered Therapy*", Desmond, S. Cartwright, University of Chicago, Journal of Counseling Psychology, Vol. IV, N° 1, 1957).

QUIEN ES CARL ROGERS

I. "ESTE SOY YO"

Así titula Rogers el recuento de su vida y de sus más íntimas experiencias de investigador y de terapeuta; esas ideas fueron confiadas a los estudiantes de las universidades de Brandeis y de Wisconsin (1960), cuando le pidieron que hablara de sí mismo, de cómo había llegado a ser lo que es y a realizar lo que ha hecho en su vida.

El contexto de su conferencia se lo enfocaron así: Suponiendo que esta fuera la última vez que Ud. va a hablar en público, ¿qué nos diría?

Lo siguiente está sacado de esa conferencia de carácter bastante íntimo, personal.

Fue el cuarto entre seis hijos de una familia de costumbres muy estrictas.

Cuando tenía doce años, su padre, rico hombre de negocios, compró una hacienda en la que Carlos se dedicó al estudio científico de la agricultura. Más tarde entró a la Universidad de Wisconsin para especializarse en esa rama (hoy día es profesor de psiquiatría en esa universidad).

En 1922 fue escogido para ir a China como delegado de los estudiantes; allí, al contacto con religiones diferentes, adquirió una gran independencia personal que lo llevó a cambiar sus ideas religiosas. Entonces entró al Seminario de la Unión Teológica (1924) que es la Facultad de Teología de la Universidad de Columbia en Nueva York. Ese mismo impulso de independencia hizo que se pasara a la Facultad Pedagógica de la misma Universidad, en donde se especializó en Psicología Clínica y en Orientación Psicológica de la Juventud.

Por ese tiempo fundaron en la Universidad de Rochester un Instituto de Orientación Psicológica de la Juventud. Y Rogers recibió allí su primer empleo como psicólogo, en donde permaneció durante doce años. Estando en Rochester recibía los impulsos de dos corrientes poderosas y diversas: mientras terminaba su doctorado en Columbia, se le adoctrinaba en psicología experimental; y mientras trabajaba en el Instituto, respiraba un ambiente freudiano. Como resultado de sus trabajos en Rochester publicó un libro titulado: "*Tratamiento Clínico de los Problemas de la Juventud*" (Boston: Houghton Mifflin, 1939, 393 pp.).

Por esta época recibió una influencia decisiva de un movimiento de psicoterapia y de Trabajo Social que Otto Rank, genial discípulo de Freud, estaba desarrollando en Filadelfia. Quizá no se puede entender adecuadamente la Escuela Rogeriana, sin familiarizarse uno con las obras de Rank. Vale anotar que el 8 de mayo de 1930 Rank se separó ostensiblemente del psicoanálisis y que su terapia dejó de ser freu-

diana (Primer Congreso Internacional de Higiene Mental, Washington, D. C.).

Rogers también ha sido considerado como uno de los principales rivales de la teoría freudiana.

En 1940 fue nombrado profesor de la universidad de Ohio; y en diciembre de ese año dictó una conferencia en la universidad de Minnesota en la que por primera vez presentó sus ideas originales sobre "*El Consejo Psicológico y la Psicoterapia*". De allí nació el libro que publicó con ese título y que produjo una candelada y lo destacó en el escenario de esa especialización de la psicología moderna.

Cada diez años ha publicado un libro que resume sus investigaciones y sus experiencias terapéuticas y que hace época en la historia y en la lucha de las diferentes escuelas que salen al encuentro del ser humano para tratar de aliviar sus problemas existenciales. Esos libros básicos de la Psicología Rogeriana son los siguientes:

1942: "*Counseling and Psychotherapy*" (70.000 copias vendidas).

1951: "*Client-centered Therapy*" (Libro de texto en poco menos del 50% de las universidades de los Estados Unidos y el Canadá; 1958-59, Survey, Sundlberg, N. D., *Basic Readings in Psychology*).

1961: "*On Becoming a Person*" (Contiene una colección de sus conferencias más recientes y quizá lo más sustancioso de su doctrina terapéutica, educativa y sociológica).

Después de Ohio vino el período de doce años en la universidad de Chicago como profesor de Consejo Psicológico y Psicoterapia y como Director del Centro de Consejo Psicológico de esa universidad. Desde entonces, esa famosa institución se convirtió en la capital del movimiento Rogeriano y en semillero de uno de los primeros y más grandes programas de investigación científica de la psicoterapia.

Su trabajo en Chicago, clases, formación de consejeros, publicaciones, direc-

ción de tesis doctorales, discusiones públicas con otros eminentes profesores de ideas opuestas, organización y dirección de investigaciones científicas: todo esto vino a cristalizar en un movimiento de psicología que actualmente no solo cubre los Estados Unidos, sino que se ha extendido a otros países con estos nombres diferentes: "La Escuela de Chicago", "Consejo Psicológico No-directivo", "Terapia Centrada en el Cliente", "Psicología Rogeriana".

Es de notar que durante más de treinta años (desde 1928), Rogers ha venido practicando la psicoterapia de quince a veinte horas semanales.

En Chicago dedicó gran parte de sus esfuerzos a inventar métodos adecuados para estudiar científicamente la psicoterapia, fenómeno humano que parecía escaparse a la cuantificación y a los procedimientos rigurosos de investigación. Allí fue donde comenzaron a usar los gravadores eléctricos y el cine para captar fielmente algunas de las reacciones y procesos que entran en juego en la delicada labor del cambio de la personalidad. Los resultados de las primeras series de experimentación fueron publicadas en el libro: "*Psicoterapia y Cambio de la Personalidad*" (with Rosalind F. Dymond, Eds., University of Chicago Press, 1954, 447 pp.).

En 1958 Carl Rogers pasó a Madison en donde es profesor en las Facultades de Psicología y Psiquiatría de la Universidad de Wisconsin y Director de la Sección de Investigación Científica de la Psicoterapia en el Instituto de Psiquiatría. Ultimamente se ha dedicado al trabajo y al estudio de la esquizofrenia.

2. EL PROFESOR

Rogers ha sido profesor en las universidades de Ohio (1940-1945), Chicago (1946-58) y Madison, Wisconsin (1958).

Como invitado de honor, ha sido profesor en las siguientes universidades: Rochester (1935-40), Columbia (1935), California en Los Angeles (1947), Harvard (1948), California (1953-54). Ha

recorrido varias veces los Estados Unidos para ir a universidades y Centros de Investigación Científica en donde desean oír y conocer personalmente al "maestro". En febrero, 1963, apareció esta invitación en algunos diarios de Los Angeles: *Eminente terapeuta se dirige a grupo de profesores*: El Dr. Carl Rogers, terapeuta y profesor de psicología y psiquiatría en el Instituto de Psiquiatría de Wisconsin, hablará sobre: "*El Hombre Moderno: la opinión de un terapeuta*": en la reunión del jueves que tendrá lugar a las 8 p.m., marzo 5, en el Auditorio Sexson, Pasadena".

Distinciones Honoríficas

Rogers fue presidente de la Asociación Americana de Psicología en 1946; presidente de la División de Psicología Clínica y Anormal de la misma Asociación en 1949; presidente de la Academia Americana de Psicoterapeutas en 1956.

3. ROGERS, EL CIENTÍFICO

Entre 1930 y 1956, Rogers hizo unas ochenta y dos publicaciones científicas.

En 1956, la Asociación Americana de Psicología le otorgó, con K. W. Spence y W. Kohler, el "Premio por una Distinguida Contribución Científica", dándole una mención honorífica que reza así: (Este premio se le concede) "...por haber desarrollado un método original para hacer objetiva la descripción y análisis del proceso terapéutico.

"Y por copiosa investigación sistemática para demostrar la *eficacia del método*, y para explorar y poner a prueba las implicaciones de la teoría.

"Su imaginación, persistencia y flexible adaptación del método científico en su ataque a los problemas formidables que presenta la comprensión y modificación del individuo como persona; *ha introducido esta área de interés psicológico dentro del campo de la psicología científica*" ("Amer. Psy.", March, 1957, p. 125).

Claro está que la A.P.A. primariamente tenía en cuenta el aspecto científico de las contribuciones rogerianas. Sin embargo, quizá no es menos apreciable el hecho de que él ha puesto los adelantos de la psicología terapéutica al alcance del pueblo.

Rogers ante dos Problemas de la Psicología Científica.

a) *Ciencia y Libertad*

En 1955 el profesor B. F. Skinner, de la Universidad de Harvard, invitó a Rogers a participar en un amistoso debate en la Convención de la A.P.A. de ese año. (Es sabido que Skinner, el inventor de las máquinas de autoaprendizaje, es una de las máximas figuras de la más estricta psicología científica). Tema de la discusión: *Uso de la ciencia para moldear y controlar la conducta humana*". A pesar de las buenas intenciones de los dos conferencistas, dada la trascendencia del tópico propuesto y la eminencia de los participantes, la contienda tenía que cargar la atmósfera de dramatismo. En síntesis. Posición de Skinner: "Sí". Posición de Rogers: "Decididamente NO!" El texto de este debate fue publicado en "Science", Nov. 1956, 124, pp. 1057-1066. Posteriormente Rogers amplió su opinión al respecto en un curso sobre "*Tendencias Contemporáneas*" en la Universidad de Wisconsin, y hace poco utilizó ese material en un seminario para los profesores y estudiantes del Instituto de Tecnología de California.

b) *Intuición y Humanismo contra Objetividad.*

No solo en eso se aparta Rogers de la opinión de los Fiscalistas respecto de la ciencia en el campo de la conducta humana. Recientemente ha tratado de elucidar su punto de vista sobre este asunto, especialmente en sus dos conferencias "*¿Personas o Ciencia?*" (Amer. Psy., 1955, 10) y en "*Dos Corrientes*" (Simposio sobre Psicología Existencialista, en la Convención Anual de la A.P.A., 1959).

Dos citas para dar una idea de la cuestión. "Por una parte, nuestra devoción a la rigurosa 'cabeza dura' en psicología, a las teorías reduccionistas, a las definiciones operacionalistas, a los procedimientos experimentales, nos lleva a entender la psicoterapia en términos puramente objetivos..." (Rogers en "Existential Psychology", ed. Rollo May, p. 86).

"En cuanto he llegado a ser un mejor investigador, más 'cabeciduro' y más científico, me siento cada vez más incómodo con la distancia existente entre mi rigurosa objetividad como científico y mi casi mística subjetividad como terapeuta" (Rogers en "*Becoming a Person*", p. 200).

Ya en 1930 Otto Rank había asumido una posición que ilustra el caso de Rogers: "Puesto que yo he pasado por todas las fases del desarrollo de la psicología científica y de sus aplicaciones prácticas durante los últimos veinticinco años; mi amplia experiencia y estudio tanto teórico como terapéutico, me ha llevado a la convicción de que el enfoque científico a la conducta humana y a los problemas de la personalidad, no solo es insuficiente sino que deja por puertas su parte más esencial, es decir, *el aspecto humano*, cuya característica es precisamente que no puede ser medida, ni chequeada, ni controlada. Y sin embargo, eso es el único factor vital no solo en la vida sino también en todas las clases de terapia y de higiene mental en el más amplio sentido" ("*Otto Rank: A biographical study based on notebooks, collected writings... etc.*" by Jessie Taft, The Julian Press, N. Y., 1958, p. 147).

Un ejemplo interesante de los dos aspectos de Rogers, su intuición creadora y su humanismo por otra parte, y su precisión objetiva como experimentalista por otra, son los siguientes párrafos sobre la "Esencia de la Psicoterapia".

La Esencia de la Psicoterapia en Términos de la Ciencia

"Puesto que en la terapia centrada en el cliente, ya existe una teoría cruda

(aunque no es una teoría en el estricto sentido científico) tenemos un punto de partida para la selección de hipótesis... Por el momento omitiremos la traducción de la teoría total en una lógica formal que fuera aceptable y solo habremos de considerar unas pocas hipótesis.

"Comencemos por establecer tres de estas en su forma cruda.

"1. La aceptación del cliente por el terapeuta lleva a una creciente aceptación del "yo" por el cliente.

"2. Mientras el terapeuta más perciba al cliente como persona mejor que como objeto, más habrá de percibirse el cliente a sí mismo como persona y no como objeto.

"3. En el curso de la terapia, tiene lugar en el cliente una clase de aprendizaje experimental y efectivo" (Id. p. 207).

La Esencia de la Psicoterapia en Términos de su Experiencia

"Yo me entrego a la relación personal teniendo lo siguiente como hipótesis o fe personal: que mi simpatía, mi confianza, mi comprensión del mundo íntimo de la otra persona, habrán de conducir a un importante proceso de evolución personal.

"Entro en esa relación personal no como un científico, no como un médico que puede diagnosticar con precisión y curar; sino sencillamente como una persona, es decir, entrando en una relación personal. En tanto en cuanto yo perciba al cliente como objeto, él tenderá a convertirse en objeto..."

"Yo me dejo llevar hacia una relación personal en *lo inmediato*, en donde es mi organismo total el que toma el mando y es sensitivo a la relación personal, y no es simplemente mi conciencia. Yo no estoy respondiendo conscientemente, sea de manera simple o analítica; sino que sencillamente reacciono de una manera irreflexiva ante el otro individuo, mi reacción estando basada (pero no conscientemente) en mi total

sensitividad orgánica a esta otra persona. Yo vivo la relación personal sobre esas bases...

“Parece que la esencia de algunas de las partes más profundas de la psicoterapia es *una experiencia en unidad personal* (‘unity of experiencing’). El cliente libremente es capaz de experimentar su sensación psicológica (‘feeling’) en su completa intensidad, como en una ‘cultura pura’, sin inhibiciones intelectuales o precauciones, sin tener que aprisionarla con conocimiento de sentimientos contradictorios; y yo soy capaz, con igual libertad, de experimentar mi comprensión de esa sensación sin ningún pensamiento consciente acerca de él, sin ninguna aprensión o preocupación acerca de a dónde llevará todo esto, sin ninguna clase de pensamiento *diagnóstico* o analítico, sin ningunas barreras cognitivas o emocionales que impidan el completo “dejarse llevar” en la comprensión. Cuando hay esta completa unidad, unicidad, totalidad de experiencia en la relación personal, entonces ella adquiere esa calidad de ‘fuera-de-este-mundo’ que muchos psicoterapeutas han advertido; es como sentir una especie de éxtasis (‘trance-like feeling’) en la relación personal de la cual tanto el cliente como yo surgimos al final de esa hora, como si fuera saliendo de un pozo profundo o de un túnel. En estos momentos se realiza, para emplear la frase de Buber, una verdadera relación personal de ‘Yo-tú’, un vivir fuera del tiempo en la experiencia que hay entre el cliente y yo. Eso está en el polo opuesto de considerar al cliente o a mí mismo como a un objeto, eso es *el summun de la subjetividad personal*” (Amer. Psy. 1955, 10).

Precisando la Esencia de la Psicoterapia

“En una conferencia dictada en la Academia Americana de Psicoterapis-

tas en 1956 sobre ‘La Esencia de la Psicoterapia’, Rogers descartó tanto la ‘introspección’ (‘Insight’) como la ‘relación personal’ (‘relationship’) de los constitutivos esenciales de la terapia, y proclamó más bien que la esencia es lo que él llama ‘*una molécula de terapia*’ o del cambio de la personalidad. Esta molécula, cuya serie caracteriza el proceso psicoterapéutico, en un sentido esencial es una experiencia instantánea (‘a moment of experiencing’) que tiene las siguientes características:

1.—Es una experiencia de algo *en este instante* en la relación personal; no es un pensar acerca de algo: lo cual implicaría cierta clase de distancia.

2.—Es una experiencia *unificada e integrada* en la que, por ejemplo, las vísceras, los conductos lacrimales, y la conciencia de las sensaciones son congruentes.

3.—Esa experiencia es *repetición*, a un nivel más integrado, de lo que ha sido experimentado antes de una manera menos completa e integrada. Lo que no es familiar, lo que es nuevo, es la experiencia *en cuanto integrada*, y no la sola experiencia.

4.—La experiencia integrada es *aceptable*.

En una sola frase, ‘una molécula de terapia’ es:

Una experiencia inmediata que es nueva en cuanto integración aceptada en sí mismo. Las otras experiencias en la terapia, tales como la experiencia de ‘la relación personal’, de ‘la introspección’, etc., son experiencias meramente preparatorias”. (Counseling Center Discussion Papers, Vol. IV., 1958: “Client-centered Counseling and Psychotherapy”, prof. J. M. Butler, University of Chicago, Paper N° 7).