

Los Grupos de Integridad de O. Hobart Mowrer: Honestidad, Responsabilidad y Comunidad

José María Gondra

Universidad del País Vasco

INFORMACIÓN ART.

Recibido: 5 octubre 2018

Aceptado: 19 Noviembre 2018

Palabras clave

Ansiedad,
ética,
grupos de autoayuda,
culpa,
honestidad,
O.H. Mowrer

Key words

Anxiety,
ethics,
guilt,
honesty,
mutual-help groups,
O.H. Mowrer

RESUMEN

Orval Hobart Mowrer (1907-1982) fue una autoridad en la psicología del aprendizaje de la primera mitad del siglo XX gracias a los experimentos sobre la ansiedad y a sus numerosas publicaciones. Pero en la primavera de 1945 su carrera experimentó un cambio radical después de conocer la teoría de las relaciones interpersonales de Harry Stack Sullivan. Convencido de que sus problemas emocionales eran debidos a fallos en las relaciones con sus allegados, le reveló a su esposa los secretos de su vida y comenzó a practicar la psicoterapia con los ojos puestos en la doctrina veterotestamentaria del castigo de los pecados. La ansiedad neurótica no era debida a la represión de los instintos como suponía el psicoanálisis, sino a la represión de la conciencia moral. De ahí que la noción del pecado fuese la mejor arma para luchar contra la concepción médica de la enfermedad mental heredada de Freud. Este moralismo, junto con sus críticas a la psicología y psiquiatría, le alejó de la profesión y acercó a Alcohólicos Anónimos, la Fundación Synanon y otras organizaciones para la rehabilitación de las drogadicciones. Finalmente, tras la emergencia de las terapias grupales en la década de 1960, Mowrer fundó los “Grupos de Integridad” con el propósito de que sus miembros viviesen una vida más plena en una verdadera comunidad. Dichos grupos iban a reemplazar a los grupos sociales primarios. Concluiremos con un análisis de los principios de honestidad, responsabilidad y compromiso emocional en los que se basa el método de Mowrer y sus relaciones con la psicología humanística y otros enfoques cognitivos de la psicopatología.

O. Hobart Mowrer's Integrity Groups: Honesty, Responsibility and Community

ABSTRACT

In the mid-20th Century Orval Hobart Mowrer (1907-1982) became an authority in the psychology of learning mainly due to his learned anxiety experiments and his numerous publications. But in the spring of 1945 his career took a radical turn after meeting Harry Stack Sullivan's theory of the relationships with the significant others. Thinking that his emotional disturbances were due to failures in his interpersonal relationships, he disclosed to his wife the secrets of his life and began conducting psychotherapy with a theory largely dependent on religious doctrine on punishment of sins. Neurotic anxiety was not due to repression of the instincts as intended by classical psychoanalysis, but to the repression of moral conscience. In his opinion, the concept of sin was the best weapon to fight against the medical conception of mental illness inherited from Freud.

El autor agradece a los revisores por los comentarios críticos a este artículo cuyo contenido desarrolla el trabajo presentado en el XXXI Symposium de la Sociedad Española de Historia de la Psicología, celebrado en la Facultad de Psicología de la Universidad de Murcia durante los días 24-26 de mayo, 2018.

Correspondencia: josemaria.gondra@ehu.es

ISSN: 2445-0928 DOI: <https://doi.org/10.5093/rhp2019a2>

Para citar este artículo/To cite this article:

Gondra, J. M. (2019). Los Grupos de Integridad de O. Hobart Mowrer: Honestidad, Responsabilidad y Comunidad. *Revista de Historia de la Psicología*, 40(1), 12-26. Doi: [10.5093/rhp2019a2](https://doi.org/10.5093/rhp2019a2)

Vínculo al artículo/Link to this article:

DOI: <https://doi.org/10.5093/rhp2019a2>

This moralism, along with his criticisms of psychology and psychiatry, alienated him from his peers and brought him closer to Alcoholics Anonymous, the Synanon Foundation and other organizations for the rehabilitation of drug addictions. Finally, after the emergence of small groups therapies in the early 1960s, Mowrer founded the “Integrity Groups” for those people seeking a fuller life in a true community. He hoped that these groups would replace the traditional social primary groups. The article ends with an analysis of the principles of honesty, responsibility and emotional commitment on which Mowrer’s method is grounded, as well as its relationship with humanistic psychology and other cognitive approaches to psychopathology.

Orval Hobart Mowrer (1907-1982) fue uno de los psicólogos más activos del Instituto de Relaciones Humanas de la Universidad de Yale durante el liderazgo del neoconductista Clark L. Hull (1884-1952). Sus investigaciones sobre el aprendizaje de la ansiedad, junto con sus contribuciones teóricas y sus numerosas publicaciones, le ganaron la presidencia de la Sociedad Norteamericana de Psicología del año 1954 y le merecieron figurar entre los 100 autores más citados en las revistas psicológicas del siglo XX (Haggbloom et al., 2002).

Sin embargo, al término de la Segunda Guerra Mundial decidió cambiar de orientación al conocer la teoría de las relaciones interpersonales de Harry Stack Sullivan (1892-1949) y revelar a su esposa los fallos personales que hasta entonces le había ocultado. Liberado de la culpa, comenzó a practicar la psicoterapia con un enfoque totalmente contrario a la teoría freudiana de la represión de los instintos sexuales. Sus críticas al psicoanálisis tuvieron amplio eco en la prensa popular durante las dos décadas siguientes en las que intentó unir ciencia y religión en una nueva teoría de las neurosis en la que la culpa jugaba un papel fundamental. Pero sus ataques a las escuelas psicológicas de la época le apartaron de la psicología académica, y su conservadurismo religioso no encontró eco en la religión institucional que, con el paso del tiempo, también pasó a ser objeto de sus críticas (Mowrer, 1961).

Gracias a sus contactos con Alcohólicos Anónimos, la Fundación Synanon y otras organizaciones para la rehabilitación de las drogadicciones, Mowrer fue elaborando los principios que inspiraron su “Terapia de la Integridad” y después, en la década de 1960, encontró en la Psicología Humanística un nuevo aliado en su lucha contra la neutralidad ética de la psicología académica. Entonces creó los “Grupos de Integridad” con los ojos puestos en una comunidad en la que sus miembros pudieran vivir una vida plena sin tener que ocultar sus fallos a los demás (Mowrer, 1964, 1972).

Pero esta comunidad ideal tampoco pudo hacerse realidad, y Mowrer concluyó sus días sin haber podido detener los estragos que, en su opinión, estaba causando la enfermedad mental en nuestra sociedad.

Su obra, prácticamente olvidada en la actualidad, tiene interés por la luz que arroja sobre la historia reciente de nuestra disciplina y también por ser un testimonio elocuente de los esfuerzos de su autor por superar las depresiones recurrentes que le acompañaron hasta el final de sus días.

De la Psicofisiología a Teoría del Aprendizaje: Integración de Freud y Pavlov

Mowrer llegó a la psicología después de sufrir una profunda crisis emocional tras la muerte de su padre cuando apenas tenía 13 años. En la Universidad de Missouri, donde ingresó en el año 1925, fue alumno aventajado de Max F. Meyer (1873-1967) director del departamento de psicología, quien le ganó para el objetivismo científico (Esper, 1966, 1967). Pero en junio de 1929 se vio forzado a dejar la universidad tras el escándalo generado por el cuestionario sobre actitudes sexuales que distribuyó a los estudiantes de ambos sexos con vistas a un trabajo para un curso de sociología sobre la familia (Nelson, 2003).

Tras esta experiencia traumática que concluyó con la expulsión del profesor responsable del curso y la suspensión de Max Meyer, Mowrer decidió continuar sus estudios en el departamento de psicología de la Universidad Johns Hopkins de Baltimore dirigido por Knight Dunlap (1875-1949). Pero, nada más llegar a esa ciudad, sufrió una depresión que hizo necesario su ingreso en un hospital para una cura de reposo. Una vez recuperado, se doctoró en 1932 con una tesis sobre las funciones visuales y vestibulares de la orientación espacial (Mowrer, 1934), y durante los años siguientes continuó sus investigaciones fisiológicas en las universidades Northwestern de Evanston (Illinois) y Princeton, hasta que en 1934 obtuvo una beca para trabajar con Raymond Dodge (1871-1942) en la Universidad de Yale.

En el Instituto de Relaciones Humanas de Yale (IHR), Mowrer encontró el ambiente propicio para desarrollar nuevas vías de investigación. Tal y como refiere en uno de sus escritos autobiográficos:

En aquella época, el Instituto de Relaciones Humanas de Yale era probablemente la empresa de esta clase más excitante, estimulante y productiva del mundo. Y fue aquí donde mis intereses y actividades de investigación comenzaron a moverse en nuevas direcciones. Como resultado del contacto y la estimulación de Clark Hull, Neal Miller, Don Marquis, Shirley Sprague y Kenneth Spence, me involucré en la psicología del aprendizaje; y, gracias a la influencia de John Dollard y Earl Zinn, me interesé activamente en el psicoanálisis freudiano y (...) me uní a Dollard, Miller, Robert Sears y otros en el intento de “integrar” el psicoanálisis y la teoría del aprendizaje, de “traducir” los conceptos psicoanalíticos a la teoría del aprendizaje y, siempre que fuese posible, producir equivalentes de laboratorio. (Mowrer, 1974, p. 337).

Mowrer jugó un papel importante en el seminario del año 1936 sobre la integración de las teorías de Freud y Pavlov (Gondra, 2002, 2007), que dio como resultado el popular libro sobre la hipótesis de la frustración-agresión, al que contribuyó con un capítulo (Dollard, Doob, Miller, Mowrer y Sears, 1939). Esta aportación, junto con sus experimentos sobre la ansiedad aprendida y la teoría de los dos factores del aprendizaje le convirtieron en uno de los académicos más respetados del momento (Cofer y Appley, 1964; Kanfer y Phillips, 1970).

Además de construir un aparato para el tratamiento de la enuresis nocturna infantil con el método del condicionamiento clásico (Mowrer y Mowrer, 1938), que se anticipó a la moderna terapia de la conducta (Ullmann y Krasner, 1975), sus experimentos sobre el aprendizaje de la ansiedad le ganaron una merecida fama de científico.

En dichos experimentos tomó como punto de partida la segunda teoría freudiana de la angustia que, como se recordará, era una señal que movilizaba a los mecanismos de defensa del Yo. Administrando a las ratas un estímulo luminoso seguido de un choque eléctrico, los animales aprendieron a dar el salto que les permitía escapar la descarga eléctrica. Al parecer, la ansiedad era una forma de la reacción de dolor generada por el choque eléctrico que se asociaba a la luz y reforzaba las conductas de escape o huida (Mowrer, 1939). Al año siguiente, presentó un modelo experimental del aprendizaje de la ansiedad (Mowrer, 1940) que fue seguido por otros sobre los distintos síntomas neuróticos y un trabajo sobre la inhibición (Mowrer y Jones, 1943) que mereció un largo comentario en los *Principios de Conducta* (Hull, 1943).

Sin embargo, la teoría de Hull no explicaba cómo podía asociarse la ansiedad con el inicio del choque, dado que, según el principio de la reducción del impulso, debería hacerlo con su cese o final. El condicionamiento clásico parecía más adecuado, por cuanto que el estímulo condicionado sustituye al choque y elicit los movimientos desencadenados por él; pero las respuestas de evitación eran muy variadas, mientras que las respuestas condicionadas siempre eran las mismas (Mowrer y Lamoreaux, 1946).

Guiado por estas consideraciones, Mowrer postuló dos clases de aprendizaje: el aprendizaje del signo y el aprendizaje de la solución (Mowrer, 1947). El primero dependía de la contigüidad y explicaba la adquisición de emociones, significados, actitudes y cogniciones. El segundo estaba bajo el control de la ley del efecto y explicaba los hábitos instrumentales. Mientras que el aprendizaje del signo era un proceso del sistema nervioso autónomo, en el aprendizaje de la solución intervenía el sistema nervioso central.

Teoría de la Culpa Frente a Teoría del Deseo

La carrera de Mowrer dio un giro radical en la primavera de 1945 mientras trabajaba para el gobierno en la Oficina de Servicios Estratégicos de Washington y era Profesor de la Universidad de Harvard desde el año 1940. Entonces conoció a los analistas neofreudianos Frieda Fromm-Reichman (1889-1957) y Harry Stack Sullivan (1892-1949), cuya teoría de las neurosis le produjo una honda impresión cuando tuvo la oportunidad de estudiarla en un seminario dirigido por Sullivan en la Escuela de Psiquiatría de Washington. Las perturbaciones emocionales no eran debidas a un

conflicto intrapsíquico, sino a las malas relaciones con las personas de su entorno.

Decidido a poner en práctica lo aprendido en el seminario, Mowrer le confesó a su mujer los “secretos cuidadosamente guardados de mi adolescencia - y algunos otros adicionales adquiridos después del matrimonio” (Mowrer, 1974, p. 353). En particular, le habló de “una fea perversión sexual” que tuvo en su temprana adolescencia y de ciertas infidelidades matrimoniales que cometió con el propósito de corregir la inhibición sexual que había detectado en su tratamiento psicoanalítico. (Mowrer, 1966a, p.18)

Esta confesión fue para él mucho más eficaz que la terapia psicoanalítica que había recibido durante casi quince años. Además de mejorar las relaciones con su compañera, le enseñó que las personas con problemas emocionales intentaban defenderse a toda costa de la culpa por las malas acciones cometidas.

A partir de ese momento, Mowrer se convirtió en un crítico implacable del psicoanálisis. El blanco principal de sus ataques no fue la segunda teoría freudiana de la ansiedad que él había intentado demostrar en sus experimentos del aprendizaje, sino la primera y más antigua de la represión sexual. El verdadero objeto de la represión no eran los instintos del Ello, sino la culpa real por las infracciones cometidas en el pasado.

Con vistas a familiarizarse con la culpa, Mowrer retomó las prácticas religiosas que había abandonado en la Universidad por considerarlas incompatibles con la ciencia objetiva. En un primer momento, frecuentó los servicios de la Iglesia Unitaria y después se afilió a la Iglesia Presbiteriana tras sufrir otra grave crisis depresiva que le puso al borde del suicidio. Según escribió en este escrito autobiográfico:

Después de mi “estación en el infierno” de 1953, comencé a pensar mucho más seriamente en la religión; y en 1954, mi mujer, nuestras dos hijas y yo recibimos instrucción y nos unimos a la Iglesia Presbiteriana Unida Memorial McKinley, situada cerca del campus de la Universidad de Illinois. Sentí que la psicología no me había “salvado”; y como todavía me encontraba en un estado de confusión y consternación, esperaba que el cristianismo pudiese hacerlo. Como ya indiqué, yo había perdido temporalmente la fe en la confesión y todavía no había visto la importancia de la penitencia, pero a pesar de ello deseaba echar otra “ojeada” a la Iglesia por dentro. (Mowrer, 1966a, pp. 33- 34).

Este periodo religioso, que ya se insinúa en un artículo del aprendizaje en el que se decía que las perturbaciones conductuales también deberían estudiarse desde una perspectiva religiosa (Mowrer y Ullman, 1945), se manifestó claramente en un discurso del año 1957 a la Asociación Norteamericana para el Progreso de la Ciencia que sería publicado en *Teoría del Aprendizaje y Dinámica de la Personalidad* (Mowrer, 1950).

Mowrer comenzó diciendo que los salmos del Rey David implorando el perdón eran la expresión más sublime de la paz y la salvación que seguían al arrepentimiento sincero. Dicho con sus propias palabras: “he revisado recientemente los escritos del salmista David, y nada podía ser más claro que el hecho de que su bella poesía - y, dicho sea de paso, su astuta psicologización - solo trata de un tema:

la historia de un ser humano, abatido y angustiado, que se encontró a sí mismo en el Señor y desde ese momento vivió gozoso y en paz” (Mowrer, 1950, p. 533).

El rey David describía perfectamente el proceso natural de la conversión, pero este naturalismo se perdió en la Edad Media con un sobrenaturalismo totalmente alejado de la realidad humana. El Renacimiento trajo nuevamente una visión naturalista de la angustia y, finalmente, en el siglo XIX, el filósofo Soren Kierkegaard la situó en el centro de la psicología. Su explicación era mucho más coherente que la del fundador del psicoanálisis.

Mowrer coincidía con Freud en que los síntomas neuróticos eran debidos a la represión, pero pensaba que el creador del psicoanálisis no había comprendido nunca la verdadera naturaleza de la ansiedad. Porque el blanco de la represión no eran los deseos del Ello, sino la negativa del Yo a aceptar las malas acciones cometidas. La ansiedad era debida a la irresponsabilidad, culpa e inmadurez personal, y no a la represión de los impulsos sexuales.

La nueva teoría tenía muchas ventajas. En primer lugar, coincidía con las principales religiones en lo que respecta a la culpa y, además, reconocía que los logros éticos de las generaciones pasadas “incrustados en la conciencia de los hombres y mujeres modernos, no son un demonio arcaico, estúpido y malevolente, sino un desafío y guía para el individuo en su búsqueda de la autorrealización e integración armoniosa” (Mowrer, 1950, p. 538).

En segundo lugar, arrojaba luz sobre la cuestión tan debatida en la literatura psicoanalítica de si la represión era un síntoma o un prerrequisito de éste. La represión era poco realista, lo mismo que el síntoma, pero su objeto era el miedo o culpa moral, en lugar de la ansiedad. Ahora bien, ambos estados eran en el fondo lo mismo, porque, según Mowrer, “la ansiedad es simplemente miedo (anticipación del castigo, culpa, mala conciencia) que ha sido reprimido en cuanto tal y que, no pudiendo ser totalmente reprimido (por las fuerzas del Ego y del Ello), irrumpe periódicamente en la conciencia para ser experimentado como ansiedad y no como lo que es, a saber, miedo y culpa social” (Mowrer, 1950, p. 539).

La psicoterapia debía tener como meta principal la aceptación de ese miedo y culpa social ocultos detrás de la ansiedad. Vista desde esta perspectiva, la ansiedad era una fuerza positiva que las personas podían utilizar en beneficio propio, siempre y cuando no reprimiesen la conciencia moral, representante de la autoridad social.

El discurso concluía con una crítica a la filosofía social del psicoanálisis que mereció un tratamiento más detallado en el artículo “‘Frustración’ biológica frente a ‘frustración’ moral en las perturbaciones de la personalidad” (Mowrer, 1949).

Ciencia y Religión

Según comenzaba dicho artículo, Freud había fracasado en el intento de generar “una filosofía social más higiénica (que llevase a una prevención más eficaz de las dificultades de la personalidad) o a un procedimiento curativo muy eficaz. Existen incluso indicaciones de que en ciertos casos ha agravado las condiciones que se suponía que iba a corregir, tanto a nivel individual como social” (Mowrer, 1949, p. 65).

El fracaso de Freud hundía sus raíces en el relativismo moral de la cultura moderna y en su alejamiento de la religión. Hasta la publicación del *Origen de las Especies* (Darwin, 1859), la conciencia era una guía fiable de conducta porque representaba a la voz de Dios, pero el énfasis darwiniano en la supervivencia biológica desplazó a la divinidad y subordinó la mente al cuerpo mortal.

Descartada la idea del Dios absoluto, creador del universo, la cultura moderna dio por supuesto que los valores morales eran relativos, por cuanto que dependían de los cambios operados en unas sociedades en continua evolución. La norma tradicional “sé bueno y vivirás feliz” o, lo que es lo mismo, “no neurótico”, dio paso a un hedonismo que buscaba el disfrute máximo del placer corporal; y si la neurosis era una forma de infelicidad, pensó Freud, ello era debido al bloqueo de los impulsos biológicos.

Esta biologización de la enfermedad mental fue incapaz de detener su extraordinario desarrollo, por lo que era preciso combatirla con otras armas más eficaces. En opinión de Mowrer, había que volver a la ética tradicional sustentada en las prácticas y normas religiosas. La medicina y la religión tenían que cooperar en una nueva disciplina que considerase a la ética religiosa desde una perspectiva científica. Y la psicología podía jugar un papel importante en esta tarea, dada la formación biológica de sus profesionales y sus relaciones históricas con la filosofía y la religión.

Unos años después, en el discurso al “Octavo Instituto Anual de Psiquiatría y Neurología” organizado bajo los auspicios de la Administración de Veteranos, Mowrer comenzó con la siguiente pregunta: “¿Está diseñada la mente para servir al cuerpo o es el cuerpo el que está diseñado para servir a la mente?” (Mowrer, 1957, p. 103).

Evidentemente, la segunda alternativa era la correcta. De ahí sus críticas a las psicologías funcionalistas de la adaptación por subordinar la mente a las necesidades del cuerpo, y al conductismo por suscribir una neutralidad ética que ignoraba la naturaleza moral de la conducta humana. Pero ambas escuelas psicológicas hundían sus raíces en la teoría de la evolución de Darwin, tal y como había señalado el historiador de la psicología Edwin G. Boring (1886-1968) en un artículo reciente (Boring, 1950). La tesis de la continuidad de las especies era contraria a la naturaleza espiritual de la mente.

Mowrer no pretendía negar las realizaciones de la psicología, sino simplemente preguntarse si la excesiva atención prestada a la supervivencia corpórea no habría sido en detrimento de la religión. Porque, según escribió, “bajo la influencia del pensamiento darwinista, los psicólogos prácticos funcionalistas y conductistas hemos tendido a descartar a la religión como irrelevante para la empresa científica y humana; o, con Freud, a considerarla como activamente hostil a la salud de cuerpo y mente por igual” (Mowrer, 1957, p. 107).

La religión tenía un gran valor psicológico, como lo demostraba la historia de las primeras comunidades cristianas que fueron capaces de superar las dificultades de la vida diaria e incluso arrostrar el martirio. Ella daba satisfacción a las necesidades superiores del ser humano y proponía unos valores éticos que le colocaban por encima de los demás animales.

Finalmente, en la reunión anual de la APA del año 1959, Mowrer habló de reintroducir la noción del pecado en la psicopatología (Mowrer, 1960c). Su propuesta despertó una gran controversia y ocupó toda la sección de comentarios del número de noviembre de la

revista *American Psychologist*, que generalmente fueron muy críticos con ella (Ellis, 1960, 1961).

Mowrer afirmó que el concepto de pecado era la mejor arma con que contaba la psicología en su lucha contra la noción de la enfermedad mental heredada de Freud. Era una noción fuerte, es verdad, pero mucho más eficaz que las débiles nociones de la psicología y psiquiatría que no habían conseguido nada con su pretendida minimización de la culpa. Y la vinculación del pecado con la noción anticuada del infierno tampoco era un obstáculo si se tenía en cuenta que la neurosis era el infierno presente en la tierra, dados los terribles sufrimientos que comportaba.

El psicoanálisis y el positivismo lógico eximían a los enfermos y enfermas mentales de toda responsabilidad moral por considerarles víctimas de una sociedad irracional que les impedía la satisfacción de impulsos más elementales. En opinión de Mowrer, esta minimización de la culpa ponía a los psicólogos y psicólogas a los pies de una profesión médica que detentaba la exclusiva de la enfermedad mental. En cambio, si aceptaban la teoría de que el pecado era la causa principal de las perturbaciones emocionales, entonces estaban llamados a desempeñar un papel importante para la sociedad y para la ciencia.

La experiencia clínica le había enseñado que las actitudes de la terapeuta o del terapeuta eran menos importantes que las actitudes de la persona que recibe la ayuda. Porque el reconocimiento y aceptación de la propia culpa sólo podía hacerlo la persona culpable. Mientras viviese a la sombra de una culpa no reconocida ni expiada, seguiría odiándose a sí misma y sufriría las consecuencias de ese odio. Pero si la permitía acceder a la conciencia, entonces llegaría a aceptarse a sí misma con la consiguiente libertad, respeto y paz interior.

La teoría tenía además la ventaja de explicar la paradoja de que las personas con padres normales tuviesen un Superyó tan severo, porque la severidad procedía del odio que sentían por las malas acciones cometidas. Ahora bien, una vez hecha la confesión, la conciencia dejaba de ejercer su dominio despótico.

La confesión de los propios fallos era dolorosa y requería una fuerza especial que en otros tiempos venía dada por la religión. Pero Mowrer comenzaba a dudar de que la religión institucional estuviera en condiciones de hacerlo y por esta razón pensó que la psicología también debería ocuparse de ella.

De la Psicoterapia Individual a la Terapia Grupal

Unos años antes, en 1948, Mowrer se había trasladado a la Universidad de Illinois en Urbana-Champaign, en calidad de profesor investigador. Allí continuó practicando la psicoterapia individual con los estudiantes guiado por la hipótesis de que la sola confesión bastaba para que las personas se viesan libres de la culpa.

El descubrimiento de la penitencia o restitución fue posterior y estuvo relacionado con la grave crisis depresiva del verano de 1953 que provocó su ingreso en un hospital psiquiátrico y no le permitió asistir a la reunión de Cleveland en la que fue elegido presidente de la Sociedad Norteamericana de Psicología (APA). En aquellos momentos Mowrer no encontraba ningún hecho externo que explicase su

depresión, dado que había llegado a la cima de su carrera científica y profesional. Pero tres años después encontró la explicación a raíz de su participación en un simposio sobre religión y salud mental celebrado en la reunión anual de la APA del año 1956. En dicho simposio, Mowrer tuvo que comentar una comunicación de Anton T. Boisen sobre un paciente depresivo con problemas de alcoholismo que sufrió una grave crisis de ansiedad tras confesar a su esposa una aventura extramatrimonial que concluyó con el fallecimiento de su compañera de aventura.

Anton T. Boisen (1876-1965), ministro presbiteriano y capellán de hospitales, había sido uno de los fundadores en 1930 del Consejo para la Formación Clínica de los Estudiantes de Teología, y en 1944 jugó un papel importante en la fundación del Instituto de Asistencia Pastoral. En su libro principal, titulado *Exploración de mundo interior* (Boisen, 1936), relacionó a las neurosis y psicosis funcionales con la desorganización del mundo interior de las personas. Cualquier acontecimiento traumático podía destruir los cimientos sobre los que se apoyaba su filosofía de la vida, provocando una profunda crisis espiritual.

En la explicación del caso que nos ocupa, Boisen dijo que el hombre no se habría confesado si no hubiese estado bajo los efectos de una fuerte perturbación emocional, por lo que la confesión no pudo haber sido la causa de dicha perturbación.

Mowrer no estaba de acuerdo con esta interpretación, a pesar de su admiración y sintonía espiritual con el fundador del consejo pastoral. Dándole vueltas al caso, lo comentó con un amigo que no era psicólogo y éste le preguntó qué habría sucedido si la esposa del paciente no le hubiese mostrado tanta comprensión. Esta pregunta tan simple fue decisiva para él, según refiere en este escrito autobiográfico:

Como protestante, yo había descubierto la confesión de un modo limitado, ¡y ahora parece que también descubrí la penitencia! Vi que tuvo que haber sido una “parte” de mí la que se sintió totalmente indigna de los honores y que, al no haberme presentado en Cleveland, había conseguido “inconscientemente” dos cosas: (a) había extendido grandemente mi confesión - varios miles de compañeros conocían que había algo “malo” en mí, aunque exactamente no sabían qué; y (b) también había “cumplido la penitencia” al declinar los honores y sufrir la humillación de la hospitalización y el dolor de una depresión gravemente agitada. (Mowrer, 1966a, pp. 23-24).

La depresión fue la penitencia que tuvo que pagar por sus pecados, pero, una vez hecha la restitución, se vio libre para hablar con sus amistades de los sentimientos y conductas que antes les había ocultado. Animado por el éxito de estas revelaciones, realizó pequeños experimentos con sus pacientes y comprobó los mismos resultados en la terapia individual. Pero todavía quedaba el problema del miedo a comunicarse con las personas del entorno familiar y social. La solución se la brindó la terapia grupal.

En el verano de 1961 Mowrer tuvo la oportunidad de trabajar con pacientes del Hospital Estatal de Investigación de Galesburg (Illinois). Como no sabía qué hacer con esta clase de personas, dado que carecía de experiencia, reunió a un pequeño grupo y les dijo que sabía perfectamente lo que sentían dentro de las paredes de un

hospital porque él también tuvo que ser hospitalizado varias veces. A continuación, les comentó un artículo en el que afirmaba que si nos manifestáramos a los demás sentiríamos una fuerza especial para resolver nuestros problemas y después les invitó a hablar con él en privado. Entonces comprobó que la mitad del grupo le habló de sus problemas con gran sinceridad y las automanifestaciones fluyeron en las siguientes sesiones.

En el otoño de ese mismo año recibió una beca de cinco años de la Fundación Lilly de Indianápolis para un programa para profesores de teología, capellanes de hospitales y pastoralistas que le permitió seguir experimentando con los grupos. Mowrer se sintió a gusto con unas personas que compartían sus inquietudes éticas y religiosas, y continuó propagando con su ayuda el ideal de una psicoterapia religiosa basada en la razón y la experiencia.

Pero el movimiento del Consejo Pastoral se había apartado del camino trazado por Boisen y se había dejado influir por el psicoanálisis (Fosdick, 1943), y después por la psicoterapia centrada en el cliente de Carl R. Rogers (1902-1987), cuyo énfasis en la aceptación incondicional minimizaba o incluso anulaba la culpa. De modo que el proyecto de unir psicología y religión en una nueva forma de tratamiento grupal encontró poco o ningún eco en unas personas que no creían que la teología tuviese algo que ver con la psicoterapia.

Crisis de la Psiquiatría y la Religión

El desencanto de Mowrer con la religión institucional se patentiza en el libro *Crisis de la psiquiatría y la religión* del año 1961, en el que no ahorra sus críticas a la religión institucional por desentenderse de la "cura de almas". Aunque todavía sigue convencido de la importancia psicológica de la religión, sin embargo, prefiere considerarla desde una perspectiva social y comunitaria. Tal y como escribió:

Como un miembro activo de la iglesia, creo que el concepto de Dios es vital y significativo y que la denominada "dimensión vertical" entre Dios y el hombre es vital y significativa; pero no creo que esta relación pueda ser vital ni tener sentido si no se le añade y, además, no va frecuentemente precedida de una seria preocupación por parte de la persona con la dimensión *horizontal*, a saber, la relación del hombre con el hombre. (Mowrer, 1961, p. 110).

El libro tenía un doble objetivo: liberar a las terapias religiosas de su dependencia del psicoanálisis, y que la psicología y la psiquiatría llegaran a reconocer que la perturbación de la personalidad solo podía entenderse como un esfuerzo inconsciente por reconciliarse con la comunidad.

Mowrer no se sentía en posesión del conocimiento y el coraje requeridos para esta tarea, pero pensaba que un primer paso podría consistir en volver a la práctica de la confesión. Hasta la reforma protestante nadie dudaba de la realidad de la culpa. Los pecadores y pecadoras tenían que confesarse y obtener el perdón, porque de lo contrario corrían el riesgo de la condenación eterna en el infierno.

Esta práctica fue suprimida por Lutero debido a su oposición a las indulgencias que el pueblo debía comprar para obtener el perdón. Para él, bastaba con implorar la gracia divina para ser perdonado. Pero

esta doctrina de la "gracia barata" había sido cuestionada por teólogos protestantes como Dietrich Bonhoeffer (1906-1945), fallecido en un campo de concentración alemán, quien insistió en la necesidad de reparar el daño causado (Bonhoeffer, 1948).

Cuando Mowrer escribía estas líneas, la filosofía existencialista había entrado con fuerza en la teología y el consejo pastoral. El énfasis en la relación de persona a persona (Buber, 1937) le parecía positivo porque llevaba a la comunidad, pero no podía decir lo mismo del nihilismo de los existencialistas que se refugiaban en la mística en su búsqueda de la identidad. Los principios morales eran necesarios para llegar al verdadero conocimiento de uno mismo.

Mowrer concluyó el libro con un capítulo titulado "Notas para una teoría de la psicopatología", en el que reconoció los cambios operados en la sociedad desde los tiempos de Freud. Le parecía razonable la observación de Jourard (1958) de que ambos, Mowrer y Freud, tenían parte de razón, porque había conciencias muy laxas y otras, en cambio, eran muy rígidas. Pero no creía que esta observación tuviese validez fáctica, porque ningún psicoanalista sabría cómo tratar a una persona devastada por la culpa, dado que carecía de técnicas adecuadas.

Es cierto que en tiempos de Freud la moral sexual era demasiado rígida, pero no podía decirse lo mismo del momento presente en el que existía una gran libertad, como había señalado el sociólogo de la Universidad de Stanford Richard P. LaPiere (1899-1986) en *La Ética Freudiana* (1959). Según Mowrer, "el nivel de moralidad y responsabilidad era comparable al de las bestias en la jungla" (Mowrer, 1961, p. 228).

Por otra parte, las nuevas teorías analíticas de la "Psicología del Yo" tampoco aportaban técnicas para fortalecer la voluntad. Mowrer seguía pensando que la teoría más interesante era la de H.S. Sullivan, pero no le parecía que aportase nada nuevo porque la enfermedad mental siempre había estado relacionada con el pecado.

Las notas concluían con el problema de que no todos los pecadores o pecadoras contraían la neurosis, como podría esperarse de la teoría de Mowrer. Pero esta misma objeción podría hacerse a la teoría psicoanalítica, dado que muchas personas neuróticas no eran precisamente los dechados de la vida virtuosa que cabría esperar de la represión de sus instintos sexuales y agresivos. En realidad, lo que su teoría postulaba es que el pecado llevaba a la neurosis solo en aquellos casos en que la culpa era sentida con gran fuerza y la persona no hacía nada para corregirse.

También cabía la posibilidad de que ciertas conductas desordenadas tuviesen una base constitucional y pudieran eliminarse con la bioquímica. Pero esto no era más que una hipótesis y, vistos los malos resultados de los tratamientos convencionales, Mowrer prefería seguir pensando que el ser humano es una criatura social que vive o muere psicológicamente en función de la integridad que consigue con sus buenas acciones.

El camino era difícil porque había que tocar fondo antes de poder recibir la ayuda, como decían los líderes de Alcohólicos Anónimos, y las consecuencias redentoras de la virtud no se experimentaban inmediatamente. Pero la estrategia psicoanalítica de eliminar la responsabilidad y culpar de los males propios a instancias ajenas corría el riesgo de llevar a la paranoia y a la sociopatía (Mowrer, 1961, pp. 238-239).

La Revolución de los Grupos Pequeños

Mowrer recibió con entusiasmo las nuevas terapias grupales surgidas en la década de 1960 porque esperaba encontrar en ellas la comunidad que la religión no había sido capaz de ofrecerle. Como escribió en el prefacio de *La Nueva Terapia Grupal*:

Tranquila, pero firmemente, una revolución está ocurriendo en un aspecto vital de la vida americana. Durante siglos, la religión formal ha enfatizado la primacía de la relación del hombre con Dios, con el descuido de la dimensión interpersonal de la experiencia y existencia humanas. Como resultado, un número cada vez mayor de personas ha “enfermado” de un modo peculiar; y, en su desesperación y desesperanza, se han vuelto a (...) las modernas profesiones de la psiquiatría, psicología clínica y trabajo social. Pero aquí nuevamente parece que el énfasis ha sido equivocado; no, ciertamente, en la relación del hombre con Dios, sino en la relación del hombre consigo mismo. Ahora se tiene una conciencia cada vez mayor (...) de que el elemento crucial de la “salud mental” es el grado de “apertura” y “comunidad” de una persona con sus semejantes (...). El hombre fue ‘hecho’ para la comunión, es decir, es un ser social; y ‘muere’ cuando se rompe esa conexión. (Mowrer, 1964, p. iii).

El término “apertura” revelaba un cambio importante en su pensamiento. Ante las críticas al moralismo del período anterior, Mowrer evitó la palabra “confesión” y prefirió hablar de “apertura” o “automanifestación”, término que había sido popularizado por Sidney M. Jourard (1926-1974), uno de los principales representantes de la nueva Psicología Humanística (Jourard, 1964).

El libro reunía una serie de artículos y conferencias en los que Mowrer se posicionó claramente en contra de las terapias profesionales y a favor de los grupos de autoayuda. Las personas que habían violado los dictados de su conciencia tenían que revelar esas violaciones a los demás y la única cualificación precisa para prestarles ayuda era el haber pasado por esa misma experiencia.

Mowrer respondió a quienes criticaban la dureza de sus métodos recordándoles que el principal obstáculo para el amor no era el rechazo ajeno, sino la culpa no reconocida y expiada. Le parecía lamentable que la religión hubiese olvidado la justa cólera de Dios y solo hablase de su amor maternal, con la consiguiente feminización de la sociedad. Dicho con sus propias palabras: “hemos reducido el amor a su forma femenina (sexual) y maternal (confortante), totalmente legítima pero limitada, y con ello hemos perdido una dimensión grande y esencial de la realidad individual y social” (Mowrer, 1964, p. 36). Estas frases un tanto misóginas expresaban su convicción de que la grandeza personal se forjaba en la adversidad y el sufrimiento.

Dos años después, Mowrer presentó su “Terapia de la Integridad” en un artículo en el que renovó los ataques contra las psicoterapias tradicionales, tanto seculares como religiosas (Mowrer, 1966c). Frente a quienes decían que la neurosis requería un tratamiento médico, psicológico o religioso, según se la considerase como perturbación nerviosa, conflicto inconsciente o pecado contra Dios, afirmó que:

Lo que más claramente se necesita (...) es la determinación y la fuerza para admitir la naturaleza exacta de los errores ante las “personas importantes” en la vida de cada uno – y después dedicarse al negocio de corregirlos. Para ello no hay necesidad de ningún experto o especialista. Y cuando se recurre a uno, frecuentemente es para encontrar una “vía de escape” que evite la necesidad de enfrentarse con el problema en sus propios términos. (Mowrer, 1966c, p. 114).

La relación terapéutica con una persona obligada a guardar el secreto profesional le parecía una contradicción *in terminis*, porque el secretismo era precisamente la causa de la perturbación emocional. Lo que realmente curaba a las personas era la revelación de su propia verdad, y para ello era conveniente que el terapeuta o la terapeuta también confesasen sus faltas y de esta forma “modelasen” el aprendizaje de esta habilidad social (Mowrer, 1966b).

Finalmente, en otoño de 1969, Mowrer organizó el primer seminario sobre “Grupos de Integridad” en la Universidad de Illinois. La sustitución de “terapia” por “grupos” indicaba que no se trataba tanto de curar las neurosis cuanto de ofrecer una verdadera comunidad a quienes buscaba una vida más plena, tanto individual como social. Hasta ese momento había pensado que los grupos de autoayuda no serían atractivos para estudiantes que buscaban una profesión para ganarse la vida y, por esta razón, no les había dado una organización formal. Pero el éxito de las nuevas terapias grupales en el ámbito escolar y los nuevos puestos de Salud Mental Comunitaria que no requerían especialistas en la terapia individual le animaron a dar ese paso decisivo.

Los Grupos de Integridad: Relación con otras Terapias

En el artículo de los “Grupos de Integridad” llama la atención el empeño de Mowrer por incluir a su método dentro del movimiento de las nuevas psicoterapias grupales. Tal y como comenzaba dicho artículo: “Aunque los Grupos de Integridad tienen algunas características distintivas (...) ellos son parte integral y tienen una gran afinidad con lo que, a falta de una mejor expresión, puede llamarse Movimiento de los Grupos-Pequeños” (Mowrer, 1972, p. 7).

Mowrer mencionó en primer lugar a los “grupos de encuentro” de Carl Rogers, autor al que tanto había criticado en sus escritos anteriores. Y se apoyó en la autoridad de Eugene Gendlin (1926-2017), colaborador de Carl Rogers, para indicar que dichos grupos estaban llamados a sustituir a los grupos sociales primarios de la familia, iglesia, escuela y vecindario, que ya no ofrecían a las masas el sentido de identidad personal, la intimidad emocional y la cosmovisión de otros tiempos (Gendlin, 1968, 1970).

Además, incluyó una larga cita del libro *Grupos de encuentro* (Rogers, 1970) en la que se hablaba de la necesidad que sienten las personas de expresarse libremente en un verdadero encuentro o relación interpersonal. El libro pertenecía al último período de Carl Rogers en el que, influido por el existencialismo, describió el proceso terapéutico como un “experimentar” (Gendlin, 1962) o vivenciar directamente el continuo fluir de los sentimientos (Gondra, 1975).

La honestidad personal de Mowrer y la autenticidad rogeriana tenían muchos puntos en común (Rogers, 1961).

Mowrer esperaba que los grupos pequeños substituyesen al clan familiar que en otros tiempos daba estabilidad a la familia nuclear y fuesen una alternativa de la Iglesia institucional que había perdido el sentido de la comunidad. De hecho, el cristianismo primitivo fue un movimiento de pequeñas comunidades con enorme poder terapéutico (McNeil, 1951; Poschmann, 1964), y los grupos de integridad facilitaban la reconexión o reconciliación entre sus miembros, que era lo que significaba el término latino “religare” del que procedía la palabra “religión”.

Los grupos de integridad también podían sustituir a los viejos vecindarios. Al menos tal era la impresión de muchos de sus miembros, que se sentían dentro de una comunidad en la que podían compartir sus experiencias con los demás. Y, por último, el consejo grupal parecía imponerse a la terapia individual en el campo educativo, debido a su mayor eficacia a la hora de tratar los problemas de disciplina y falta de motivación para el estudio (Mahler, 1969). Como escribió Mowrer, la experiencia grupal, “prepara o ‘condiciona’ a nuestra juventud – a nivel nacional – para que en la edad adulta participen en los Grupos Pequeños a la hora de afrontar los ‘problemas de la vida’ (término de Sullivan) y la alienación de la adultez” (Mowrer, 1972, pp. 9-10).

En lo que respecta a las relaciones de los grupos de integridad con los grupos de autoayuda, especialmente con aquellos que como Alcohólicos Anónimos ponían el acento en los valores éticos, Mowrer insistió una vez más en la necesidad de la moralidad para el buen funcionamiento de la sociedad y la plena actualización individual. Pero en esta ocasión no dio tanta importancia a los valores absolutos y prefirió hablar de *contratos*, tal y como postulaba la denominada “Psicología del Contrato” (Johnson, Dodecki y Mowrer, 1972; Pratt y Tooley, 1963, 1966, 1968). Como escribió en otro artículo de esa misma época a propósito de su filosofía de la psicoterapia:

En una sociedad muy estable y que ha cambiado relativamente poco durante largos períodos de tiempo (...) ciertos mandamientos positivos y negativos podían ser inculcados útilmente en la juventud (...) Estos ‘valores’ eran considerados como *absolutos morales* y jugaban un papel importante en la estructura e identidad de una tribu o pueblo. Incluso las sociedades europeas occidentales eran relativamente estables hasta mediados del siglo XVII, en que la revolución industrial produjo una serie de cambios acelerados que destrozaron la fe en los valores y normas de conducta tradicionales, e hicieron que las enseñanzas morales de los padres, internalizadas como conciencia, pareciesen pasadas de moda, poco prácticas y de dudosa validez. (Mowrer, 1973a, p. 37).

La causa del sufrimiento neurótico no era tanto la represión de la conciencia moral cuanto las discrepancias entre la conducta real y las promesas hechas al grupo. Pero ello no significaba una renuncia al rigorismo, porque Mowrer seguía convencido de que el firme cumplimiento de los contratos era esencial para la supervivencia de cualquier grupo social.

Entre las psicoterapias afines mencionadas en el artículo de los grupos de integridad, además de la terapia de la transparencia personal de Sidney Jourard, figuraba la *Terapia de la Realidad* de William Glasser

(1925-2013), basada en la toma de decisiones responsables (Glasser, 1965; Glasser e Iverson, 1966).

Asimismo, Mowrer observó que la psiquiatría oficial comenzaba a interesarse por los grupos de autoayuda (Yalom, 1970). Incluso la *Terapia de la Conducta* había suavizado las críticas iniciales de Joseph Wolpe (1915-1997), creador de la técnica de la desensibilización sistemática (Wolpe, 1958), quien había negado todo valor terapéutico a la automanifestación (Wolpe, 1964). Por citar un ejemplo, un discípulo de Wolpe, Arnold Lazarus (1932-2013), había propuesto una “Terapia de la Conducta Multimodal” para enseñar a vivir una vida más auténtica, y en el libro *Más allá de la Terapia de la Conducta* (1971) defendió inequívocamente el valor de la integridad personal. Por otra parte, la evolución de las terapias conductistas hacia posiciones cognitivo-conductuales (Kanfer y Phillips (1970) parecía indicar que la integración no era imposible. Tal y como concluía este apartado introductorio:

No debería sorprendernos encontrar esta creciente síntesis e integración de la Modificación de Conducta o Terapia del Aprendizaje y los cambios cognitivos, emocionales y conductuales que ocurren en los grupos psicoterapéuticos sanos y bien diseñados. Ambos enfoques descansan casi exclusivamente en la psicología del aprendizaje (o educación y experiencia), definida en sentido estricto o amplio; y si los “problemas de la vida” de quienes recurren a estas dos fuentes de ayuda no son demasiado diferentes, indudablemente deberíamos esperar una progresiva unión de teorías y técnicas en lugar de una mayor divergencia. (Mowrer, 1972, p. 16).

Mowrer contemplaba la posibilidad de que los distintos enfoques terapéuticos caminasen por la senda de la unidad lo mismo que las nuevas terapias grupales, cuya convergencia en los principios fundamentales era ya una realidad.

Estructura y Principios Básicos de los Grupos de Integridad

Los “Grupos de Integridad” eran gratuitos, aunque de tiempo en tiempo se hacían colectas para sufragar los gastos de organización, y tenían normas estrictas en lo que respecta a pensamientos, sentimientos y acciones, lo mismo que Alcohólicos Anónimos, Synanon (Yablonsky, 1965) y demás organizaciones contra la drogadicción.

Por no citar más que unos ejemplos, la violencia física era castigada con la expulsión, lo mismo que las evasivas y faltas de seriedad, como lo indica la segunda de las reglas básicas: “Si una persona “sale” arbitrariamente durante una “carrera” (es decir, mientras intenta elaborar un problema o sentimiento y está en un intercambio activo con el grupo), automática y permanentemente ha “dimitido” del grupo” (Mowrer, 1972, p. 26). La razón de tanto rigor venía dada por el convencimiento de que el cumplimiento del contrato era necesario para la pervivencia del grupo.

La estructura grupal era democrática, de modo que no se distinguía entre terapeutas y pacientes, y la presidencia del grupo, cuyo número oscilaba entre 6 y 10 miembros, era rotatoria en cada una de las reuniones semanales. Además, había un Consejo General formado por un representante de cada grupo elegido por votación, junto con Mowrer

y su esposa que eran miembros *Ex Officio*. El Consejo se reunía una vez al mes en casa de los Mowrer, que era, por así decirlo, el domicilio social de la organización. Sus decisiones eran provisionales hasta que no fuesen aprobadas en la reunión general de todos los grupos.

Cuando alguien pedía el ingreso en un grupo, su petición era considerada en la reunión general. Si no había objeciones, se nombraba un comité de admisión, a poder ser paritario, que se encargaba de la primera sesión. La entrevista con el candidato o candidata no comenzaba con la historia clínica o el psicodiagnóstico, como en las terapias tradicionales, sino invitándole a hablar de los problemas que le habían llevado a pedir el ingreso. Cada presidente o presidenta tenía su modo peculiar de hacerlo, ya sea con preguntas directas o, mejor, hablando de su propia historia y promoviendo las automanifestaciones de los demás miembros del comité para animarle y tranquilizarle. Estas automanifestaciones le daban a entender que tenían un conocimiento de primera mano de sus problemas, facilitando con ello la atracción interpersonal.

El comité podía confrontar directamente al candidato o candidata si se resistía a contar su historia personal y, una vez vencidas las resistencias, alababa su valentía. Si la persona estaba atenazada por el miedo, podían preguntarle si sentía un afecto especial por alguno o alguna de los presentes, en cuyo caso le mandaban darle un abrazo. Pero cuando las presiones no daban ningún resultado, se le recomendaba que volviese dentro de algunos meses o que consultase a un psiquiatra.

Los tres principios básicos de los Grupos de Integridad - honestidad, responsabilidad, y compromiso emocional - coincidían substancialmente con los de Alcohólicos Anónimos, la fundación Synanon y demás organizaciones para el tratamiento de las drogadicciones. Mowrer no pretendía ninguna originalidad en esta cuestión fundamental que daba sentido a los procedimientos y prácticas terapéuticas.

Honestidad

La honestidad, honradez o integridad era sinónimo de no mentir ni ocultar los errores cometidos y decir siempre la verdad. Como se recordará, Mowrer experimentó sus efectos benéficos cuando confesó a su esposa los secretos de su vida y se sintió liberado de la culpa.

La práctica de la terapia individual le enseñó que sus propias automanifestaciones facilitaban enormemente la comunicación interpersonal con las personas que le pedían ayuda, de modo que éstas se sentían libres para revelar sus fallos y pecados. Las pequeñas victorias emocionales operaban a modo de recompensa para proceder a la restitución. Y la terapia grupal le confirmó en la idea de que la honestidad debía extenderse a todas las personas importantes del entorno social.

Mowrer coincidía con Alcohólicos Anónimos en que no bastaba con confesarse una sola vez con una sola persona en la psicoterapia individual o en la confesión religiosa, vistos los malos resultados de estas prácticas. La automanifestación debía ir acompañada de una progresiva apertura a todas las personas importantes.

Ahora bien, lo que ya no tenía tan claro era el contenido de las automanifestaciones. Alcohólicos Anónimos insistía en que debían

ceñirse al problema del alcohol, pero en los grupos de integridad los pecados específicos parecían menos relevantes que el hecho mismo de haber sido mentiroso o hipócrita. Lo que verdaderamente importaba era la actitud sincera con que se revelaban los fallos, sean los que fuesen, y la evitación de cuanto pudiera poner en peligro la relación, como, por ejemplo, las opiniones extemporáneas sobre las virtudes o defectos de los demás.

En el último capítulo de *La Nueva Terapia Grupal*, Mowrer se hizo eco de las críticas contra las automanifestaciones a personas distintas del terapeuta o la terapeuta. Pero, en lugar de hacer un análisis detallado de las circunstancias, profundidad y extensión de dichas conductas, se limitó a repetir lo que respondió Sidney Jourard en un escrito que, dicho sea de paso, Mowrer no cita, en el cual afirmó que el amor es peligroso porque nos vemos expuestos a las bombas del odio cuando dejamos que otros nos conozcan. Esta posibilidad, añadió Mowrer, "ha de afrontarse como *un riesgo calculado*. Pero lo peor que puede ocurrir a lo largo de estas líneas es mucho menos grave que lo que ciertamente ocurrirá si continúa la ocultación" (Mowrer, 1964, p. 237).

Como podrá observarse, una respuesta tan general ignoraba o pasaba por alto las dificultades reales de la automanifestación interpersonal. Hablar de uno mismo ante una persona extraña puede interpretarse como signo de narcisismo o intento de manipulación, y en todo momento debe respetarse el derecho de las personas a su intimidad y privacidad (Cozby, 1973). Pero Mowrer estaba convencido de que la honestidad era "la mejor política" (1972, p. 19), tanto para los individuos como para la sociedad. En su opinión, la apertura al grupo, junto con el "feedback" procedente del mismo, era un instrumento eficaz para modificar los propios pensamientos, conductas y emociones. Y, por otra parte, las resoluciones que se tomaban después de haberlas consultado con el grupo eran mucho más fiables y duraderas que las guardadas dentro de uno mismo.

Responsabilidad

Según Mowrer, el motivo principal que nos lleva a vivir en la mentira no era otro que el deseo evitar los sacrificios que impone el cumplimiento de un contrato sin perder los privilegios vinculados a él. Las personas que toman conciencia de esta clase de autoindulgencia suelen sentirse muy incómodas cuando la comunican al grupo, pero estos sentimientos de incomodidad pueden impulsarles a ser más responsables.

La responsabilidad consistía, en primer lugar, en restituir o reparar el daño causado por las propias acciones u omisiones. Los grupos disponían de un libro de promesas para escribir en él las resoluciones más importantes de modo que en la siguiente sesión recibiesen las sanciones correspondientes en el caso de no haberlas cumplido. Según Mowrer, el miedo a las sanciones del grupo contribuía poderosamente al fortalecimiento de la voluntad.

En segundo lugar, una vez prometida la reparación, había que elaborar un plan de acción restitutiva con el asesoramiento del grupo. La práctica de pedir consejo antes de ejecutar el programa de acción era muy útil para corregir los errores de cálculo y no proponerse metas inalcanzables.

En tercer lugar, los sujetos tenían que “mantener la palabra dada” o, en el caso de no poder cumplirla, renegociar el contrato. La exigencia de ser “hombre o mujer de palabra” no solo fortalecía la integridad personal, sino que además incrementaba la integración social y la confianza interpersonal.

Por último, las actitudes y conductas irresponsables, como la indolencia, las evasivas, las excusas o el echar la culpa a los demás, eran confrontadas directamente en las sesiones grupales. Mowrer estaba convencido de que las personas podían aprender a ser responsables dentro de una comunidad y esta convicción se resumía en la frase “sólo tú puedes hacerlo, pero no puedes hacerlo solo”. Dicho con otras palabras, el cambio no era posible sin el interés y ayuda de los demás, pero esta ayuda no servía de nada si la persona se negaba a cambiar.

La comunidad era importante porque, como concluía este apartado:

Nuestra suposición, junto con George Herbert Mead, Harry Stack Sullivan y otros, es que la personalidad humana es primariamente un fenómeno *social* y que, sin una interacción social adecuada, se establece una clase de desorden moral (secretismo, aislamiento, retiro), y este proceso de destrucción *sólo puede* revertirse y convertirse en crecimiento mediante la pertenencia y *apertura a los valores y ética* de una comunidad humana llamada frecuentemente *grupo de referencia*. (Mowrer, 1972, p.22).

Las presiones ejercidas por el grupo fueron muy criticadas, pero Mowrer se defendió apelando a la utilidad del castigo para robustecer la voluntad. Además, reconoció que éste no siempre era necesario porque las personas enfermas continuamente estaban autocastigándose. Lo único que no debería hacerse nunca era minimizar o quitar importancia a lo que decían en sus automanifestaciones. Y en las sesiones clínicas el castigo grupal dejaba de ser necesario en el momento mismo en que las personas comenzaban a reparar el daño causado.

Por otra parte, los terapeutas y las terapeutas profesionales que tanto hablaban en contra del castigo, sin embargo, castigaban a sus pacientes con unos honorarios abultados que, en opinión de Mowrer, cumplían la misma función punitiva que las presiones y exigencias de los grupos de integridad.

Mowrer añadió que el perdón implicaba dar el beneficio de la duda a las personas sufrientes y dejarles trabajar por su salvación. Pero, a pesar de ello, la brutalidad de sus métodos mereció muchas críticas y hubo quien los comparó con los lavados de cerebro. Su respuesta fue la misma que la del fundador de Synanon, Charles Dederich: “Sí, es verdad, nos ocupamos en una gran cantidad de lavado de cerebro. La mayoría de la gente que viene a nosotros tiene cerebros sucios y tratamos de limpiarlos” (Mowrer, 1972, p.20).

Una vez más, Mowrer se refugiaba en generalidades que no tenían en cuenta el hecho de que las personas drogadictas sufrían una dolencia que no podía compararse con las perturbaciones emocionales de las que acudían a los grupos de integridad. Pero, en esta etapa final de su vida, Mowrer era poco amigo de las distinciones precisas para un análisis más riguroso y exacto de la realidad.

Compromiso Emocional

Inicialmente, Mowrer prestó poca atención a las emociones en parte como reacción frente al psicoanálisis y la terapia de Carl Rogers que, en su opinión, se habían centrado excesivamente en los sentimientos. Prefería concentrarse en la acción restitutiva, de acuerdo con el eslogan “actúa bien, siente bien”. Pero, influido por los programas de rehabilitación de las drogadicciones, comenzó a observar las fuertes sacudidas emocionales de las personas cuando confesaban sus fallos, junto con los sentimientos de cercanía que evocaban en el grupo. Dicho con otras palabras, la honestidad movilizaba los sentimientos y facilitaba el encuentro impersonal.

Entonces comenzó a recomendar a las personas que participaban en la terapia grupal que no se limitasen a los hechos y hablasen también de los sentimientos que éstos les generaban. En un primer momento podían resistirse y mantenerse en un plano estrictamente intelectual, pero una vez verbalizados, los sentimientos fluían de un modo hasta entonces desconocido (Jourard, 1971).

Las presiones del grupo para que se abriesen a los demás y realizaran las acciones restitutivas generalmente provocaban sentimientos de miedo en las personas que las recibían, pero después solían sentirse aliviadas y prestas para el trabajo.

Los bloqueos emocionales eran tratados con la técnica del juego. Por ejemplo, la persona bloqueada tenía que detenerse frente a cada uno de los componentes dispuestos en círculo, y decirle a continuación una frase con fuerte carga emocional como “estoy triste y necesito ayuda”, “estoy sola y asustada y necesito tu amor”, o “reconoce que eres ambicioso, cruel, dominante de los demás”, etc.

Una estrategia para controlar los sentimientos de cólera era invitarle a gritar con todas sus fuerzas, “estoy enfadada o enfadado” y “no quiero nada contigo”. Este ejercicio podía desencadenar primero la cólera y después el llanto.

Mowrer era consciente de los problemas que comportaban estas prácticas, y recomendó prudencia frente a los contactos físicos. Los abrazos eran preferibles al beso en los labios y siempre debían realizarse en presencia del grupo. En su opinión, estos rituales facilitaban una clase de amor que no tenía nada que ver con el amor sexual. Las personas podían sentir afecto mutuo sin necesidad de activarse sexualmente, y este afecto podía traducirse en sentimientos de aceptación, apoyo y pertenencia al grupo.

Los sentimientos de cólera no deberían confundirse con las conductas agresivas. Mowrer creía conveniente sentirlos y verbalizarlos para que no saliesen por vías colaterales como el dolor de cabeza, fatiga, trastornos de la digestión, etc. Por otra parte, las agresiones verbales podían servir para descubrir los sentimientos de miedo o ambivalencia ocultos detrás de la cólera.

Estrés, Constitución y Carácter

Al final del artículo, Mowrer reconoció que la integridad personal no era el único determinante de la salud mental, dado que además había que contar con la genética, la biología y la ecología. La genética estudiaba la heredabilidad de las perturbaciones emocionales, la biología se ocupaba de los determinantes bioquímicos y neurológicos

de las mismas, y la ecología versaba sobre el estrés medioambiental al que se veía sometido el organismo en el curso de su vida.

Haciéndose eco de la hipótesis de diátesis-estrés que comenzaba a ser conocida en el campo de la medicina, Mowrer afirmó que “la manifestación de al menos ciertas formas de psicopatología es una función de las cantidades relativas de predisposición constitucional u orgánica y de estrés de vida prevalente” (Mowrer, 1972, p.25).

La predisposición constitucional dependía de la genética, mientras que el estrés se refería a la respuesta del cuerpo frente a cualquier demanda a la que fuese sometido. Como es bien sabido, Hans Selye (1907-1982) creó esta noción que posteriormente denominó “síndrome de adaptación general” (Selye, 1974).

El modelo de diátesis-estrés, que todavía sigue vigente en la medicina actual (Lewinson et al., 2001), supone la intervención de ambos factores, herencia y medio ambiente, en la génesis de las enfermedades. Lo que se hereda no es tanto un rasgo genético, cuanto la predisposición a la enfermedad, por lo que, por citar un ejemplo, las personas con una predisposición grande a la depresión podrían librarse de ella viviendo en ambientes poco estresantes; en cambio, las personas sometidas a un estrés muy elevado podrían contraerla a pesar de tener una predisposición muy baja.

Mowrer desarrolló esta noción en dos artículos del año siguiente. En el primero, titulado “Mi filosofía de la psicoterapia” (1973a), reconoció que durante muchos años había suscrito el modelo conductual debido al ambientalismo de la psicología de la época. Sin embargo, los estudios realizados en Inglaterra indicaban que los gemelos idénticos tenían un alto grado de concordancia en lo que respecta a la depresión (Price, 1968) y la esquizofrenia (Rosenthal, 1970). Esto último, dicho sea de paso, ya había sido indicado por Paul Meehl (1920-2003) en su discurso presidencial a la Sociedad Norteamericana de Psicología de unos años antes (Meehl, 1962).

En el segundo artículo, titulado “Estrés, constitución, carácter y grupos de integridad” (1973b), Mowrer indicó que un lector de uno de sus trabajos autobiográficos (Mowrer, 1966a) le observó que casi todas sus depresiones coincidieron con algún cambio importante en su vida, con el consiguiente estrés. Pero él no dio importancia a esta observación hasta el año 1971, cuando, en una reunión de la Asociación Americana para el Progreso de la Ciencia, Thomas H. Holmes (1918-1989) les habló de su escala para medir el estrés. Al parecer, el 80% de las personas con altas puntuaciones en la escala sufrieron ataques al corazón o alguna enfermedad grave (Holmes, 1971, 1 de marzo).

Las diferencias individuales en la tolerancia al estrés parecían relacionarse con una predisposición genética, como lo indicaban los estudios ingleses anteriormente mencionados. En particular, el análisis de siete trabajos de investigación realizados entre los años 1928 y 1965 revelaba en los gemelos idénticos una mayor convergencia en la depresión (Price, 1968), algo que también parecía darse en la esquizofrenia (Gottesman y Shields, 1966); y los gemelos idénticos educados en ambientes distintos mantenían una semejanza básica a pesar de las diferencias medioambientales (Heston, 1966; Shields, 1962).

Finalmente, el contexto social también jugaba un papel importante, dado que la personalidad individual era en gran medida producto de la interacción social. De ahí que el tratamiento psiquiátrico utilizase la relación terapéutica, junto con psicofármacos reductores del estrés; y

los tres principios de la terapia de la integridad brindaban el contexto social adecuado para el buen funcionamiento de la personalidad. En cambio, el aislamiento generaba tensión; la mentira llevaba al rechazo social cuando era descubierta, y quien no se interesaba por sus semejantes no podía esperar ninguna ayuda de ellos. En suma, concluyó Mowrer:

Si el análisis precedente es válido, no es sostenible ninguna explicación simplista del desorden, leve o grave, de la personalidad. Los factores ambientales, genéticos, fisiológicos y caracterológicos pueden jugar papeles de distinta importancia; toda filosofía y programa comprensivo de la salud mental tienen que poder abordar o, al menos, reconocer, alguna o todas esas posibles fuentes de estrés e inestabilidad. Personalmente estoy muy identificado con los Grupos de Integridad (...) Pero reconocemos que la falta de integridad no es la única causa del malestar emocional y damos la bienvenida a la medicación, que presumiblemente compensa la debilidad constitucional, y a la manipulación ambiental cuando esté indicada y sea posible. (Mowrer, 1973b, pp. 268-269).

Como podrá observarse, la enfermedad mental podía deberse a muchas más causas que a la falta de honestidad, y las terapias psiquiátricas tan criticadas en escritos anteriores también eran aceptables. Pero esta aceptación iba acompañada de un escepticismo con respecto al futuro de las terapias debido a que la sociedad en la que tenían lugar no facilitaba en absoluto la integración y la solidaridad interpersonal.

Abundando en la misma idea, el artículo sobre la filosofía de la psicoterapia concluía lamentando que “esta situación, que parece ir a peor, en lugar de mejorar, pone severas limitaciones a lo que puede conseguirse en la terapia individual y en los grupos pequeños” (Mowrer, 1973a, p. 41). Es cierto que las nuevas comunidades “intencionales” surgidas en los Estados Unidos (Kanter, 1972) podían ser una alternativa a este progresivo deterioro, pero, continuaba Mowrer, “es imponderable la medida en que tales comunidades puedan crecer y multiplicarse, y quizá suplantarse finalmente a la sociedad más grande” (Mowrer, 1973a, p. 41). El futuro de esos grupos que buscaban una vida más sana en contacto con la naturaleza tampoco le parecía claro.

Conclusión

Estas dudas e incertidumbres de Mowrer dieron paso a una visión totalmente pesimista del mundo y de la sociedad. En su autobiografía póstuma, publicada después de su muerte, reconoce que los grupos de integridad ya no le interesaban ni esperaba nada de ellos. Dicho con sus propias palabras: “durante los primeros años de la década de 1970, por razones que no he llegado nunca a comprender del todo, me pareció que los grupos de integridad no iban a tener la vitalidad y duración que yo había esperado, de modo que perdí mi interés y esperanza en ellos” (Mowrer, 1983, p. 318).

Al parecer, Mowrer no había encontrado en ellos “el sentido de identidad y el calor emocional y el sentido cósmico” (Mowrer, 1974, p. 358) que en otro tiempo ofrecían la religión y las instituciones sociales primarias.

En esta pérdida de interés tuvo que influir su mala salud y la larga enfermedad de su esposa y compañera de trabajo Willie Mae, fallecida en marzo de 1979. Pero también jugó un papel importante la naturaleza misma de los grupos de integridad, demasiado rígidos y con poco margen para la iniciativa personal. A pesar de su éxito inicial, no parece que tuvieran mucha concurrencia si nos atenemos a los escritos de Mowrer. En el año 1972 contaban con poco más de 50 participantes (Mowrer, 1972, p. 19), y en otro escrito posterior no se hace ninguna alusión a su número y sólo se menciona el prácticum de un semestre en la Universidad de Illinois (Mowrer y Vattano, 1976).

Sin embargo, el impacto de los grupos de Mowrer se hizo notar en el Consejo Pastoral, donde un alumno suyo, John V. Drakeford (1924-2004), profesor del Seminario Teológico Baptista del Sudoeste de los Estados Unidos, lideró el poderoso movimiento del Consejo Bíblico partidario del tratamiento de las perturbaciones emocionales con los principios de la Biblia (Drakeford, 1967).

La psicología académica prestó poca atención a los grupos de integridad, aunque no los excluyó de los manuales (Mowrer, 1980a; Vattano, 1981). El dualismo mente-cuerpo del que Mowrer hizo gala en sus críticas a la teoría de Darwin era difícilmente aceptable para la mentalidad científica. También eran cuestionables sus ataques a la psicoterapia profesional, basados en una experiencia clínica carente de una sólida base empírica, a pesar de sus pretensiones de contar con ella (Mowrer, 1968).

La terapia de la integridad tuvo una mayor aceptación y sigue presente en nuestros días. Así, por ejemplo, V. Edwin Bixenstine la recomienda para los cursos introductorios de psicología clínica (Bixenstine, 2014), y dos profesoras de la universidad de Ottawa, Danielle Nahon y Nedra L. Lander han tratado ampliamente de su relación con otros enfoques contemporáneos, especialmente con la psicoterapia existencial (Lander y Nahon, 2005, 2016). Su énfasis en los valores morales y en la integridad personal no parece haber perdido actualidad.

Mowrer generalizó abusivamente a partir de su propia experiencia y dio a entender que la represión de la conciencia moral era la causa de todas las neurosis, aunque después reconoció la importancia de otros factores como la constitución y el estrés. Por otra parte, del fracaso de la terapia psicoanalítica en su caso particular no se seguía lógicamente que fuese ineficaz para el resto de la población y la totalidad de las neurosis. Pero, aprovechando las críticas que se le hicieron desde distintos campos (Eysenk, 1952; Fromm-Reichman y Moreno, 1956), Mowrer la rechazó categóricamente con un lenguaje incisivo y gráfico que tuvo un éxito enorme en la prensa popular, como ha señalado Corbin Page (2017).

Además, influido por el libro de David Bakan *Freud y la Mística Judía* (1958), Mowrer identificó a Freud con el demonio y pretendió que el creador del psicoanálisis se había propuesto la tarea mesiánica de liberar al mundo de la ley mosaica (1981, pp. 114-115). Pero la teoría psicoanalítica era bastante más sutil de lo que Mowrer suponía y no encontramos en ella ninguna indicación favorable a la supresión de la conciencia moral. El débil Yo tenía que mantener un difícil equilibrio para contentar a dos señores tan poderosos como el Ello y el Superyó, sin perder de vista las exigencias de la realidad, y para ello contaba con otras fuentes de energía distintas de los mecanismos neuróticos de defensa como, por ejemplo, la sublimación de las pulsiones.

Autor y editor de libros sobre el aprendizaje (Mowrer, 1960a), personalidad (Mowrer, 1950), psicoterapia individual y grupal (Mowrer, 1953, 1961, 1964) y los procesos del pensamiento y del lenguaje (Mowrer, 1960b y 1980b), su obra no es fácil de encuadrar en una categoría histórica, sobre todo si se tiene en cuenta su evolución desde el neoconductismo y el psicoanálisis hasta la religión y los grupos de encuentro. Sin embargo, en esta evolución puede observarse una clara interacción entre la personalidad de Mowrer y el contexto histórico que le tocó vivir.

Mowrer sufrió ocho depresiones graves a lo largo de su vida y eligió la carrera de psicología con la esperanza de que la nueva ciencia de la mente le ayudase a resolver sus problemas emocionales. Educado en la vieja moral victoriana, recibió con entusiasmo la nueva ética progresista en la Universidad de Missouri y su primer trabajo de investigación pretendía estudiar la situación real de la institución familiar con el método del cuestionario. Pero las preguntas sobre las actitudes sexuales de las jóvenes estudiantes generaron tal escándalo en la sociedad conservadora del Estado de Missouri que se vio forzado a dejar la universidad antes de poder graduarse. Inmediatamente después de llegar a Baltimore para continuar sus estudios en la Universidad Johns Hopkins, contrajo una grave depresión que obligó a su internamiento en un hospital.

Una vez obtenida el alta, en agosto de 1929 se trasladó a Nueva York con la esperanza iniciar una nueva vida, pero no encontró ningún trabajo debido a la crisis económica que culminó en la Gran Depresión, y tuvo que retornar a Johns Hopkins para realizar el doctorado y someterse a un largo tratamiento psicoanalítico. Finalmente, en el Instituto de Relaciones Humanas de Yale pudo satisfacer la ambición de ser un científico reconocido gracias al neoconductismo de Clark L. Hull, entonces dominante en la psicología norteamericana.

Cuando después de la segunda Guerra Mundial se inició el declive del conductismo, Mowrer buscó refugio en la religión que había abandonado en la universidad por su incompatibilidad con la ciencia. Influido por la teoría de las relaciones interpersonales de H.S. Sullivan, pensó que la falta de honestidad había sido la causante de sus depresiones y encontró en la confesión de sus pecados el perdón y la paz que tanto ansiaba.

Las prácticas religiosas tampoco fueron la solución, entre otras razones, porque su conservadurismo religioso era incompatible con las nuevas corrientes teológicas de la postguerra. Entonces buscó la salvación en las comunidades pequeñas, como Alcohólicos Anónimos o los grupos promovidos por la Psicología Humanística, surgida en defensa de la subjetividad y los valores éticos frente al determinismo del conductismo y del psicoanálisis. En una sociedad secular, las nociones de autenticidad y reparación parecían más aceptables que los conceptos religiosos de la confesión y penitencia por los pecados cometidos.

Mowrer tampoco encontró en los grupos de integridad la comunidad ideal que iba a poner fin a sus males y, al final de sus días, buscó refugio en la naturaleza, una naturaleza que estaba perdiendo su encanto al estar sometida a un rápido proceso de degradación debido al progreso tecnológico.

En sus últimos escritos, Mowrer se muestra pesimista sobre el futuro de la humanidad, porque veía muy difícil restaurar el

equilibrio ecológico entre el mundo vegetal y el animal después de su destrucción por la tecnología moderna. Además, la falta de controles morales había llevado a la sociedad a un estado de confusión, desorden y miedo al futuro, que ponía en peligro la supervivencia de la especie humana. Por esta razón, escribí, “cuando miro retrospectivamente a mi vida y a mi época histórica encuentro poca satisfacción en lo sucedido hasta ahora; y me acerco al final de mi vida con (...) una tristeza especial de que el mundo que hemos conocido y amado se está muriendo, o al menos está gravemente enfermo” (Mowrer, 1983, p.325).

Tras lamentarse de que la psicología científica tampoco había logrado poner fin a tanto deterioro, Mowrer concluyó con estas frases significativas:

Esta mezcla de esperanza y tristeza, desencanto, y consternación que yo, y por supuesto, otros muchos sienten cuando contemplamos la escena contemporánea es, en mi caso, especialmente dolorosa por el hecho de tener, creo yo, una infancia particularmente feliz. Yo era nominalmente religioso en el sentido formal del término, pero desde mis primeros recuerdos hasta la adolescencia sentí una unión prevalente, a veces muy poderosa, con el mundo natural y la sociedad humana, tal y como yo la conocía, que solo puedo describir como mística. Recuerdo vivamente el éxtasis que sentí cuando floreció nuestra orquídea, cuando los pájaros construían sus nidos y cantaban vigorosamente. (Mowrer 1983, pp. 326-327).

El mundo feliz de la infancia se había desvanecido y las contribuciones de una larga vida dedicada a la búsqueda de la verdad habían desaparecido. Lo único que parecía retenerle con vida era una profunda gratitud por el don de la existencia y el sentimiento de admiración ante “el milagro de la tierra y la maravilla que llamamos universo” (Mowrer 1983, p. 328).

Cuando estos sentimientos de gratitud y admiración se extinguieron, la única salida que le quedaba era desaparecer de este mundo, hecho que él mismo provocó el día 20 de junio de 1982 (Hunt, 1984).

La carrera de Mowrer refleja en cierto modo la historia norteamericana del siglo XX con las dos Guerras Mundiales y la Guerra de Vietnam. La sociedad victoriana de finales del XIX, la revolución científica y la ética progresista, el conductismo y la crisis del conductismo, la psicología social crítica y la Psicología Humanística o “tercera fuerza”, se ven reflejadas en sus escritos.

Su obra no tuvo la continuidad necesaria para consolidarse y pasar a la posteridad, pero sus trabajos en favor de la integración del psicoanálisis y el conductismo, junto con sus intentos de unir a las distintas psicoterapias merecen nuestra atención. Por otra parte, sus críticas a la neutralidad ética del positivismo y su énfasis en la integridad personal y social no han perdido actualidad en nuestros días, y su lucha en cierto modo heroica contra su propia enfermedad merece todo nuestro respeto. La historia de una disciplina no siempre es la historia de los triunfadores o triunfadoras.

Referencias

- Bakan, D. (1958). *Sigmund Freud and the Jewish mystical tradition*. Princeton, NJ.: Van Nostrand.
- Bixenstine, V. E. (2014). *O. H. Mowrer's theory of integrity therapy revisited*. New York, NY: Routledge.
- Boisen, A. T. (1936). *The Exploration of the inner world*. Chicago, IL: Willet, Clark and Co.
- Bonhoeffer, D. (1948). *The cost of discipleship*. New York, NY: Macmillan.
- Boring, E. G. (1950). The influence of evolutionary theory upon American psychological thought. En S. Persons (Ed.), *Evolutionary thought in America* (pp. 268-298). New Haven, CT: Yale University press.
- Buber, M. (1937). *I and Thou*. New York: Charles Scribner's Sons.
- Cofer, C. N. y Appley, M. H. (1964). *Motivation: Theory and research*. New York, NY: Wiley.
- Eysenk, H. J. (1952). The effects of psychotherapy: An evaluation. *Journal of Consulting Psychology*, 16, 319-324.
- Drakeford, J. W. (1967). *Integrity therapy - A Christian evaluation of a new approach to mental health*. Nashville, TN.: Broadman Press, 1967.
- Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O. H., y Sears, R. R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Ellis, A. (1960a). Mowrer on “Sin”. *American Psychologist*, 15, 713-714.
- Ellis, A. (1960b). There is no place for the concept of sin in psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 7, 188-192.
- Esper, E. A. (1966). Max Meyer: The making of a scientific isolate. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 2, 341-356.
- Esper, E. A. (1967). Max Meyer in America. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 3, 107-131.
- Fosdick, H. E. (1943). *On being a real person*. New York, NY: Harper
- Fromm-Reichman, F. y Moreno, J. L. (Eds.). (1956). *Progress in psychotherapy*. New York, NY: Grune & Stratton.
- Gendlin, E. T. (1962). *Experiencing and the creation of meaning*. New York, NY: Free Press.
- Gendlin, E. T. (1968). Psychotherapy and community psychology. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 5 (2), 67-72.
- Gendlin, E. T. (1970). A short summary and some long predictions. En J. Hart y T. Tomlinson (Eds.), *New directions in client-centered therapy* (pp. 544-562). Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Glasser, W. (1965). *Reality therapy: A new approach to psychiatry*. New York, NY: Harper & Row.
- Glasser, W. e Iverson, N. (1966). *Reality therapy in large group counseling*. Los Angeles: The Reality Press.
- Gondra, J. M. (1975). *La Psicoterapia de Carl. R. Rogers: sus orígenes, evolución y relación con la psicología científica*. (The psychotherapy of Carl R. Rogers: its origins, evolution and relationships with scientific psychology) Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Gondra, J. M. (2002). Hull y el Psicoanálisis (Hull and Psychoanalysis). *Revista de Historia de la Psicología*, 23(3-4), 371-379.
- Gondra, J. M. (2007). O. H. Mowrer (1907-1982): De la teoría del aprendizaje a los grupos de integridad (O.H. Mowrer (1907-1982) From learning theory to integrity groups). *Revista de Historia de la Psicología*, 28(2-3), 11-17.
- Gottesman, I. I. y Shields, J. (1966). Contributions of twin studies to perspectives on schizophrenia. En B.A. Maher (Ed.), *Progress in experimental personality research* (Vol 3, pp. 1-84). New York, NY: Academic Press.
- Haggbloom, S. J., Warnick, R., Warnick, J. E., Jones, V. K., Yarbrough, G.L., Russell, T. M., Borecky, C. M., McGahhey, R.... Monte, E. (2002). [The 100 most eminent psychologists of the 20th century](#). *Review of General Psychology*. 6(2), 139-152.
- Heston, H. H. (1966). Psychiatric disorders in foster home reared children of schizophrenic mothers. *British Journal of Psychiatry*, 12, 719-825.
- Holmes, T. (1971, March 1). The hazards of change. *Time*, p. 54.

- Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior*. New York, NY: Appleton.
- Hunt, J. McVicker (1984). Orval Hobart Mowrer (1907-1982). *American Psychologist*, 39(8), 912-914.
- Johnson, R. C., Dodecki, P. R. y Mowrer, O. H. (1972). *Conscience, contract and social reality*. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.
- Jourard, S. M. (1958). *Personal adjustment: An approach through the study of healthy personality*. New York, NY: Macmillan.
- Jourard, S. M. (1964). *The transparent self*. Princeton, N.J.: Van Nostrand.
- Jourard, S. M. (1971). The fear that cheats us of love. *Redbook*, 137(6), 82-83,154, 157-158, 160.
- Kanfer, J. F. y Phillips, J. S. (1970). *Learning foundations of behavior therapy*. New York, NY: Wiley.
- Kanter, R. M. (1972). *Commitment and community: Communes and utopias in sociological perspective*. Cambridge MA: Harvard University Press.
- Lander, N. R. y Nahon, D. (2005). *The integrity model of existential psychotherapy in working with the "difficult patient"*. New York, NY: Routledge.
- Lander, N. R. y Nahon, D. (2016). Mindfulness and meaningfulness with a twist from an integrity model perspective. *International Journal of existential psychology and psychotherapy*, 6(1), 16. Recuperado de <http://journal.existentialpsychology.org/index.php/ExPsy/article/view/164>.
- LaPiere, R. T. (1959). *The Freudian Ethic*. New York, NY: Duel, Sloan and Pearce.
- Lazarus, A. (1971). *Behavior therapy and beyond*. New York: McGraw-Hill.
- Lewinson, P. M., Joiner Jr, T. E. y Rohde, P. (2001). Evaluation of cognitive diathesis-stress models in predicting major depressive disorder in adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 110(2), 203-215.
- Mahler, C. A. (1969). *Group counseling in the schools*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- McNeill, J. T. (1951). *A history of the cure of souls*. New York, NY: Harper.
- Meehl, P. (1962). Schizotaxia, schizotipy, schizophrenia. *American Psychologist*, 17(12), 827-838.
- Mowrer, O. H. (1934). Modification of vestibular nystagmus by means of repeated elicitation. *Comparative Psychology Monographs*, 9(45).
- Mowrer, O. H. (1938). Preparatory set (expectancy) – A determinant in motivation and learning. *Psychological Review*, 45, 300-323.
- Mowrer, O. H. (1939). A Stimulus-response analysis of anxiety and its role as a reinforcing agent. *Psychological Review*, 46, 553-565.
- Mowrer, O. H. (1940). Anxiety-reduction and learning. *Journal of Experimental Psychology*, 27, 497-516.
- Mowrer, O. H. (1947). On the dual nature of learning: A reinterpretation of "conditioning" and "problem solving." *Harvard Educational Review*, 17, 102-148.
- Mowrer, O. H. (1948). Learning theory and the neurotic paradox. *American Journal of Orthopsychiatry*, 18, 571-610.
- Mowrer, O. H. (1949). Biological vs. moral "frustration" in personality perturbances. *Progressive Education*, 26, 65-69.
- Mowrer, O. H. (1950). *Learning theory and personality dynamics*. New York, NY: Ronald Press.
- Mowrer, O. H. (Ed.). (1953). *Psychotherapy: Theory and research*. New York, NY: Ronald Press.
- Mowrer, O. H. (1957). Some philosophical problems in psychological counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 4(2), 103-111.
- Mowrer, O. H. (1960a). *Learning theory and behavior*. New York, NY: Wiley.
- Mowrer, O. H. (1960b). *Learning theory and the symbolic processes*, New York, NY: Wiley.
- Mowrer, O. H. (1960c). "Sin" the lesser of two evils. *American Psychologist*, 15(5), 301-304.
- Mowrer, O. H. (1961). *The crisis in psychiatry and religion*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Mowrer, O. H. (1964). *The new group therapy*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Mowrer, O. H. (1966a). Abnormal reactions of actions? (An autobiographical answer). En J. A. Vernon (Ed.), *Introduction to psychology: A self-selection textbook*. Dubuque, IA: William C. Brown.
- Mowrer, O. H. (1966b). The behavior therapies, with special reference to modeling and imitation. *American Journal of Psychotherapy*, 20, 439-461.
- Mowrer, O. H. (1966c). Integrity Therapy: A self-help approach. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 3(3), 114-119.
- Mowrer, O. H. (Ed.). (1967). *Morality and mental health*. Chicago, IL: Rand McNally.
- Mowrer, O. H. (1968). New evidence concerning the nature of psychopathology. *University of Buffalo Studies*, 4,113-193.
- Mowrer, O. H. (1969). Conflict, contract, conscience, and confession. *Transactions, Department of psychiatry, Marquette School of Medicine*, 1, 7-19.
- Mowrer, O. H. (1971). Peer groups and medication, the best "therapy" for professionals and laymen alike. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 8(1), 44-55.
- Mowrer, O. H. (1972). Integrity groups: principles and procedures. *Counseling Psychologist*, 3(2), 7-33.
- Mowrer, O. H. (1973a). My philosophy of psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychology*, 6(1), 35-42.
- Mowrer, O. H. (1973b). Stress, constitution, character and Integrity Groups. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 10(3), 265-269.
- Mowrer, O. H. (1974). O. Hobart Mowrer. In G. Lindzey (Ed.), *A history of psychology in autobiography* (vol. VI, pp. 329-364). Englewood-Cliffs, NJ: Prentice-Hall
- Mowrer, O. H. (1980a). Integrity groups. En R. Herink (Ed.), *The Psychotherapy Handbook* (pp. 313-315). New York, NY: New American Library.
- Mowrer, O. H. (Ed.). (1980b). *Psychology of language and learning*. New York, NY: Plenum.
- Mowrer, O. H. (1983). *Leaves from many seasons*. New York: Praeger.
- Mowrer, O. H. y Jones, H. (1943). Extinction and behavior variability as a function of effortfulness of task. *Journal of Experimental Psychology*, 33, 369-386.
- Mowrer, O. H. y Mowrer, W. M. (1938). Enuresis - a method for its study and treatment. *American Journal of Orthopsychiatry*, 8, 436-459.
- Mowrer, O. H. y Ullman, A. D. (1945). Time as a determinant in integrative learning. *Psychological Review*, 52, 61-90.
- Mowrer, O. H. y Vattano, A. J. (1976). Integrity groups: A context for growth in honesty, responsibility, and involvement. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 12(3), 419-431.
- Nelson, L. J. (2003). *Rumors of indiscretion: The University of Missouri "Sex Questionnaire" scandal in the jazz age*. Columbia, MO: Missouri University Press.
- Page, C. (2017). Preserving guilt in the "Age of Psychology": The curious career of O. Hobart Mowrer. *History of Psychology*, 20(1), 1-27.
- Poschmann, H. (1964). *Penance and the anointing of the sick*. New York, NY: Herder.
- Pratt, S. y Tooley, J. (1966). Human actualization teams: the perspective of contract psychology. *American Journal of Orthopsychiatry*, 36, 881-895.
- Pratt, S. y Tooley, J. (1967). Action psychology. *Journal of Psychological Studies*, 15(3), 137-231.
- Price, J. (1968). The genetics of depressive behavior. En A. Coppen y A. Walk (Eds.), *Recent developments in affective disorders: A symposium* (pp. 37-54). Ashford, Kent, UK: Headley.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1970). *Carl Rogers on encounter groups*. New York, NY: Harper and Row.
- Rosenthal, D. (1970). *Genetic theory and abnormal behavior*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Selye H. (1974). *Stress without distress*. Philadelphia, PA: J.B. Lippincott Co.
- Shields, J. (1962). *Monozygotic twins brought up apart and brought up together*. London, UK: O. U. P.
- Ullmann, L. P. y Krasner, L. (1975). *A psychological approach to abnormal behavior*. Englewood-Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.

- Vattano, A. J. (1981). Integrity groups. En R. J. Corsini (Ed.), *Handbook of innovative psychotherapies* (pp. 430-442). New York, NY: Wiley
- Wolpe, J. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Wolpe, J. (1964). A reply to Mowrer's comments on reciprocal inhibition therapy. *Behavioral Research and Therapy*, 1, 339-341.
- Yablonsky, L. (1965). *The tunnel back: Synanon*. New York, NY: the Macmillan Co.
- Yalom, I. D. (1970). *The theory and practice of group psychotherapy*. New York, NY: Basic Books.