

168301



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

ESCUELA NACIONAL DE ESTUDIOS PROFESIONALES

IZTACALA



**U.N.A.M. CAMPUS
IZTACALA**

“¿ REALMENTE ES POSIBLE HABLAR DE
NO-DIRECTIVIDAD EN LA TERAPIA
CENTRADA EN EL CLIENTE DE CARL
ROGERS ?”

T E S I S A

PARA OBTENER EL TITULO DE :

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

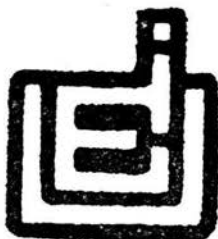
P R E S E N T A :

OLVERA ENCISO MA. DE LOS ANGELES

LOS REYES IZTACALA, MEXICO

1991

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**





Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradezco:

A Dios y a la vida por
la oportunidad que me
han dado de existir.

A mis padres y hermanos
por sus consejos y apoyo.

A mi abuelita, por sus
enseñanzas, amor y ter-
nura.

A Rafael, por su amor,
comprensión y apoyo,
incondicional.

A mis maestros por
compartir conmigo
sus conocimientos
y especialmente:

A Gabriela Delgado, por
el interés que siempre
mostró por éste trabajo.

A Leticia Maldonado, por
sus consejos y críticas
para crear un buen material.

A José Esteban Vaquero, por
sus consejos y ayuda, a lo
largo de mi carrera y en la
revisión de éste trabajo.

INDICE.

	pág.
INTRODUCCION	1
1.- ANTECEDENTES DE LA PSICOTERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE.	
1.1.- Surgimiento de la terapia centrada en el cliente.	5
2.- ELEMENTOS PRINCIPALES DE LA TERAPIA NO-DIRECTIVA, CENTRADA EN EL CLIENTE.	
2.1.- La relación terapéutica.	13
2.1.1.- Terapeuta (Características).	23
2.1.2.- Cliente (Características).	34
2.2.- Proceso Terapéutico.	38
2.2.1.- Las fases del proceso.	52
2.2.2.- Corolarios de la terapia.	55
3.- LA INSTRUMENTALIZACION DE LA ACTITUD DEL TERAPEUTA: EL REFLEJO.	
3.1.- Características principales.	61
CONCLUSIONES.	71
BIBLIOGRAFIA.	82

La psicoterapia centrada en el cliente es iniciada por Carl Rogers el cual se basa principalmente en las premisas de que el proceso psicoterapéutico es motivado por el impulso de la persona hacia el crecimiento, la salud y la adaptación; liberando a la persona de los elementos que obstaculizan su desarrollo normal. Este proceso está vinculado con la comprensión de las circunstancias del presente inmediato, más que a la intelectualización del pasado del cliente, la experiencia de la relación terapéutica es lo más importante del crecimiento de la persona. Rogers a través de su experiencia terapéutica ha llegado a la conclusión de que en todas las personas existe un potencial que las guía hacia la superación y sus impulsos -- positivos son guiados hacia el desarrollo.

Por otro lado Rogers define a la psicoterapia como una relación estructurada, permisiva, que da al cliente la oportunidad de comprenderse a sí mismo, adquiriendo la capacidad para emprender nuevas acciones positivas.

Rogers(1957,1975,1980) menciona que hay tres condiciones que facilitan o crean el clima propicio para el crecimiento que son:

-La congruencia referida al hecho de que mientras que el terapeuta sea él mismo en la relación, mayores serán las posibilidades de crecimiento que tendrá el cliente, como sabemos el terapeuta puede no ser congruente en todos los ámbitos de su vida, pero dentro de la terapia es una condición esencial esta con --
gruencia.

-La consideración positiva incondicional en la que el terapeuta muestra una actitud de aceptación tanto para las actitudes negativas como positivas del cliente esto quiere decir que se debe aceptar todos los sentimientos del cliente sin que influyan sus valores o juicios.

-La comprensión empática referida a que el terapeuta capta con toda precisión los sentimientos experimentados por el cliente esto es, ponerse en el lugar del cliente, haciendo del mundo de éste "como si" fuera el suyo propio.

Por otro lado no podemos dejar de mencionar el hecho de que se diga que la terapia centrada en el cliente sea una relación estructurada y con límites, siendo éstos uno de los problemas a los que se enfrentó Rogers en los primeros momentos de la psicoterapia no-directiva y se justifica diciendo que se comete un gran error al pensar que los límites son un --obstáculo para la terapia, tanto para el adulto como para el niño, y que los límites son --uno de esos elementos vitales que convierten a la situación terapéutica en un microcosmos en el que el cliente puede encontrar todos los --aspectos básicos que caracterizan la vida en --cuanto totalidad, los puede afrontar abiertamente y adaptarse a ellos.

Debido a su característica de permisividad es necesario que en la psicoterapia existan los límites principalmente para evitar las conductas destructivas de los individuos.

Sin embargo, y pese a que ésta es una de las críticas que más se le han hecho a la terapia no-directiva, se considera que es de suma importancia la existencia de los límites, esto es, por el hecho de que la persona fuera de la terapia se enfrenta a un sistema y a una sociedad, los cuales se rigen por una serie de leyes y normas morales, mismas que la persona tiene-- que respetar para considerarse como un ser adaptado y una completa permisividad provocaría -- una serie de reacciones patológicas; es decir, que la persona desarrollaría una inadaptación psicológica grave.

Es por esto, que en el presente trabajo se destaca la importancia del estudio de los elementos que fundamentan la posible no-directividad de la psicoterapia; entre los que destacan la relación y el proceso psicoterapéutico, así también, se consideran los antecedentes de ésta, explicando sus características y fundamentos.

I. ANTECEDENTES DE LA PSICOTERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE.

1.1.- Surgimiento de la terapia centrada en el cliente.

La psicoterapia centrada en el cliente es fundada por Carl Rogers, quien inicia sus estudios de Psicología en 1925 en la Universidad de Columbia en New York. Durante este período predominaban en el campo de la psicología norteamericana el psicoanálisis de Freud, el conductismo de Watson y la filosofía humanista de John Dewey, siendo esta última la que tuvo mayor influencia en el desarrollo de la psicoterapia de Carl Rogers.

En 1928 Rogers se estableció en el departamento de psicología infantil en la ciudad de Rochester, New York, en donde permaneció dos años, en los cuales tuvo la oportunidad de reflexionar sobre su práctica clínica; y concluyó que las teorías que aprendió durante sus estudios estaban muy lejos de lo que observaba -

en la práctica, así también, tuvo la impresión de que las técnicas que había aprendido eran poco eficaces, entonces, sin saber exactamente hacia donde se dirigía, decidió dejarse guiar por sus observaciones y lo que aprendía de las personas a las que ayudaba.

En 1940 cuando se le ofreció una catedra en la clínica de la Universidad de Ohio; se puso en contacto con el personal que estaba integrado por un grupo de jóvenes psicólogos clínicos muy activos quienes estaban influenciados por las ideas de Otto Rank y su "terapia de la relación" y que en esa época eran reconocidos como el "grupo filadelfia".

Es esta influencia la que sirvió como punto de partida para la creación de la psicoterapia de Rogers y es él quien dice: "Durante el período 1930-1940, estube desarrollando una -- técnica de trabajo con personas, influido por mi entrenamiento freudiano en el instituto de psicoterapia infantil; por mi experiencia con niños y adultos, por la influencia del pensa-- miento Rankiano con el que había estado en con

tacto gracias a algunos compañeros que lo habían estudiado en la escuela de trabajo social de Filadelfia y por las disertaciones con los miembros de mi propio equipo. Sin embargo, no sabía que, aunque consciente de que estaba desarrollando mi propio sistema de trabajo... seguía básicamente una psicoterapia importante, pero no diferente de la que seguían otros". (Rogers, 1974).

En 1940-45 Rogers no se sentía convencido con la terapia de la relación ya que pensaba - que no podía quedarse simplemente como una psicoterapia en los dominios del arte, le inquietaba mucho que no tuviera técnicas específicas y que fuera muy mística.

Es entonces cuando se pone a trabajar con un grupo de psicólogos clínicos y analizan sesiones grabadas de la terapia que ellos practican y que carecían de toda clase de dirección por parte del terapeuta (consejos, sugerencias, interpretaciones, etcétera), es cuando surge el nombre de terapia "No-Directiva".

De ahí podemos decir que la terapia no-directiva consiste en dos tesis fundamentales -- que son:

1.- El tener un punto de vista original de no interferencia y respeto a la persona.

2.- Contar con técnicas que sirven para instrumentarlo. Teniendo como objeto primordial el crecimiento, libertad e independencia de la persona del cliente.

Durante el proceso terapéutico, si la persona que recibe ayuda siente la necesidad de recibirla, tiene una inteligencia mínima suficiente y no está rodeada de un medio ambiente totalmente adverso; si el terapeuta actúa como facilitador de la expresión, y no interviene directamente y se logra una buena relación entre los dos, el cliente:

a).- Sentirá una creciente aceptación de sus expresiones y manifestaciones de sentimientos como propios.

b).- Reconocerá y aceptará la imagen que se forma gradualmente de sí mismo.

c).- Tomará decisiones más responsables.

d).- Adquirirá un conocimiento de sí mismo más profundo.

e).- Y crecerá hacia la independencia personal.

Cabe destacar la gran confianza que Rogers tiene en el ser humano siendo su hipótesis principal la que el hombre cuenta con potencialidades que lo guían al crecimiento, libertad e independencia y esta filosofía es la que lo llevó al éxito de su psicoterapia.

Rogers afirma que en su experiencia ha descubierto que el hombre tiene características -- que parecen inherentes a su especie, y los términos que en diferentes ocasiones se ha enfrentado se ha dado cuenta que el hombre es positivo, que se mueve hacia adelante, constructivo, -- realista y digno de confianza, él se inclina a creer que ser totalmente un ser humano, es penetrar en el complejo proceso de ser una de las -- criaturas de este planeta, más ampliamente sensible, responsiva, creativa y adaptable.

Y esto traducido a las propias palabras - de Rogers; "simpatizó poco con el concepto de que el hombre es básicamente irracional y que sus impulsos, si no son controlados conducirán a la destrucción de otros y de sí mismo. La - conducta del hombre es exquisitamente racional se mueve ordenada y perspicazmente compleja -- hacia las metas que su organismo se esfuerza - por alcanzar. La tragedia para la mayoría de - nosotros es que nuestras defensas nos impiden darnos cuenta de esta racionalidad, de suerte que de manera conciente nos movemos en una dirección, mientras que organizmicamente nos estamos moviendo en otra.

Pero en nuestra persona que está viviendo el proceso de la vida plena habría un número - cada vez menor de dichas barreras, y creciente mente sería un participante en la racionalidad de su organismo. El único control de impulsos que existitía o que demostraría ser necesario es el interno y natural balance de una necesidad contra otra, y el descubrimiento de con-- ductas que siguen el vector que más cercanamente se aproxima a la satisfacción de todas las necesidades".

Después de esta reseña histórica y la presentación de la filosofía de Carl Rogers, podemos mencionar que la terapia centrada en el cliente aparece como tal en 1951, bajo la misma hipótesis de que el hombre tiende al crecimiento, libertad e independencia. Rogers en esta época inicio un arduo trabajo de práctica - psicoterapéutica seguida por el análisis de las grabaciones de consultas para identificar las constantes que facilitaban el proceso de crecimiento en las personas que acudían a terapia, el cual está motivado por el impulso de la persona hacia el crecimiento, la salud y la adaptación y que consiste principalmente en liberar a la persona de los elementos que obstaculizan su desarrollo normal. Está también vinculado a la expresión y clarificación de los sentimientos que la comprensión intelectual de la experiencia; por otro lado encontramos que la psicoterapia centrada en el cliente se basa -- principalmente en el presente inmediato más que en el pasado de la persona que recibe ayuda la experiencia de la relación terapéutica es el elemento determinante del crecimiento en este proceso terapéutico.

De aquí se desprende la importancia de la relación terapéutica como elemento fundamental de la psicoterapia centrada en el cliente de Carl Rogers. Es por eso que surge la necesidad de profundizar y explicar de manera más que -- descriptiva los elementos en los que se basa esta psicoterapia, y son presentados en el siguiente capítulo.

II. ELEMENTOS PRINCIPALES DE LA TERAPIA NO-DIRECTIVA.

2.1.- La relación terapéutica.

La psicoterapia no-directiva ó centrada - en el cliente, no es un modelo de psicoterapia psicológica más, es una forma de crecer como - individuos de acuerdo con las premisas que la respaldan, las cuales proponen que el hombre - está lleno de potenciales los cuales debe desarrollar para un crecimiento sano, y para lograr este desarrollo pleno de sus potencialidades - es necesario, que exista congruencia entre lo- que es y lo que se desea ser, esto es, que en- cuentre una adaptación plena a la vida, sin dejar de lado el sistema social en el que se de- senvuelve. Así se desprende la necesidad de en- contrar esos parámetros que el individuo re-quiere para lograr esta adaptación.

La gente que en algún momento de su vida siente la necesidad de crecimiento, acude a terapia en busca de un saber, de un conocerse a sí mismo, de una respuesta a sus necesidades - psicológicas.

Por lo que podemos presumir que el objetivo de la psicoterapia centrada en el cliente - de Carl Rogers no es resolver un problema específico, sino más bien ayudar al cliente a crecer para que se enfrente al problema que le -- agobia y a problemas que se le presenten poste riormente, de una manera más integrada. Porque si el cliente puede tener suficiente integra-- ción para solucionar sus problemas de una mane ra por demás independiente, responsable y orga nizada, será capaz de enfrentar y manejar los problemas que se le presenten a futuro en la - misma forma.

Al reconocer que esta psicoterapia es muy especial y definitivamente diferente a otras, entraremos de lleno a explicar la relación te- rapéutica como elemento fundamental del proceso psicoterapéutico y así contestar de alguna ma- nera a la incognita que nos ocupa: ¿Realmente es posible hablar de no-directividad en la te- rapia centrada en el cliente de Carl Rogers?.

Rogers (1958) postula que "una relación de ayuda, es aquélla en la que debería surgir en una o ambas partes, un esfuerzo encaminado a obtener una mejor expresión y un considerable uso funcional de los recursos internos latentes en el individuo".

En 1961 y sosteniendo su postura Rogers afirma: " La relación de ayuda es aquélla en la que uno de los participantes intenta hacer surgir de una o ambas partes una mejor apreciación y expresión de los recursos latentes del individuo y un uso más funcional de éstos". Ganar la confianza del otro no exige una rigida estabilidad, sino que supone ser sincero y auténtico, porque si "creo una relación conmigo mismo-esto es, si puedo percibir mis propios sentimientos y aceptarlos seguramente lograré una relación de ayuda con otra persona".

Rogers (1968) nos da una amplia explicación de lo que es la relación terapéutica, y nos dice: "La relación terapéutica requiere una aceptación cordial y la ausencia de cualquier tipo de presión o coacción personal por parte del orientador, de tal manera que permi-

ta en todo lo posible la expresión de sentimientos actitudes y problemas por parte del orientador". La relación está bien estructurada, con límites respecto al tiempo, a las relaciones de dependencia y a las manifestaciones de agresividad que pueda tener el cliente, así como, con otra serie de limitaciones de responsabilidad y afectivas que el orientador se impone sobre sí mismo. En esta experiencia única de completa libertad afectiva, dentro de comprender sus impulsos y modelos de conducta positivos, como en ningún otro tipo de relación.

Kinget (1971) expone que en el caso de la psicoterapia centrada en el cliente de Carl Rogers, el establecimiento de la relación es tarea del terapeuta y que en esta relación el cliente al mismo tiempo que adquiere una conciencia de sí mismo cada vez mayor, se actualiza en el sentido de la autodeterminación. Tomando en cuenta que en el establecimiento de este tipo de relación el terapeuta actúa en base al marco de referencia del cliente.

Lerner (1978) nos dice que "La relación - de la psicoterapia no-directiva o centrada en el cliente es igualitaria; en ella el cliente es al mismo tiempo objeto sobre el que se "centra" la relación y agente que impulsa la dinámica relacional, el terapeuta colabora en esta relación mediante cierta actitud ya examinada la que cataliza el proceso evolutivo de la psicoterapia".

De acuerdo con estas definiciones de la -- relación terapéutica, nos atrevemos a afirmar que realmente la psicoterapia centrada en el cliente es no-directiva, ya que esta relación como primer elemento de ésta, nos demuestra, que se da la libertad al cliente de expresar sus sentimientos de manera abierta y sin amenazas, además nos muestran que la relación es en sí misma diferente a cualquier otra, por lo que procedemos a mostrar las características que posee esta relación.

Rogers (1968) y Gondra (1978) afirman que las características de la relación son:

1.- Debe existir por parte del orientador una actitud acogedora que haga posible la armonía que gradualmente conduzca a una relación afectiva más profunda. Sin embargo, es una relación controlada, un lazo afectivo con unos límites definidos, se manifiesta en un interés auténtico por el cliente y una aceptación de él como persona. La actitud más sabia de un terapeuta es evitar los extremos de frialdad o de demasiada implicación afectiva, crear un clima caracterizado por la cordialidad, el interés, la apertura y controlar decididamente los vínculos afectivos que puedan surgir.

2.- Esta característica se refiere a la permisividad concerniente a la expresión de sentimientos y actitudes; se brinda un espacio donde el cliente puede traer todos los impulsos prohibidos y las actitudes silenciadas que complican su vida al irse liberando de las inhibiciones que no se lo hacían posible.

3.- Los límites es otra característica de la relación y juegan un papel muy importante - dentro de ésta, ya que a pesar de que existen también límites claros en la actuación durante la entrevista, lo cual ayuda a proporcionar - una estructura en la que el cliente puede alcanzar la captación intuitiva de sí mismo. Nos equivocamos gravemente al pensar que estas limitaciones pueden ser un obstáculo en la terapia. Es con el adulto y con el niño, uno de los elementos vitales que hacen de la relación terapéutica un microcosmos en el que el cliente se encuentra con todos los aspectos básicos - que caracterizan su vida, se enfrenta abiertamente con ellos y se adapta a ellos.

De ahí la importancia de exponer los límites utilizados en la relación centrada en el cliente:

a).- Limitaciones de responsabilidad, que el orientador debe establecer con claridad el grado en el que se va a responsabilizar por - los problemas y acciones del cliente. Es impor

tante que quede claro que la responsabilidad - de la terapia es del cliente y no del terapeuta.

b).- Limitaciones de tiempo; se refieren a la duración de la entrevista y como cualquier otra limitación, ayudan a hacer la situación - terapéutica semejante a cualquier otra situación de la vida diaria. Los límites temporales son acuerdos arbitrarios de los hombres, a los cuales el cliente debe adaptarse. Se ha demostrado a través de la experiencia de terapeutas que el proceso terapéutico se desarrolla mejor cuando las limitaciones respecto al tiempo están claramente establecidas y se respetan.

c).- Limitaciones en cuanto a las acciones agresivas; esta limitación es aplicada exclusivamente a la " terapia de juego ", con clientes muy jóvenes, es la limitación de dañar a otros o su propiedad.

d).- Limitaciones en las expresiones de afectividad, y son las más importantes de la - situación terapéutica, es el grado de afecto - que el terapeuta ha de manifestar. Puede resul

tar problemático cuando el cliente manifiesta el deseo de continuar la relación socialmente fuera de las horas de visita. La solución más constructiva sera señalarle que el afecto y el no consentir siempre todo, son partes de una misma relación y que ésta puede ser satisfactoria incluso con estas limitaciones.

4.- Esta característica se refiere a la ausencia de cualquier tipo de coacción o presión. El terapeuta evita introducir sus propios deseos, sus propias acciones o prejuicios en las situaciones terapéuticas; el tiempo es del cliente no del orientador. Esta característica es la base positiva para el crecimiento personal y la maduración para la elección consciente y la integración autodirigida en un ambiente preparado, de esta forma tiene lugar el crecimiento.

Estas características son las que conllevan a un mejor desarrollo de la relación terapéutica; ya que como Rogers y Gondra han expuesto, la relación terapéutica, es una relación donde el terapeuta juega un papel muy importan

te, porque él es quien crea un ambiente de -- aceptación y calidez, no presiona en ningún momento, dando así la libertad al cliente de -- guiarse como lo desee durante la hora de la entrevista, y propone los límites, los que son - implementados para la seguridad del cliente.

No obstante, la terapia no-directiva ha - sido muy criticada sobre todo en sus inicios, por la existencia de límites. Tomando en cuenta que la terapia se centra en el individuo, y analizando bien estos límites nos daremos cuenta de que son utilizados para la seguridad del cliente, porque al salir de la terapia se en--frenta a una sociedad donde existen leyes y -- normas (límites), que el individuo debe respetar y a las cuales también tiene que adaptarse, por su propio bien.

Retomando la importancia del terapeuta en la relación centrada en el cliente; pasaremos entonces a mostrar las características que el terapeuta centrado en la persona debe poseer - para lograr establecer una exitosa relación - con su cliente.

2.1.1.- Terapeuta (Características).

El terapeuta debe dialogar con una persona no con un problema por lo que debe interesarse por su integración, respetar su personalidad y aceptarla, observar los sentimientos asistiendo (no dirigiendole), para liberar sus energías; en un presente inmediato procurandole así una relación interpersonal a su convivencia. El terapeuta centrado en el cliente es el primero en creer en las fuerzas constructivas del individuo y porque cree en ellas se esfuerza sólo - en liberarla.

Así entonces el terapeuta debe cumplir con ciertas actitudes que consisten en ver a su --- cliente como una persona que tiene la capacidad de desarrollarse plenamente.

La primera de estas actitudes es la identificación empática, que trata de percibir al --- cliente, a través de los ojos del cliente, como el se ve a sí mismo de comprender con el cliente, de adoptar su cuadro interno, el terapeuta se hace casi un segundo yo del cliente.

Otra condición que debe cumplir el terapeuta es la que se refiere a la congruencia, - esto es, presentar una aceptación de sí mismo, así como una adaptación, ya que el terapeuta - no creara en la capacidad del cliente para llevar a cabo su reorganización, si el mismo no - ve en sí la prueba de esta capacidad, que es - su propia integración y adaptación, cabe destacar que el terapeuta puede no ser congruente - en todos los aspectos de su vida, pero en la - terapia es muy importante que esta congruencia exista.

Una tercera condición que el terapeuta debe cumplir es la consideración positiva incondicional que es la aceptación cálida de cada - aspecto de la experiencia del cliente como si fuera propia sin poner condiciones a esta aceptación de modo que rodee al cliente de una atmósfera de seguridad y de libertad de expresión.

Lerner (1978) señala que el terapeuta cen-
trado en el cliente se despoja de todo aquello
que lo muestra como "autoridad" ante el clien-
te. Evita cuidadosamente el problema que se le
expone ya que en realidad su rol es el de un -
"catalizador", cuya presencia, cuyo ser desen-
cadenará en el cliente ciertos procesos endóge-
nos hacia la recuperación que Rogers sostiene
están latentes en todo individuo. El terapeuta
no sólo respeta y valora a su cliente como ser
humano sino que además, tiene una confianza bá-
sica en la "tendencia actualizante" de éste pa-
ra que, provisto el clima psicológico, llegue
a comprenderse a sí mismo y resuelva por sí so-
lo los propios problemas.

La psicoterapia centrada en el cliente --
sostiene que el factor operativo en el éxito -
de la terapia reposa más en las calidades per-
sonales del terapeuta que en su formación cientí-
fica. En resumen se tienen como característi-
cas del terapeuta las siguientes:

a).- La empatía que se refiere a la capacidad de ubicarse en la situación del otro, en su mundo subjetivo y percibir (hasta donde es posible) la realidad como la ve el otro, en términos corrientes "meterse en su pellejo", sin perder la propia existencia emocional.

b).- La autenticidad o congruencia, la cual expresa el acuerdo interno entre la noción del yo y el organismo del terapeuta. El poder brindar al cliente la atmósfera relacional de calidez y seguridad, imprescindible para el progreso terapéutico, exige constancia en los sentimientos del terapeuta hacia el cliente, lo que sólo puede brotar de la autenticidad de tales sentimientos.

c).- La consideración positiva incondicional, que es un sentimiento positivo hacia el cliente relacionado con lo que se llama habitualmente aprecio, simpatía, respeto, aceptación, calidez. En terminos generales diríamos que la aceptación es sobre todo con respecto a la persona, el agente, y no el acto particular.

Rogers y Col. (1967) se han preguntado como puede ser que individuos distintos puedan - actuar con igual eficacia en una relación de - ayuda y allanar al cambio constructivo o el desarrollo y llegan a la conclusión de que ello se debe a que aportan ciertos ingredientes de actitud a la relación y estos ingredientes son:

1.- La congruencia se refiere a que el terapeuta actúa de manera auténtica, sin ningún frente o pantalla, expresando abiertamente los sentimientos y actitudes que en ese momento -- fluyen en su interior; esto es, que los senti- mientos expresados por el asesor son accesi--- bles para él y su conciencia; significa que el asesor entra en un encuentro personal directo con su cliente, un encuentro de persona a per- sona, significa que es el mismo, que no niega su personalidad.

2.- La empatía referida a la capacidad de percibir el mundo interior del cliente integrado por significados personales y privados como

ANÁLISIS CON
PALABRA DE ORIGEN

Rogers y Col. (1967) se han preguntado como puede ser que individuos distintos puedan - actuar con igual eficacia en una relación de - ayuda y allanar al cambio constructivo o el - desarrollo y llegan a la conclusión de que ello se debe a que aportan ciertos ingredientes de actitud a la relación y estos ingredientes son:

1.- La congruencia se refiere a que el terapeuta actúa de manera auténtica, sin ningún frente o pantalla, expresando abiertamente los sentimientos y actitudes que en ese momento -- fluyen en su interior; esto es, que los sentimientos expresados por el asesor son accesibles para él y su conciencia; significa que el asesor entra en un encuentro personal directo con su cliente, un encuentro de persona a persona, significa que es el mismo, que no niega su personalidad.

2.- La empatía referida a la capacidad de percibir el mundo interior del cliente integrado por significados personales y privados como

si fuera el propio, pero sin perder nunca ese "como si". Percibir como propias la confusión del cliente su timidez o enojo, su sensación - de que lo tratan injustamente pero sin dejar - que se unan a la propia incertidumbre.

3.- Aprecio incondicional; cuanto más incondicional sea el aprecio positivo, tanto más eficaz será la relación, entendiéndose por incondicional, el hecho de que el asesor aprecia al cliente de una manera total en vez de condicional. Cuando este aprecio sin valoraciones - está presente en el encuentro entre el asesor y el cliente, hay más posibilidades de que éste último cambie y se desarrolle de manera -- constructiva.

El terapeuta debe ser, dentro de los confines de la relación, una persona congruente, genuina e integrada; él es libre y profundamente él mismo, con su experiencia real exactamente representada por su conciencia. Esto es lo opuesto a la presentación de una fachada, ya - sea dándose cuenta o sin darse cuenta.

El propósito no es que el terapeuta hable o exprese sus propios sentimientos, sino sobre todo que no esté engañando a su cliente en lo que respecta a sí mismo, a esto le llamamos autenticidad, y es indispensable en la terapia.

Otra condición es el aprecio positivo incondicional que implica el mismo sentimiento de aceptación de la expresión de sentimientos buenos, positivos, maduros de confianza, sociales, la misma aceptación de las formas en que incongruente como de las formas en que es congruente.

Y por último el terapeuta experimenta una comprensión empática y precisa del conocimiento que el paciente tiene de su propia experiencia; sentir el mundo privado del paciente como si fuera el propio, pero sin perder la cualidad de "como si".

El crecimiento personal se facilita cuando el orientador es lo que es, cuando en la relación con su cliente es honesto y sin máscara o

dobles, siendo abiertamente los sentimientos y las actitudes los que en ese momento están fluyendo en él, a esto le llamamos congruencia, donde los sentimientos que el orientador está experimentando son accesibles a él, a su conciencia, mientras más genuino y congruente sea el terapeuta en la relación, habrá mayores probabilidades de que ocurra un cambio en la personalidad del cliente.

Por otro lado para lograr este crecimiento es que el orientador experimenta una exacta -- comprensión empática del mundo privado de su cliente y es capaz de comunicar algunos de los fragmentos significativos de esa comprensión. Esta clase de empatía elevadamente sensitiva -- parece importante para hacer posible que una persona se acerque a sí misma y aprenda a cambiar y desarrollarse.

Además existe otra condición en donde es más probable que el desarrollo y el cambio del cliente ocurran, mientras más tome el orientador una actitud afectuosa, positiva y aceptante hacia lo que hay en el cliente, se refiere

a un sentimiento no paternalista, ni sentimental, ni superficialmente social y aceptable. - Respeto a la otra persona como un individuo - aparte y no se posesiona de él. Es una especie de agrado que no exige y que tiene fuerza.

Gondra (1978) nos muestra tres características del terapeuta y son:

1.- El terapeuta es una persona profundamente comprometida en una relación personal, - es un ser abierto al diálogo, y en cuanto tal su cualidad más importante es la de la autenticidad o congruencia de su persona, referida -- principalmente a que el terapeuta debe ser él mismo abierta y libremente dentro de la relación; la congruencia es la esencia curativa y promotora de crecimiento en psicoterapia.

2.- La consideración positiva incondicional que es formulada en los siguientes términos; "en la medida en que el terapeuta se halla experimentando una cálida aceptación de todos

los aspectos de la experiencia del cliente en cuanto partes integrantes del mismo, está experimentando consideración positiva incondicional".

3.- La comprensión empática que "es la -- disposición y capacidad de percibir el marco -- de referencia interno del cliente, tal como és te lo percibe. Es un esfuerzo por entrar dentro de su campo fenoménico o mundo interior -- del cliente, y percibirlo como si se tuviesen otros ojos que los del cliente".

Lafarga (1989) afirma que el terapeuta de be escuchar, mantener la atención no dividida en lo que la otra persona esté diciendo y nos dice que existen tres condiciones o caracterís ticas del terapeuta y que éste debe cumplir pa ra lograr el cambio en la persona y son:

1.- Escuchar lo que el otro esta viviendo y vivirlo y sentirlo como el otro, ponerse en sus zapatos.

2.- La congruencia entre lo que explica--
mos y comunicamos, congruencia entre la expe--
riencia interna y la palabra que se manifiesta.

3.- Actitud positiva incondicional hacia
otra persona, nada de lo que diga el cliente o
haga va a recibir como respuesta rechazo.

Estas son las características que el tera
peuta debe cumplir dentro de la relación en --
psicoterapia centrada en el cliente para que e
se cumpla el proceso de cambio en la persona.

Sin embargo, cabe aclarar que el terapeuta
puede no ser congruente en todos los aspectos
de su vida, pero en la terapia es de suma impor
tancia que lo sea. Y Rogers nos lo aclarará di--
ciendo; "no se trata de exigir que el terapeu-
ta sea perfectamente congruente en todo momen-
to, en todos los ámbitos de su vida, sino que
debe ser congruente en su relación con el clien
te en el momento de la terapia".

2.1.2.- Cliente (Características).

Para Rogers el cliente es ante todo una persona humana que tiene las siguientes características:

- La de ser una totalidad, un organismo.
- Independiente y autónomo.
- En el que los sentimientos juegan un papel muy importante.
- Que posee una capacidad, una tendencia a desarrollarse, a crecer plenamente, a conocerse, a dirigirse, a adaptarse, a encontrar su equilibrio.
- En un presente inmediato.
- Y en determinadas condiciones interpersonales.

Tenemos entonces como características del cliente, el que éste se encuentre en un estado de incongruencia, vulnerabilidad y ansiedad. Tomando la incongruencia como una discrepancia entre la experiencia real del organismo y el yo del individuo, en tanto representa a esa ex

perencia. Cuando el individuo no se da cuenta de dicha incongruencia en sí mismo entonces es simplemente vulnerable a la posibilidad de ansiedad y desorganización. Si el individuo percibe oscuramente dicha experiencia en él mismo, entonces ocurre un estado de tensión conocido como ansiedad. Cabe destacar que la correlación de la incongruencia entre el yo y la experiencia; desde luego una correlación baja o negativa representa un alto grado de incongruencia.

Gondra (1978) afirma que antes de crear una relación terapéutica eficaz, el terapeuta ha de seleccionar a los clientes de acuerdo a las siguientes características:

- 1.- El cliente debe experimentar un estado de tensión o incomodidad, y ésta ha de ser más fuerte que la procedente de la tarea de solucionar sus conflictos.

2.- El cliente ha de tener una cierta capacidad para enfrentarse con la vida, lo cual supone una capacidad y estabilidad necesarias como para poder controlar, los elementos de la situación y mas circunstancias ambientales que nos sean inalterables.

3.- El cliente ha de tener la oportunidad de expresar libremente sus conflictos para lo cual se supone que posee una capacidad de expresión de los mismos, y un deseo al menos inconsciente de ser ayudado por la terapia.

4.- El control familiar sobre el cliente no ha de ser tan rígido que le impida una razonable independencia, tanto física como emocional.

5.- Asimismo el cliente ha de estar libre de toda excesiva inestabilidad, especialmente en la debida a causas orgánicas.

6.- El cliente debe poseer la suficiente inteligencia como para poder afrontar sus problemas, estimándose en posesión de la misma -- aquellas personas cuya inteligencia alcance por lo menos un nivel medio inferior.

7.- El cliente ha de tener la edad adecuada para la terapia la cual comprende el período que va de los 10 años a los 60 años.

Rogers (1980) y Lerner (1978) se refieren al cliente como el protagonista de la terapia (ya que la misma se centra en él). El cliente viene a terapia con una óptica distorsionada y distorsionadora aplicada a el sí mismo y a su mundo, lo cual se puede entender como una incongruencia entre el yo y la experiencia.

Estos autores definen las características del cliente en función de la percepción que es te mismo tiene de el terapeuta y son:

1.- Que el terapeuta sea una figura parental que resuelva sus problemas y dirija sus vidas.

2.- Que actúe como un cirujano psíquico, que lo opere más o menos dolorosamente y lo - reconstruya aún contra su voluntad.

3.- Que el terapeuta le ofrezca consejos, para aceptarlos y combatirlos.

4.- El temor de ser herido en la relación, por experiencias previas y desafortunadas con otros psicoterapeutas.

5.- Que el terapeuta sea una prolongación de la autoridad que lo derivó.

6.- Que se vea obligado a resolver sus - propios problemas en las sesiones, por cierto conocimiento de esta terapia, lo cual puede ser positivo o muy amenazador.

2.2.- Proceso Terapéutico.

El proceso terapéutico es otro elemento fundamental para el desarrollo de la psicoterapia no-directiva ó centrada en el cliente, por

lo tanto no debe quedar de lado y se describe a continuación.

Rogers desde 1940 sintió una gran preocupación por el crecimiento del cliente que acude a terapia y supone que una vez dado el clima terapéutico de calor y confianza, el cliente dará rienda suelta a sus sentimientos, podrá verse sin defensas, reconocerse y aceptarse--podrá a sí mismo tomar decisiones personales bajo su propia responsabilidad y como consecuencia tomar sus propias decisiones; así --también ganará más insight (reconocimiento de su yo), y se encaminará hacia una nueva integración, ganando así más independencia.

Posteriormente Rogers reduce el proceso terapéutico, diciendo que el cliente no sentirá necesidad de estar a la defensiva sobre sus sentimientos, sean estos positivos o negativos y se aceptará tal como es, es este insight el siguiente paso del proceso, dando lugar al esclarecimiento de las posibles decisiones y ---



U.N.A.M. CAMPUS
IZTACALA

acciones, a esto seguirán nuevos insights y el individuo sentirá más confianza en el autocontrol de sus acciones positivas que irán siempre en aumento y al mismo tiempo sentirá menos necesidad de ayuda por parte de otros. Con esto podemos afirmar que la postura de Rogers ante el proceso de cambio en la persona es la gran confianza que tiene en las potencialidades del individuo para crecer, para obtener su independencia, y su autoconfianza por lo que afirma. " la terapia no es una situación de laboratorio; sino que la terapia es el cambio mismo".

Rogers (1947-1961) y Lerner (1978) describen el proceso terapéutico en función del concepto del yo, dividiendo el proceso en dos períodos fundamentales:

- 1.- La desorganización de la personalidad.
- 2.- Su organización.

Examinando el sentido de ambos períodos, se comprende que son la expresión del proceso de cambio básico de la personalidad que sufre el cliente para lograr su rehabilitación psicológica. Y se explica así:

El desacuerdo interno que expresa la incongruencia entre su noción del yo y su organismo, el cliente progresa en la terapia exitosa hacia un creciente acuerdo interno que se refleja en lo externo y lo hace a través de una adaptación sociofamiliar mejor y más realista.

Los cambios que experimenta el cliente en el proceso terapéutico, comienza por lo común hablando de sus problemas y síntomas. A medida que avanza en su terapia pasa a expresar una comprensión gradual de las relaciones entre sus conductas pasadas y presentes. La verdadera naturaleza de la personalidad del paciente tiende a desplegarse ante la auto-observación, fomentada por la relación psicoterapéutica. El

cliente toma conciencia de las ventajas de conocerse mejor, ya que existe mayor aceptación de sí mismo, más autoaprecio, más autorespeto, las normas son basadas en la propia experiencia y no actitudes o deseos de otros, las auto percepciones son objetivas y fieles hay mayor comodidad al actuar sobre las bases de estas percepciones, mayor capacidad de ser espontáneo y auténtico, adquiere más independencia y capacidad de afrontar los problemas de la vida y algo muy importante, la "noción del yo" real e ideal se acercan.

Seguimos en el sentido de estudiar el proceso psicoterapéutico como un continuo cambio en la personalidad del cliente como protagonista del encuentro, ya que la terapia se centra en él. Encontramos entonces que para el cliente tiene más importancia la afectividad, comprensión e interés del terapeuta que otras variables como sexo, apariencia o modales de este último. Además a medida que progresa la terapia, el cliente descubre invariablemente que

él es responsable de sí mismo, lo cual lo angustia por un lado y por otro lo gratifica.

El cliente va sintiendo durante su autoexploración la posibilidad de que surjan cambios insospechados en su personalidad, los cuales - desea y teme a la vez. A medida que el cliente va experimentando su ablandamiento de las rígidas defensas de su noción del yo ésta se hace lo suficientemente permeable como para permitir la concientización o simbolización correcta de las experiencias negadas, afloran así sentimientos profundos inéditos que sorprenden al cliente.

Por otro lado cuando el cliente experimenta progreso va madurando y edificando progresivamente una noción del yo actualizada y autónoma, así como alimentando su impulso de llegar a la meta de la recuperación total. Con esto - podemos entrar a las reacciones que el cliente experimenta al finalizar la terapia, y podemos afirmar que estas reacciones varían según

el cliente, algunos experimentan sentimientos de pérdida y abandono, otros experimentan seguridad y deseos de probarse solos, cabe aclarar que el final de la terapia es decisión del cliente.

Gran parte del proceso de la terapia consiste en descubrir constantemente por parte del cliente que está experimentando sentimientos y actitudes que hasta entonces no había sido capaz de advertir y poseer como parte de sí mismo. El individuo adquiere mayor capacidad de escucharse a sí mismo y experimentar lo que ocurre en su interior, se abre a sus sentimientos de miedo, desánimo y dolor, así como a los de coraje, ternura y pánico. Existe también -- una mayor apertura a la experiencia, una tendencia al vivir existencial y se observa con claridad en las personas que se han embarcado en el proceso de la vida plena, adquieren a su vez una mayor confianza en el organismo y una tendencia a un funcionamiento pleno que trae -- como consecuencia que el individuo experimente

todos sus sentimientos y que éstos le inspiren menos temor.

Selecciona sus propias pruebas y está más abierto a las que proceden de cualquier otra - fuente, se dedica de lleno a ser y convertirse en sí mismo y así descubre que es un ser auténticamente social, dotado de un sentido realista, vive por completo en el momento, pero ---- aprende que ésta es la mejor manera de vivir - en cualquier ocasión. Se convierte en un organismo que funciona de modo más integral y gracias a la conciencia de sí mismo que fluye libremente en su experiencia, se transforma en - una persona de funcionamiento pleno.

Rogers (1961) y Patterson (1978) proponen que el proceso terapéutico se da por etapas que van desde aquella en que el individuo se encuentra en un estado de fijesa en sus sentimientos a un estado de fluidez de esos sentimientos, y son:

1.- Existe cierta resistencia a comunicar el sí mismo; la comunicación sólo se refiere a hechos externos, los sentimientos y significados personales no se reconocen ni se admiten como propios, en esta etapa no se reconocen ni perciben los problemas, no hay deseos de cambiar.

2.- La expresión comienza a fluir en relación con temas ajenos al sí mismo, los problemas se perciben como externos al sí mismo no hay sentido de la responsabilidad personal en relación con los problemas, pueden manifestarse sentimientos, pero no se los reconoce como tales ni como propios, la diferenciación de los significados y sentimientos personales es burda, pueden expresarse contradicciones, pero son pocas las que se reconocen como tales.

3.- En esta etapa hay un ligero avance ya que las expresiones referentes al sí mismo como objeto fluyen con mayor libertad, las experiencias relacionadas con el sí mismo también

se expresan como si fueran objetos, el sí mismo se expresa como un objeto reflejado que existe principalmente en los demás, con frecuencia se expresan o describen sentimientos o significados personales no pertenecientes al presente, la aceptación de los sentimientos es mínima, la mayor parte de ellos se revela como vergonzoso, malo, anormal o inaceptable por alguna otra razón, los sentimientos exhiben y luego a veces son reconocidos como tales, la experiencia se describe como algo perteneciente al pasado o como algo totalmente ajeno al sí mismo, los constructos personales son rígidos, pero pueden ser reconocidos como constructos y no como hechos externos, la diferenciación de sentimientos y significados es ligeramente más nítida y menos global que en las anteriores etapas. Se reconocen las contradicciones de la experiencia y las elecciones personales suelen considerarse ineficaces.

4.- El cliente describe sentimientos más intensos, del tipo presente-pero no ahora, los sentimientos se describen como objetos del presente, en algunas oportunidades se expresan -- sentimientos en tiempo presente, que irrumpen casi en contra de los deseos del cliente; hay una tendencia a experimentar los sentimientos en el presente inmediato; esta posibilidad va acompañada de desconfianza y temor, la aceptación franca de sentimientos es escasa, si bien se observa en alguna medida, la experimentación está menos ligada a la estructura del pasado es menos remota y en ocasiones puede producirse con escasa distancia temporal, la construcción de la experiencia adquiere mayor flexibilidad, se descubren algunos constructos -- personales, se los reconoce con claridad como tales y se comienza a cuestionar su validez, la diferenciación de sentimientos, constructos y significados personales aumenta constantemente y existe cierta tendencia a procurar la exactitud en la simbolización, se advierte la preocupación que inspiran las contradicciones y congruencia entre la experiencia y el sí mismo, -

existen sentimientos de responsabilidad propia en relación con los problemas, si bien son vacilantes, pese a que todavía alguna relación íntima aún le parece peligrosa, el cliente se arriesga y se atreve a relacionarse en cierta medida a partir de sus sentimientos.

5.- Nos muestra como la flexibilidad va creciendo por el hecho de que los sentimientos se expresan libremente en tiempo presente. Está muy próxima la posibilidad de experimentar plenamente los sentimientos a pesar del temor y la desconfianza que al cliente le inspira la posibilidad de experimentarlos de manera plena e inmediatamente comienza a aparecer una tendencia a advertir que vivenciar un sentimiento implica un referente directo. Los sentimientos que surgen en mayor cantidad suelen despertar sorpresa y temor y casi nunca placer, los sentimientos del sí mismo se reconocen como propios cada vez en mayor medida, hay un deseo de ser esos sentimientos, de ser el yo verdadero, la experiencia adquiere mayor flexibilidad, ya no es algo remoto, y a menudo se produce con demora mínima, la experiencia se construye de modos mucho menos rígidos, se descubren nuevos -

constructos personales y se los examina y cuestiona críticamente, existe una tendencia intensa y notoria a diferenciar con exactitud los sentimientos y significados, las contradicciones o incongruencias de la experiencia son encaradas cada vez con mayor claridad.

6.- El cliente puede experimentar como inmediatos los sentimientos que antes estaban --inhibidos en su cualidad de proceso, estos sentimientos fluyen hasta sus últimas consecuencias. Un sentimiento del presente es experimentado directamente, de manera inmediata y rica, se acepta esta cualidad inmediata de la experiencia y el sentimiento que la constituya, ya no hay temor ni necesidad de negarlo o luchar contra esto, la congruencia entre la experiencia y la percepción se experimenta vividamente a medida que se transforma en congruencia, en este momento de vivencia desaparece el constructo personal pertinente y el cliente se siente libre de su sistema anteriormente equilibrado, el momento de la vivencia se convierte en un referente claro y definido.

7.- Esta etapa se puede desarrollar tanto en la relación terapéutica como fuera de ella, los sentimientos nuevos se experimentan de manera inmediata y rica en matices, la vivencia de esos sentimientos se utiliza como un referente claro, la aceptación de esos cambiantes sentimientos como propios aumenta y coexiste con una confianza básica en el proceso mismo. El sí mismo se percibe cada vez menos como un objeto y, en cambio se lo siente con mayor frecuencia como un proceso que inspira confianza, los constructos personales se replantean provisionalmente, para ser luego validos mediante las experiencias ulteriores, pero aún en caso de serlo, se los plantea con mayor flexibilidad, la comunicación interna es clara, los sentimientos y símbolos se correlacionan de manera adecuada y hay términos nuevos para describir sentimientos nuevos, el cliente experimenta la elección efectiva de nuevas maneras de ser.

"El proceso terapéutico, en su totalidad, es el logro por parte del individuo, en un clima psicológico favorable, de nuevos avances en una dirección que ya ha sido establecida por un crecimiento y su desarrollo maduracional a partir del momento de la concepción".

2.2.1.- Las fases del proceso.

Puente (1973) y Gondra (1978) destacan - que el proceso terapéutico en psicoterapia centrada en el cliente de Carl Rogers, se divide en tres fases que son; la catarsis, el insight, y las acciones positivas que siguen al insight.

En la catarsis el cliente puede manifestar libremente los sentimientos y actitudes que ha reprimido antes. Una relajación física acompaña frecuentemente a esta liberación emocional, así también dentro de esta fase el cliente explora mejor su yo sin defensas ni justificaciones, y acepta su yo como propio, encontrando -

así nuevas fuerzas; por lo que el cliente obtiene gran beneficio en esta fase.

El insight se caracteriza porque brota espontáneamente, aunque puede ser acelerado y enriquecido cuando el consejero es más congruente, empático e incondicional. Se obtiene así una reorganización hacia el sí mismo.

El insight es esencialmente un modo nuevo de percibir y existen tres tipos de percepción y son:

1.- Percepción de relaciones, se trata de la experiencia del ¡ah!, experiencia que en terapia sólo es posible gracias a la liberación producida por la catarsis.

2.- La aceptación de sí mismo, la percepción de la relación existente entre todos los impulsos propios y el sí mismo, para ello es preciso reconocer todos los impulsos reprimidos.

3.- Elección positiva de metas más satisfactorias, en donde hay una aceptación de los propios impulsos y actitudes, buenos y malos - incluidas las actitudes previamente reprimidas; una comprensión de las pautas de la propia conducta, la percepción de nuevas relaciones, una nueva percepción realizada por esta aceptación y comprensión de sí mismo y como consecuencia la planificación de nuevos y más satisfactorios modos de adaptarse a la realidad.

Las acciones positivas, se presentan al finalizar el consejo no se pueden separar del insight ya que lo que hacen estas acciones positivas, es que el insight se desarrolle de una manera más concreta y así el individuo sentira menos necesidad de ayuda.

En este punto se han mostrado las fases - del proceso psicoterapéutico en psicoterapia - centrada en el cliente, haciendo notar la obtención del insight como parte fundamental de

las nuevas percepciones del cliente ante el -- clima de aceptación incondicional, empática y congruente que, ofrece el terapeuta, en la --- creación de la relación, así también como re--- resultado de este insigth, el cliente crea acciones positivas para la obtención de una mejor - adaptación psicológica.

2.2.2.- Corolarios de la terapia.

Tomando en cuenta que para muchos profesionales que se dedican a hacer psicoterapia es - indispensable la utilización del diagnóstico; encontramos que no es así, al menos en la psi- coterapia centrada en el cliente, ya que Rogers afirma que "el diagnóstico psicológico, tal como se entiende correctamente, es decir como -- operación deferente y previa no es necesario - para el tratamiento y puede, incluso, dificultar los progresos y los resultados del proceso". Y poco a poco llega a las siguientes conclusiones:

a).- Este modo de tratar los problemas -- psicológicos, tiende a revelarse superficial.

b).- Este procedimiento coloca al clínico en un papel "casi divino", y es necesario evitar por razones de orden filosófico.

Rogers opina que toda conducta tiene una causa y la causa psicológica de la conducta - consiste en ciertas percepciones o en una cierta manera de percibir. Unicamente el cliente - es capaz de tener un conocimiento completo de la dinámica de su conducta y su percepción, Para que pueda producirse un cambio debe experimentarse un cambio de percepción; la compren--sión simplemente intelectual no bastaría para estos fines. La modificación de la percepción, la reorganización del yo y el establecimiento de aprendizajes nuevos, necesarios para que mejore el funcionamiento, tienen que efectuarse por medio de la acción de fuerzas que residen esencialmente en el cliente. Y es poco proba--ble que esos objetivos sean realizables desde

el exterior. El fenómeno terapéutico consiste esencialmente en la toma de conciencia de los modos de percepción inadecuados, en el aprendizaje de modos de percepción más correctos y en la aprehensión de las relaciones importantes - que existen entre percepciones determinadas.

En un sentido profundamente significativo y real, la misma terapia es un proceso diagnóstico que se lleva a cabo en la experiencia del cliente, no en el pensamiento del profesional. Y concluye que el empleo del diagnóstico tiende pues, a ejercer una influencia funesta sobre - el sentido de la responsabilidad personal; ya que el individuo llega a abandonar prerrogativas tan eminentemente personales y a creer que es a un tercero al que le corresponde determinar el carácter de su personalidad y el significado de su conducta, se encuentra en un estado de mal funcionamiento que es más grave después de la terapia que antes.

Rogers en su libro psicoterapia centrada en el cliente confirma que la psicoterapia centrada en el cliente se ubicó en el extremo del continuo considerando que el diagnóstico psicológico es innecesario para la psicoterapia, y que en realidad puede obrar en detrimento del proceso terapéutico; la orientación centrada en el cliente ha desarrollado otro punto de vista con respecto al diagnóstico. Porque la conducta del individuo es causada y la causa psicológica de la conducta es cierta percepción o manera de percibir. Y el cliente es el único que tiene la posibilidad de conocer plenamente la dinámica de sus percepciones y su conducta.

Para que la conducta cambie, se debe experimentar un cambio en la percepción y esto no puede ser sustituido por el conocimiento intelectual.

Las fuerzas constructivas que producen modificaciones en la percepción, reorganización de la personalidad, y reaprendizaje, residen -

primariamente en el cliente y probablemente no puedan provenir de afuera. La terapia consiste básicamente en experimentar la inadecuación de viejas formas de percibir, en percibir de manera más exacta y adecuada, y en reconocer las relaciones significativas existentes entre las percepciones. En un sentido preciso y significativo la terapia es el diagnóstico, y éste es un proceso que se desarrolla en la experiencia del cliente más que en el intelecto del clínico.

Por lo que el diagnóstico psicológico no sólo es innecesario sino en cierto modo es perjudicial o imprudente; ya que el proceso mismo del diagnóstico psicológico ubica el foco de la evaluación tan definitivamente del profesional que puede guiar al cliente a la dependencia y hacerle sentir que la responsabilidad de la comprensión y manejo de su situación esta en manos de otro. Y como se ha expuesto a lo largo de este trabajo, la responsabilidad de la terapia concierne únicamente al cliente.

El diagnóstico en psicoterapia centrada - en el cliente no es indispensable, además cabe destacar que Rogers, no está en contra del uso del diagnóstico psicológico, ya que el mismo - dice que aquellos terapeutas que toman como ba se de la terapia el diagnóstico psicológico, - pueden seguir haciendolo, pero que realmente - en su psicoterapia no es necesario y que en re sumidas cuentas puede ser amenazante para la - relación centrada en el cliente, porque puede crear la dependencia del paciente, y esta de-- pendencia puede crear barreras en el crecimien to del individuo y su encuentro con su sí mis- mo se vería truncado.

Por otro lado, cabe destacar la importan- cia y el papel que juega la instrumentalización de la actitud del terapeuta, para que el clien te alcance una adaptación psicológica adecuada, y se abordará con más detalle en el siguiente capítulo.

III. LA INSTRUMENTALIZACION DE LA ACTITUD DEL TERAPEUTA: EL REFLEJO.

3.1.- Características principales.

Kinget expresa que, "La terapia rogeriana no tiene técnicas sino más bien, formas características, inspiradas y limitadas al mismo -- tiempo por los principios sobre los que se apoya".

Rogers por su parte dice que, "lo importante en esta psicoterapia, no es la ausencia de técnicas, sino la presencia, en el terapeuta de ciertas actitudes respecto al cliente y de una cierta concepción de las relaciones humanas".

A su vez Patterson afirma que, "la orientacion autodirectiva es una filosofía, o con-- junto de actitudes hacia el individuo; el orientador debe hacer o decir algo, lo que haga o - diga podría considerarse como técnica".

Por otro lado Patterson considera que la instrumentalización en la terapia centrada en el cliente es principalmente de dos tipos:

1.- Aquella que da por resultado o manifiesta la actitud de interés, respeto y reconocimiento del terapeuta hacia el cliente como individuo reconociendo su valor e integridad personal, expresando su interés positivo incondicional.

2.- La designada para transmitir al cliente la comprensión que el terapeuta tiene de él.

Esta comprensión del individuo por parte del terapeuta es significativa para el progreso de la terapia frente a las barreras de la comunicación, se destaca entonces que los agentes terapéuticos efectivos que contiene la psicoterapia centrada en el cliente se encuentran en la comunicación.

Por lo tanto el instrumento básico más -- universal dentro de la orientación autodirectiva es el de escuchar; escuchar lo que el otro tiene que decir, es una manifestación básica -- de interés y respeto. Una forma de escuchar -- puede traer como resultado la comprensión; recordándose que la comprensión es una de las -- condiciones para el cambio terapéutico de la -- personalidad, establecida por Rogers.

La comprensión terapéutica se adquiere -- tratando de ver las cosas desde el punto de -- vista del cliente, el terapeuta debe tratar de ponerse en el lugar del cliente y a esta se le llama comprensión empática y consiste en percibir con exactitud el marco de referencia interno del individuo con los componentes emocionales y significativos que esto incluye como si fuera la otra persona, pero sin perder en ningún momento la condición de "como si", ya que la pérdida de esta condición, daría como resultado la identificación.

Kinget (1971) expresa que "el terapeuta - debe esforzarse por portarse totalmente como - persona, no como especialista. Su papel consiste en llevar a la práctica actitudes y concepciones fundamentales relativas al ser humano y no en la aplicación de conocimientos o habilidades especiales, exclusivamente reservados a sus contactos terapéuticos". Es importante que el terapeuta además de contar con estas actitudes sepa expresarlas de manera eficaz.

Es necesario aclarar que, la actitud centrada en el cliente debe mantenerse invariable a través de toda la terapia, pues esta actitud es la que alimenta la noción del yo del cliente con experiencias valorizantes y aseguradoras, las que son muy importantes para la organización psicológica. Porque en esta actitud - el terapeuta apoya al cliente en su proceso de reorganización, pero dejando a éste la iniciativa y la libertad para decidir por si sólo la orientación de tal proceso.

Cabe aclarar que las actitudes antes mencionadas forman parte de la personalidad del - terapeuta y la instrumentalización de estas ac- titudes es el reflejo, que explicamos a conti- nuación.

Kinget (1971), Lerner (1978) y Gondra (1978), afirman que el reflejo es la instrumentaliza- ción característica de la actitud centrada en el cliente, el reflejo, se articula sobre lo que el cliente percibe en sí mismo y comunica al terapeuta, quien la refleja actuando como un cálido espejo. El reflejo expresando la em- patía del terapeuta devuelve al cliente una -- realidad que surge del propio marco de referen- cia interno; con esto la dinámica del proceso psicoterapéutico se centra en el cliente. Al - recibir su propia comunicación reflejada por - el terapeuta con empatía y consideración posi- tiva incondicional genuinas, se produce un --- efecto constructivo en el cliente ya que su - noción del yo no se ve amenazada, debido a la

experiencia de sentirse completamente comprendido. Y una de las ventajas más importantes del reflejo es que nunca cuestiona la validez objetiva de lo comunicado por el cliente.

Por otro lado estos autores dividen al reflejo en tres tipos que son:

- La reiteración o reflejo simple es una forma elemental de reflejo, se dirige al contenido estrictamente manifiesto, de la comunicación; generalmente es breve y consiste en resumir la comunicación del cliente, en poner de manifiesto un elemento importante o simplemente en reproducir las últimas palabras para facilitar la continuación del relato.

Esta forma elemental del reflejo representa, bajo un exterior insignificante, el instrumento principal para crear la atmósfera de relajación necesaria para la activación de las fuerzas de crecimiento y autonomía.

- El reflejo de sentimiento procura que el cliente tome conciencia del sentimiento o tensión implícitos en su comunicación. Con frecuencia los sentimientos e interpretaciones -- del cliente no resistirían una crítica basada en las normas convencionales, pero el terapeuta se abstiene de toda crítica pues ve en las manifestaciones del cliente por erróneas que estas sean, la expresión de la tendencia actualizante. El reflejo de sentimiento trata de ampliar, diferenciar o incluso desplazar el centro de la percepción sacando a la luz ciertos elementos que pertenecen indudablemente al campo pero han quedado eclipsados por el relieve, dado a otros elementos.

- La elucidación es la forma de reflejo - que acusa un mayor grado de esclarecimiento de origen externo. Ya que implica un proceso deductivo, sin embargo, la deducción nunca se hace a partir del marco de referencia externa sino

sino que el terapeuta procura siempre explicitar de manera lógica los sentimientos y actitudes que ya están contenidas en la comunicación del cliente.

Es importante aclarar que la elucidación, se emplea en muy raras ocasiones por los terapeutas centrados en el cliente, porque este tipo de reflejo, si lo analizamos cuidadosamente notaremos que se contrapone a los principios básicos de la psicoterapia centrada en el cliente.

Por otro lado es de suma importancia mencionar que en la psicoterapia centrada en el cliente no existen los juicios morales, no se experimenta ningún tipo de presión sobre lo comunicado por el cliente; además de que las actitudes del terapeuta son experimentadas, más que verbalizadas.

El consejero evita toda dirección y se deja guiar por el cliente, siguiendo con atención

la expresión de sus sentimientos. El terapeuta reconoce verbalmente, no el contenido intelectual de las expresiones del cliente, sino el sentimiento transmitido en estas expresiones, sin poner ningún elemento ajeno al cliente. En tonces se centra en el cliente.

En la actitud centrada en el cliente se mantiene invariable a través de todo el proceso terapéutico, proporcionando al cliente la seguridad y la libertad de ser el mismo y de reorganizarse, así como reforzar su noción del yo y guiarse por si solo hacia el crecimiento.

Además esta actitud o conjunto de actitudes se deben reconocer como parte fundamental de la personalidad del terapeuta, que juega un papel muy importante, al transmitir su empatía, consideración positiva incondicional y congruen cia, así como reflejando la comunicación expresada por el cliente, dejando a éste la oportunidad de obtener su reorganización psicológica, o dicho de otra manera la obtención de su con-

gruencia entre su yo y su experiencia, adquiriendo así una adaptación psicológica más completa.

Entonces podemos afirmar que la instrumentación de la actitud del terapeuta en la psicoterapia no-directiva, se fundamenta principalmente, en las actitudes de congruencia, empatía y consideración positiva incondicional, del terapeuta hacia el cliente, así como el modo de reflejarle sus sentimientos, sin dirigir, sino más bien actuando como un cálido espejo - respecto a lo expresado por su cliente.

CONCLUSIONES.

La no-directividad de la psicoterapia centrada en el cliente de Carl Rogers, ha sido -- desde siempre muy cuestionada. Pese a ésto -- Rogers nunca dejó de trabajar para demostrar -- que su terapia si es no-directiva o centrada en el cliente ya que como su nombre lo indica su centro es el propio cliente.

Al principio surge en Rogers, la inquie-- tud de crear una psicoterapia que diera al ser humano la oportunidad de desarrollarse, confiando siempre en su filosofía, de que el hombre -- posee potenciales que lo guían al crecimiento, libertad e independencia. Esta gran confianza en el ser humano y la influencia de la terapia de la relación de Otto Rank, lo llevaron a tra-- bajar mucho para lograr su objetivo; "una psi-- coterapia no-directiva; centrada en el cliente".

A Rogers lo inquietaba mucho el hecho de que la terapia de la relación fuera considera-- da como un arte y no como psicoterapia, por no

contar con técnicas específicas. Es entonces - cuando experimenta en sus entrevistas, el proporcionar al cliente un ambiente cálido de respeto y aceptación; al analizar varias de estas entrevistas grabadas, se da cuenta que con el simple hecho de aceptar a la persona incondicionalmente, poniéndose en su lugar y respetandola, se alcanzaba con mayor éxito la libertad y el crecimiento de ésta.

Llegó a la conclusión de que son condiciones indispensables en la creación de una relación terapéutica; que el terapeuta cuente con una congruencia, que proporcione una aceptación incondicional hacia el cliente, así como ser empático con él. Entendiéndose la congruencia como el acuerdo que existe entre el yo y la experiencia, en este caso del terapeuta. La consideración positiva incondicional, como el aceptar al individuo en todo momento, tanto - con sus sentimientos positivos como negativos, y la empatía, como el hecho de ponerse en el

lugar del cliente, sentir como él, pero sin perder la condición de "como si".

Se demostró que desde la creación de la - relación terapéutica en psicoterapia centrada en el cliente, se proporciona un ambiente cálido y lleno de respeto. El cliente se va guiando por si solo hacia el crecimiento. También se - destacó la importancia que el terapeuta tiene dentro de esta psicoterapia, como facilitador del crecimiento y que en ningún momento, adquiere el papel de director de la terapia. Es im--portante tomar en cuenta que es una relación - de persona a persona y que el terapeuta como - tal, puede ser incongruente en algunos momentos de su vida, pero dentro de la relación terapéutica con su cliente, la congruencia es una condición indispensable.

Por otra parte cabe mencionar que la no-directividad de la terapia centrada en el cliente, ha sido muy criticada por el hecho de que

se utilizan límites dentro de la relación tera
péutica. Los cuales considero que son utiliza-
dos por la propia seguridad del cliente. Y que
en este sentido Rogers fué muy acertado al pre
sentarlos como parte fundamental de la relación
terapéutica, además creo que en ningún momento
obstaculizan el avance del proceso de crecimen
to de la persona.

Debemos tomar en cuenta que el ser humano
cuenta con una inteligencia única y que una --
completa libertad, podría ser de consecuencias
graves para el propio individuo. Por otra par-
te el ser humano es un ser que se adapta por -
propia naturaleza, facilmente a cualquier am--
biente, y por su propia seguridad y tomando en
cuenta que todo ambiente es regido por normas
y leyes que el individuo debe respetar, por su
propio bien.

Los límites en la psicoterapia no-directi
va, son muy importantes, y no se deben conside-
rar como obstáculos ni como directrices de la
relación, sino más bien como medios que pro--

porcionan la seguridad al individuo, tanto dentro como fuera de la relación terapéutica.

Por otro lado quedó claro entonces que el cliente debe presentar, una inadaptación psicológica como resultado de la incongruencia entre el yo y la experiencia, la cual va desapareciendo a lo largo del proceso, visto como un continuo en donde al principio el cliente se muestra con una fachada, enfocándose al pasado y negando sus sentimientos, no reconociéndolos como propios, pero poco a poco se va abriendo a la experiencia, aceptando ya algunos sentimientos que en un principio no deseaba aceptar, y ya casi al final de este continuo, el cliente es capaz de reconocer los sentimientos como propios reforzando así la noción del yo y alcanzando la tan deseada congruencia y la adaptación psicológica. Cabe señalar que este proceso se enfoca al presente inmediato y que la terminación de la terapia, así como su iniciación son decisiones únicas y exclusivamente del cliente.

Por otro lado, encontramos que el proceso terapéutico se divide en tres fases que son:

- La catarsis, la cual proporciona al --- cliente la oportunidad de manifestar libremente los sentimientos y actitudes que haya reprimido antes, ésto siempre acompañado de una relaja-- ción física, también en esta fase el cliente - acepta su yo como propio, encontrando así nuevas fuerzas, esta fase es muy benefica para el cliente.

- El insigth, que es esencialmente una ma nera de percibir, ya que el cliente percibe de una forma nueva las relaciones entre cosas ya conocidas; acepta todos los aspectos del yo y elige de manera más positiva los fines que le proporcionan mayor satisfacción.

- Las acciones positivas, que son insepa- rables del insigth, ya que hacen que el insigth se desarrolle de manera más correcta y el clien te siente menos necesidad de ayuda.

Además de los límites, existe otro problema planteado principalmente por otras orientaciones, y es el que se refiere a la utilización del diagnóstico y llegamos a la conclusión de que para la psicoterapia centrada en el cliente la utilización del diagnóstico no es tan importante como para otras psicoterapias. Ya que dentro de la psicoterapia que nos ocupa sería contraproducente el uso del diagnóstico, por el hecho de que el cliente puede pensar que el terapeuta es el responsable de proporcionarle -- forzosamente la "cura", y crear así una dependencia en lugar de crecer por sí solo.

El diagnóstico como lo explicó Rogers, puede ser utilizado por otras psicoterapias y él se muestra respetuoso de eso, pero en su psicoterapia no, ya que en ésta se está dejando al cliente tomar sus propios caminos y decisiones, y la utilización del diagnóstico obstaculizaría esta libertad del cliente.

Finalmente llegamos a la conclusión de que las actitudes que se manejan desde el inicio - de la relación, son parte fundamental de la -- personalidad del terapeuta y son; la empatía - que se entiende como una manera de penetrar en el marco de referencia interno del cliente, -- sentir como el siente, como si fuera nuestro - propio sentimiento, pero sin dejar de lado la condición de "como si".

La consideración positiva incondicional - referida principalmente a la aceptación de lo expresado por el cliente, sean expresiones positivas o negativas, sin que intervengan nuestros juicios.

La congruencia entendida como el acuerdo entre el yo y la experiencia, el terapeuta debe ser congruente dentro de la relación con su cliente, aunque en otros aspectos de su vida - no lo sea. Pero dentro de la terapia es indispensable que sea totalmente congruente en el - trato con el cliente.

Estas actitudes en conjunto propician un clima de confianza proporcionando al cliente, la oportunidad de dirigirse como él lo desee.

La instrumentalización de este conjunto - de actitudes es el reflejo y se divide en tres tipos que son:

- El reflejo simple es el más utilizado - en psicoterapia centrada en el cliente ya que el terapeuta actúa como un cálido espejo reflejando al cliente lo que está expresando.

- El reflejo de sentimiento donde el terapeuta, refleja los sentimientos que el cliente expresa de manera implícita en sus diálogos.

- La elucidación este tipo de reflejo implica un proceso deductivo, cabe aclarar que - la deducción nunca se hace a partir del marco de referencia externo, sino que el terapeuta - procura siempre explicitar de manera lógica - los sentimientos y actitudes que ya están con-



U.N.A.M. CAMPUS
IZTACALA

tenidas en la comunicación del cliente.

Entonces se puede fundamentar que la psicoterapia centrada en el cliente es no-directiva por el hecho de que en esta psicoterapia no existen los juicios de valor ni de ningún tipo, ya que el terapeuta se deja guiar por el cliente, y el cliente decide el inicio, el curso y el final de la relación terapéutica, y el terapeuta se encarga de mantener el ambiente cálido y reflejando únicamente lo expresado por el cliente, sin emitir juicio alguno, más sin embargo, muchas veces creciendo hacia la libertad junto con su cliente.

Después de conocer estos elementos nos damos cuenta que realmente existe la no-directividad, en psicoterapia centrada en el cliente de Carl Rogers. Haciéndola una psicoterapia diferente y llena de confianza hacia el individuo.

Y cabe reconocer que en cualquier ámbito de nuestra vida, si somos acogidos bajo estas actitudes, lograremos un cambio hacia la liberdad, el crecimiento y la independencia; adquiriendo cada vez más congruencia entre nuestro "yo" y nuestra "experiencia", convirtiéndonos así en seres más adaptados y con miras a ser mejores cada vez, además de tener confianza en nosotros mismos, en todo lo que en adelante emprendamos.

BIBLIOGRAFIA.

- Gondra. La psicoterapia de Carl Rogers. prol. -
Mariano Yela, ed. Española Decleé de --
Brouwer, Bilbao, 1978, Cap. 2, p. 41-65.
- Gondra. La psicoterapia de Carl Rogers. prol. -
Mariano Yela, ed. Española Decleé de --
Brouwer, Bilbao, 1978, Cap. 7, p. 209-
239.
- Lafarga. Conferencia ¿Es posible una psicología
no humanista?, ENEP, Iztacala, México,
1989, material inédito.
- Lafarga. Desarrollo del Potencial Humano: Aporta-
ciones de una psicología humanista. Vol.
1, ed. Trillas, México, 1978, Cap. 4, -
p. 51-56.
- Lafarga. Desarrollo del Potencial Humano: Aporta-
ciones de una psicología humanista. Vol.
1, ed. Trillas, México, 1978, Cap. 7, -
p. 77-92.

- Lafarga. Desarrollo del Potencial Humano: Aportaciones de una psicología humanista. Vol. 2, ed. Trillas, México, 1978, Cap. 6, - p. 121-136.
- Lafarga. Desarrollo del Potencial Humano: Aportaciones de una psicología humanista. Vol. 3, ed. Trillas, México, 1978, Cap. 2, - p. 24-56.
- Lafarga. Desarrollo del Potencial Humano: Aportaciones de una psicología humanista. Vol. 3, ed. Trillas, México, 1978, Cap. 5, - p. 81-96.
- Lerner. Introducción a la psicoterapia de Rogers. Ed. Nueva Visión, Buenos Aires, 1978, - Cap. 1, p. 11-16.
- Lerner. Introducción a la psicoterapia de Rogers. Ed. Nueva Visión, Buenos Aires, 1978, - Cap. 4, p. 41-54.

- Lerner. Introducción a la psicoterapia de Rogers.
Ed. Nueva Visión, Buenos Aires, 1978, -
Cap. 5, p. 55-70.
- Lerner. Introducción a la psicoterapia de Rogers.
Ed. Nueva Visión, Buenos Aires, 1978, -
Cap. 6, p. 71-83.
- Lerner. Introducción a la psicoterapia de Rogers.
Ed. Nueva Visión, Buenos Aires, 1978, -
Cap. 7, p. 85-91.
- Lerner. Introducción a la psicoterapia de Rogers.
Ed. Nueva Visión, Buenos Aires, 1978, -
Cap. 8, p. 93-108.
- López. Psicoterapia breve, posibilidades de ayuda utilizando el modelo centrado en la persona en un programa intensivo de 20 sesiones., tesis de maestría, México, D.F., 1985, (Biblioteca Universidad Iberoamericana), p. 4-13.

- Páges. Psicoterapia Rogeriana y Psicología Social no-directivas. Ed. Paidós, Buenos Aires, 1976, tr. Nilda Finetti, p. 55-78.
- Patterson. Orientación Autodirectiva y Psicoterapia; teoría y práctica. Ed. Trillas, México, 1970, Cap.1, p. 15-23.
- Patterson. Orientación Autodirectiva y Psicoterapia; teoría y práctica. Ed. Trillas, México, 1970, Cap. 8, p. 165-193.
- Patterson. Teorías del Conseuling y Psicoterapia. Ed. Vizcaina, 1978, tr. Ma. Dolores Nellas, p. 458-497.
- Puente. Carl Rogers de la psicoterapia a la enseñanza. Ed. Razón y Fé, Madrid, 1973, p.126-163.

- Rogers. El poder de la persona. Ed. Manual Moderno, México, 1980, tr. Moreno Salvador, p. 1-18.
- Rogers. El proceso de convertirse en persona (Mi técnica terapéutica). Ed. Paidos, - Buenos Aires, 1961, tr. Liliana R., Vol. 48, Cap. 3, p. 46-61.
- Rogers. El proceso de convertirse en persona - (Mi técnica terapéutica). Ed. Paidos, Buenos Aires, 1961, tr. Liliana R., Vol. 48, Cap. 4, p. 62-71.
- Rogers. El proceso de convertirse en persona - (Mi técnica terapéutica). Ed. Paidos, Buenos Aires, 1961, tr. Liliana R., Vol. 48, Cap. 7, p. 117-148.
- Rogers. El proceso de convertirse en persona - (Mi técnica terapéutica). Ed. Paidos, Buenos Aires, 1961, tr. Liliana R., Vol. 48, Cap. 8, p. 149-164.

- Rogers. El proceso de convertirse en persona - (Mi técnica terapéutica). Ed. Paidós, Buenos Aires, 1961, tr. Liliana R., Vol. 48, Cap. 9, p. 165-175.
- Rogers. Orientación Psicológica y Psicoterapia; fundamentos de un enfoque centrado en la persona. Ed. Narcea, Madrid, 1968, Cap. 2, p. 31-51.
- Rogers. Orientación Psicológica y Psicoterapia; fundamentos de un enfoque centrado en la persona. Ed. Narcea, Madrid, 1968, Cap. 4, p. 79-99.
- Rogers. Psicoterapia Centrada en el Cliente. Ed. Paidós, México, 1988, tr. Silvia Tubert, Cap. 4, p. 123-175.
- Rogers. Psicoterapia Centrada en el Cliente. Ed. Paidós, México, 1988, tr. Silvia Tubert, Cap. 5, p. 176-204.

Rogers y Kinget. Psicoterapia y Relaciones Humanas: Teoría y práctica de la - terapia no-dirigida. Tomo I, ed. Alfaguara, Madrid, 1971, tr. - Mercedes Valcarce, Cap.1, p. 7-27.

Rogers y Kinget. Psicoterapia y Relaciones Humanas: Teoría y práctica de la - terapia no-dirigida. Tomo I, ed. Alfaguara, Madrid, 1971, tr. - Mercedes Valcarce, Cap.4, p. 108-151.

Rogers y Kinget. Psicoterapia y Relaciones Humanas: Teoría y práctica de la - terapia no-dirigida. Tomo II, ed. Alfaguara, Madrid, 1971, tr. Mercedes Valcarce, Cap.1, p. 7-19.

- Rogers y Kinget. Psicoterapia y Relaciones Humanas: Teoría y práctica de la - terapia no-dirigida. Tomo II, ed. Alfaguara, Madrid, 1971, tr. Mercedes Valcarce, Cap.3, p. 62-107.
- Rogers y Kinget. Psicoterapia y Relaciones Humanas: Teoría y práctica de la - terapia no- dirigida. Tomo II, ed. Alfaguara, Madrid, 1971, tr. Mercedes Valcarce, Cap. 6, p. 264-274.
- Rogers y Stevens. Persona a Persona. Ed. Amarrota, Buenos Aires, 1967, tr. Zaraida Valcarcel, p. 91-107.