



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE PSICOLOGIA

DIVISION DE ESTUDIOS DE POSGRADO

“ IMPLICACIONES DE LA PARTICIPACION EN UN GRUPO DE DESARROLLO HUMANO SOBRE EL AUTOCONCEPTO ”

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE

MAESTRO EN PSICOLOGIA CLINICA

P R E S E N T A

BEATRIZ TORRES ACOSTA

DIRECTOR DE TESIS: MTRA. LUCY REIDL MARTINEZ

COMITE DE TESIS:

DR. JOSE CUELI GARCIA

DR. LUIS LARA TAPIA

DR. JOSE DE JESUS GONZALEZ NUREZ

MTRA. PATRICIA ANDRADE PALOS



MEXICO, D. F.

1997



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.

^ GRADECIMIENTOS.

Agradezco infinitamente el apoyo y el tiempo que mi directora de tesis, la Maestra Lucy Reidl, me brindó para que este trabajo pudiera llegar a su fin.

A mi esposo y a mi hijo, por el tiempo que dejé de dedicarles mientras estuve comprometida en la elaboración de esta tesis.

A mis padres, por haberme dado la vida.

A mi jefe, el Ing. Jorge Jiménez Zamudio, por su comprensión y apoyo.

A los estudiantes que compartieron conmigo la aventura de la experiencia grupal que aquí se reporta.

*“... en oposición a la conciencia moral autoritaria existe una conciencia moral humanística. Esta conciencia está arraigada en el hombre mismo y le revela lo que es bueno y propicio para él, para su desarrollo, para su crecimiento. Esta voz es a menudo muy tenue y apenas se la oye. Pero tanto en el dominio de la psicología como en el de la fisiología, numerosos investigadores han comprobado la existencia de indicios que señalan que existe una especie de “conciencia de salud”, de olfato para lo que está bien, y cuando el hombre oye esta voz íntima, no está prestando oídos a la voz de una autoridad extraña. Su propia voz le orienta hacia un fin que está potencialmente presente dentro de su organismo, en su cuerpo y su alma, y que le indica: por aquí vas bien, por allá vas por mal camino.” (E. Fromm, *El amor a la vida*, p. 47).*

INDICE

	Página
Introducción.....	7
Resumen.....	8
Marco Teórico.....	9
Capítulo 1. EL AUTOCONCEPTO Y LA PERSONA DESDE EL PUNTO DE VISTA HUMANÍSTICO.....	35
<i>A. El autoconcepto. Su formación y desarrollo.....</i>	<i>38</i>
1. La constitución del autoconcepto (concepto de sí mismo o <i>self</i>) desde el punto de vista de la teoría rogeriana de la personalidad.....	41
<i>B. La persona que funciona plenamente.....</i>	<i>46</i>
<i>C. El autoconcepto y su relación con el campo perceptual. Implicaciones sobre la conducta.....</i>	<i>51</i>
<i>D. El autoconcepto y su relación con el aprovechamiento escolar y el ajuste académico.....</i>	<i>54</i>
Capítulo 2. EL TRABAJO PSICOLÓGICO EN “PEQUEÑOS GRUPOS”...	57
<i>A. Definiendo el término “grupo”</i>	<i>57</i>
1. El grupo pequeño.....	58
<i>B. Tipos de grupos.....</i>	<i>60</i>

<i>C. Utilización de los pequeños grupos con propósitos psicológicos.....</i>	64
1. Sus orígenes.....	64
2. Algunas Variedades.....	66
a) Grupos T o de Entrenamiento en Sensibilización.....	68
b) Grupos o Juegos Synanon.....	70
c) Grupos Maratón.....	70
d) Grupos Gestálticos.....	71
e) Grupos de Conciencia Sensorial, de Conciencia Corporal y de Movimiento Corporal.....	72
f) Grupos de Encuesta.....	72
g) Grupos de Autenticidad, de Crecimiento o de Encuentro.....	72
 <i>D. Hipótesis que guían el trabajo con Grupos de Desarrollo Humano</i>	74
1. Acusaciones más frecuentes.....	74
2. Implicaciones positivas.....	76
3. Hipótesis orientadoras.....	77
 Capítulo 3. LOS GRUPOS DE ENCUENTRO ORIENTADOS SEGÚN EL ENFOQUE PERSONALIZADO DE CARL ROGERS.....	79
<i>A. El proceso de desarrollo de un grupo de encuentro.....</i>	80
<i>B. El cambio producido por los grupos de encuentro después de la experiencia grupal.....</i>	83
<i>C. Consideraciones finales en relación con el desarrollo humano y el poder de las personas</i>	88

METODOLOGÍA.....	91
A. PRIMERA FASE.....	91
1. Selección de las frases o reactivos que integrarían el instrumento.....	91
2. Aplicación piloto de la primera versión del instrumento....	92
3. Segunda versión del instrumento.....	93
B. SEGUNDA FASE.....	94
1. Instrumento.....	95
2. Población.....	95
3. Procedimiento.....	95
RESULTADOS.....	97
A. PRIMERA FASE.....	97
1. Primera aproximación a la validación del instrumento.....	97
2. Confiabilidad del instrumento.....	103
B. SEGUNDA FASE.....	104
ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	125
CONCLUSIONES.....	141
SECCIÓN DE ANEXOS.....	143
BIBLIOGRAFÍA.....	156

INTRODUCCIÓN

El estudio del autoconcepto es un tema muy recurrido no sólo entre los psicólogos, sino también entre los sociólogos y los filósofos, entre otros. Ello se justifica dado que en la formación y estructuración del autoconcepto intervienen elementos tanto psicológicos como sociológicos; y su análisis muchas veces adopta visos filosóficos, dado que es un tema que tiene que ver con la naturaleza misma del ser humano.

En este trabajo se sostiene la tesis de que el autoconcepto es una configuración organizada de percepciones, que se han ido estructurando merced a la intervención de las interacciones sociales que se establecen con los otros significativos.

Dada esta condición, se considera que en tanto sea posible modificar el foco perceptivo, el autoconcepto se reestructurará haciéndose más acorde a lo que el individuo es realmente. Es decir, que en tanto sea posible hacer que el individuo aprenda a verse de una manera menos condicional y más centrada en sí mismo en vez de en el exterior, su autoconcepto será cada vez más congruente y estará menos distorsionado por influencias externas y, al mismo tiempo, se modificará positivamente.

Esta afirmación ha sido probada por ciertos autores, entre ellos Rogers y algunos de sus colegas, mas también ha sido refutada por otros.

En ocasiones se argumenta que los datos reportados carecen de objetividad, por tal motivo en el presente trabajo, en primer lugar, se diseñó un instrumento que mide el autoconcepto, que se aproxima a la validez y es confiable, para, a través de él, evaluar las implicaciones que la participación en un grupo de desarrollo humano tiene sobre el autoconcepto de los participantes.

Se parte de la hipótesis de que un grupo de tal naturaleza puede contribuir a modificar el autoconcepto en términos positivos

RESUMEN

El presente trabajo evaluó las implicaciones que la participación en un grupo de desarrollo humano, orientado de acuerdo al enfoque personalizado propuesto por Rogers, tiene sobre el autoconcepto, utilizando un instrumento aproximado a la validez y confiable que mide las dimensiones de Autoimagen Social, Autoimagen Individual, Estado Anímico y Sentimientos de Inconformidad con respecto a la Autoimagen Física.

Se utilizó un diseño de investigación antes-después, con grupo control, con un total de siete sujetos en el grupo experimental y diez en el control.

El análisis estadístico reportó, como consecuencia de la introducción de la variable experimental, cambios significativos con un nivel de confianza menor a .01 en un sólo factor de los once que integraron el instrumento: "Autoimagen Individual", en el grupo experimental.

Adicionalmente a los resultados, se añade una interpretación basada en grabaciones del desarrollo de la experiencia grupal y en auto-reportes de los participantes.

Se concluye que, si bien los grupos de desarrollo no bastan para generar cambios observables en todas las áreas que integran el autoconcepto, sí son de utilidad en la promoción de una autoimagen individual más favorable y centrada en la propia experiencia orgánica.

MARCO TEÓRICO

Generalmente, el autoconcepto se entiende como “la imagen que cada persona tiene de sí misma; imagen en la cual se refleja lo que cada persona cree ser y lo que piensa de sus propios actos” (Hamachek, 1981).

El autoconcepto o concepto de sí mismo es, de acuerdo con Hamachek, el conjunto de ideas y actitudes de las que se tiene conciencia en un momento determinado. La estructura cognoscitiva organizada y derivada de las experiencias del yo personal, es decir, de la individualidad concreta, en donde se aglutina el acontecer psíquico total de un individuo. En este sentido, el autoconcepto viene a ser la parte cognoscitiva del yo; y es diferente de la autoestimación en cuanto ésta corresponde a la dimensión afectiva del yo, esto es, indica el grado de admiración o valor que se le concede a ese yo.

El yo es aquello que conocemos de nosotros mismos; el concepto de sí mismo es lo que pensamos de nuestra persona; la autoestimación es lo que sentimos hacia nosotros (Hamachek, 1981, p. 6).

En este punto vale la pena considerar que, al hablar del yo, es importante diferenciar entre el yo de la concepción psicológica general, e incluso común, y el yo de la concepción psicoanalítica.

El yo en su primera acepción, se entiende, de acuerdo con Aisenson, como sinónimo de la individualidad concreta, como el aglutinador del acontecer psíquico total de un sujeto. Este yo que dirige la conducta, dotándola de continuidad y coherencia gracias a la memoria y a la capacidad de anticipación, y que se supone incluye la autopercepción y la autovaloración, es distinto del yo en que reparó la concepción psicoanalítica al forjarse la teoría estructural el aparato psíquico, por más que Freud le haya asignado la función de representar la totalidad de la persona. Esta acepción respone más aproximadamente al sí mismo, al *self* o al concepto de sujeto, de la persona toda (Aisenson, 1982).

El yo psicoanalítico, en cambio, tal como es descrito en la concepción topográfica del aparato psíquico, es una diferenciación, una subestructura de éste, que brota del ello al contacto con la realidad externa. Este yo, como una de las estructuras mentales que componen el psiquismo es, en realidad, un grupo de procesos y contenidos mentales que se relacionan funcionalmente con los procesos y contenidos de las otras dos estructuras: el ello y el superyó.

El ello abarca las representaciones psíquicas de los impulsos; el superyó representa la instancia juzgante y crítica, comprende los preceptos morales así como las aspiraciones ideales; el yo es la instancia que representa los intereses de la personalidad tomada en su conjunto, e incluye aquellas funciones que tienen que ver con la relación del individuo con su

medio. El ello está presente desde el nacimiento, el yo y el superyó se desarrollan después, diferenciándose de aquel, del que originalmente formaban parte, en el curso del desarrollo.

En el todo de la conducta, sí mismo y yo tienen a su cargo, siguiendo con Aisenson, distintas percepciones, voliciones y expectativas que se combinan entre sí de manera jerárquica.

Corresponden al yo estructural aquellas conductas que “son demorables, originan demora o constituyen ellas mismas producto de una demora” (Rapaport, cit. pos. Aisenson, 1982). De hecho, este yo actúa según el proceso secundario, es decir, involucra un tipo de respuesta de un mayor grado de complejidad y estructuración que la reactividad instantánea propia de la conducta animal. En este sentido, puede decirse que si bien el interés o placer del yo por su propio funcionamiento no sale de su propia esfera, en cambio, los intereses éticos, sociales, religiosos, estéticos, ciertos niveles de relación interpersonal en los que entra un genuino respeto, admiración o amor, corresponden claramente a la esfera del sí mismo.

El individuo es un ser dotado de rasgos propios, en él se diferencia un núcleo de tendencias dirigidas hacia la plena actualización de las potencias de esa personalidad, esta función, que en la teoría de la personalidad propuesta por Rogers (1978b), corresponde a la tendencia actualizante, es denominada por Aisenson como sí mismo; el cual diferencia del yo delimitando este último como un grupo de funciones (dominio o control motor, percepción sensorial, memoria, afecto y pensamiento) puestas al servicio de la adaptación, de la evitación de la angustia, y del principio del placer, sin desatender por ello el principio de realidad, así como del cabal cumplimiento de los rasgos y valores del sí mismo.

El sí mismo constituye la toma de conciencia de sí, y supone el saberse como una individualidad que siente y actúa, separada y diferente de los objetos. Este sí mismo es la región más íntima y entrañablemente individual de la personalidad, aquello que sentimos como especialmente nuestro e importante para nuestra vida, así como el núcleo que determina su unidad y coherencia. Es lo que responde a la pregunta “¿Quién soy?”. Es vivencia del propio cuerpo, experiencia del mundo interno, actitud hacia el mundo, impulso de crecimiento, escala de valores, red de lazos que nos ligan con el prójimo.

El sí mismo como realidad propia única, es también la sede de la creatividad, la fuente de donde brotan las elecciones decisivas y el estilo de vida peculiar. Aunque influyen en su formación, por supuesto, las experiencias vividas y las relaciones interpersonales que se han ido estableciendo en el curso de la existencia, también lo determinan tendencias individuales básicas.

El yo es el centro de la conciencia, el sí mismo el centro de la totalidad psíquica, esa totalidad alcanzada en la individuación, que se autopresenta en una vivencia inmediata.

Ahora bien, el autoconcepto o concepto del *self* no es un constructo de uso reciente. Como concepto teórico ha sido objeto de reflexión filosófica desde hace siglos. Siguiendo a

Oñate (1989), puede decirse que el estudio del *self*, entendido como alma, inicia con Platón, en el siglo IV A. C. Sin embargo, es San Agustín (354-430), padre de la Iglesia Latina, quien describe el primer atisbo de introspección de un *self* personal.

Mucho tiempo después, en el siglo XVII, el concepto de *self* se reflejaba en el pensamiento de Descartes, Hobbes y Locke. En el siglo XVIII Hume siguió el argumento de sentido basado en la identidad. Posteriormente Kant hablaba del *self* empírico. Ya en los albores del siglo XIX, con la psicología fisiológica, la esencia del autoconcepto aparece en el sustrato físico de la conciencia. William James es el iniciador del estudio científico del *self*. Ya en 1890 postulaba que el *self* del hombre es la suma total de todo aquello que puede llamar suyo. Consideraba también que el *self* empírico o "mi" está integrado por tres componentes: el *self* social, o las opiniones que los demás tienen de uno; el *self* material, o cuerpo; y el *self* espiritual, compuesto por habilidades y rasgos dirigidos por el propio yo.

Aun cuando el *self* ha sido principalmente objeto de reflexión filosófica, y aun cuando ha sido abordado también por antropólogos y sociólogos, como construcción hipotética ha acompañado a la psicología desde que ésta evolucionó a partir de la filosofía para alcanzar la categoría de disciplina independiente.

En el ámbito de la psicología básica, el estudio del *self* ha sido abordado desde diversas perspectivas, entre ellas el Interaccionismo Simbólico, con Mead como su principal representante; el Neoconductismo, con Staats, Kanfer y Philips; la Psicología Cognitiva, con Kelly, Sarbin, Epstein y Coopersmith; la Teoría Psicossocial Humanista, con Cooley, Sullivan, Adler, Fromm, Horney, Maslow y Rogers, entre otros.

En el campo aplicado, se han estudiado sus relaciones experimental y correlacionalmente, con factores del área educativa (aprovechamiento escolar, elección vocacional, ajuste académico, implicaciones en la pedagogía); clínica (relaciones familiares, prácticas de crianza, depresión, autoestima, habilidades, inteligencia); social (profesía de autorrealización, *looking glass self*, roles); y de desarrollo (crecimiento, apariencia personal, desarrollo físico).

Para los efectos de este trabajo, me centraré básicamente en las aportaciones de la Teoría Psicossocial Humanista, la cual retoma elementos de la Filosofía Existencial, de la Fenomenología y de la Psicología Humanista.

La Filosofía Existencial tiene como característica esencial el prestar atención a la existencia concreta, individual y única del ser humano y, por tanto, el rechazo de la mera especulación abstracta y universal. Postula que el individuo tiene la responsabilidad de llegar a ser lo que desea, ya que es plenamente consciente de su existencia como ser humano y de su libertad para elegir entre diversas alternativas. Un principio fundamental de esta filosofía es la idea de trascendencia; la plena convicción de que el ser humano es capaz de trascenderse a sí mismo y rebasar los límites de su personalidad. Además, se parte de la idea de que el individuo no sólo es capaz de sentir, sino de emitir apreciaciones acerca de sus sentimientos; no sólo está dotado de conciencia, sino que tiene conciencia de sí mismo.

En el presente siglo, la corriente existencial aparece, en su primera fase, en el periodo que transcurre desde el final de la Primera Guerra Mundial hasta los años 30. Predominan en ella sobre todo autores alemanes, como Karl Jaspers y Martin Heidegger. Esta es la llamada fase alemana del existencialismo. Jaspers considera que el individuo en cuanto existencia no ha de ser concebido desde lo universal, sino que ha de elucidarse desde sí mismo en su situación histórica, única e irreplicable. La existencia no es nunca un objeto, sino que hay que decidirla. Ello ocurre principalmente en las situaciones límite, en las cuales puede darse el salto a la trascendencia. En cuanto a Heidegger, algunos autores piensan que es dudoso situarlo entre los existencialistas, ya que su pensamiento tiene, más bien, una tendencia metafísica que pretende ir de la existencia al ser y llegar así a comprender el sentido del ser. Sin embargo, los temas que analiza: la nada, la angustia nacida de la nada, la autenticidad, el ser para la muerte, entre otros, hicieron que este autor fuera incluido entre los cultivadores del existencialismo.

La corriente existencialista tiene una segunda fase que se suele denominar francesa y que se extiende desde los últimos años de la Segunda Guerra Mundial hasta mediados de la década de los 50. Esto es lo que se suele denominar verdadera y auténticamente "existencialismo". La figura clave de esta corriente filosófica, con importantes conexiones literarias y artísticas, así como políticas y sociales, es Jean-Paul Sartre. Sartre considera que en el hombre la existencia precede a la esencia y que, por tanto, sólo su libertad, absoluta e ilimitada, es la que determina la esencia y los valores del existir (Diccionario Enciclopédico Salvat, 1985).

Para la Fenomenología, por su parte, como ciencia de lo que aparece o de la apariencia, la realidad no reside en el acontecimiento, sino en el fenómeno; esto es, en la manera en que percibe la persona los acontecimientos. El fenomenólogo sostiene que las percepciones derivan de las experiencias personales.

El término "fenomenología" se ha empleado en diversos contextos filosóficos (particularmente en Kant y Hegel), desde que en 1764 Lambert lo utilizara por primera vez. Actualmente, fenomenología hace referencia a la filosofía de Husserl, en la cual, partiendo de la idea de que la realidad es sólo tal en cuanto que conocida, el fenómeno es el marco en el cual la realidad y el yo se funden para constituir la esencia del objeto. Llegar a este estadio en que la esencia se hace patente a la conciencia presupone un método, el fenomenológico, que, por sucesivas reducciones de lo más determinado y concreto a lo más general y abstracto del fenómeno, posibilita la presencia de la esencia ante una conciencia que es fundamentalmente intencionalidad (*ibid.*).

La Psicología Humanista retoma aspectos del Existencialismo y de la Fenomenología, y se concibe como una orientación centrada en los intereses y valores humanos, que se ocupa de las vivencias y expresiones que la psicología descuidó durante años, tales como amor, creatividad, sentido del yo, autorrealización, espontaneidad, etc. Concuerdo con Hamachek (1981) en su idea de que "en el mejor de los sentidos, es la expresión de lo que la psicología

significa para cualquier hombre común, inteligente; a saber, el funcionamiento y la experiencia de un ser humano integral”.

A continuación se mencionan las principales ideas en torno al yo, concebido como sí mismo, de algunos de los exponentes más representativos del Enfoque Psicosocial Humanista, retomando para ello la exposición presentada por Hamachek.

Charles H. Cooley (1864-1929).

Cooley fue uno de los primeros psicólogos sociales en explorar la idea del yo. Para él, el medio social de donde procede y se desarrolla el individuo, contribuye en gran medida al concepto que éste se forma de sí mismo. En este sentido, según Cooley, el yo se concibe como un espejo, es decir, como el reflejo de lo que se percibe fuera.

La siguiente cita viene a aclarar esta idea:

En cierta clase de casos, muy comunes e interesantes, la referencia social se manifiesta como una representación bien delineada de cómo nuestro ego aparece en una mente particular, y de la manera en que el tipo de sentimientos que albergamos sobre la propia personalidad depende de la actitud que pensamos que los demás tienen ante nuestro ego. Cabría dar al ego social el nombre de ego reflejado o semejante a un espejo (cit. pos. Hamachek, 1981).

He aquí una de las primeras ideas que no podemos perder de vista: el yo como producto social.

George H. Mead (1863-1931).

George Mead fundamentó también el estudio del yo en la situación social del sujeto, y dedujo su contenido a partir de la interacción con el mundo social.

Concibió al yo como un objeto de conciencia, ya que, según él, el hombre llega a conocerse y a emitir reacciones ante su personalidad en función de su percepción de cómo la gente responde frente a él.

Mead supuso también que, dado que el yo es formado por la sociedad, entonces los yo de un individuo corresponderán al número de grupos sociales a los que pertenece.

Esta es otra aportación importante, y da indicios ya de las múltiples adaptaciones que sufre el yo para adecuarse a los distintos medios en que se ve inmerso.

Harry Stack Sullivan (1892-1949).

Sullivan es un psiquiatra que elaboró lo que se ha dado en llamar Teoría Interpersonal del Desarrollo de la Personalidad. Según la cual todo niño, desde su primer día de vida, se encuentra inmerso en una corriente incesante de situaciones interpersonales y es receptor de un flujo constante de “apreciaciones reflejadas”. La asimilación de estas apreciaciones hace que con el tiempo el niño adquiera expectativas y actitudes hacia su persona. Si las apreciaciones son, en general, de carácter negativo y denigrante, es probable que la imagen de sí mismo que se forje el individuo sea también negativa y hostil. En cambio, cuando son positivas y constructivas, habrá mayores posibilidades de que el individuo tenga una imagen positiva y aceptable de sí mismo.

Con esta idea de las apreciaciones reflejadas, queda de manifiesto la importancia de la retroalimentación de los otros significativos para la conformación del autoconcepto, así como para la propia valoración o autoestima.

Alfred Adler (1870-1937).

Lo más sobresaliente de las aportaciones de este médico y psicólogo austriaco, fundador de la Escuela de Psicología Individual, son sus ideas acerca de que el yo es un sistema personalizado y subjetivo con el que el hombre interpreta y da sentido a sus experiencias personales. Para él todo hombre es un ser consciente de sí mismo, capaz de planear y guiar sus actos con pleno conocimiento del valor que tiene en la realización de su yo.

Propuso que cada hombre tiende hacia una misma meta (ser superior a los otros), pero que, al mismo tiempo, hay infinidad de “estilos de vida” que permiten el logro de esa meta. El estilo de vida depende, sobre todo, de las inferioridades, reales o imaginarias, de que adolece el sujeto, el cual establece “un plan de vida” orientado a superar el defecto o compensarlo.

La concepción adleriana del yo personalizado y subjetivo parece complementar las ideas revisadas anteriormente del yo como producto social. Con esto queda claro que aun cuando el concepto del yo de un individuo se conforma en sociedad, también sigue una línea de desarrollo individual y única dependiendo del plan de vida que se trace el sujeto.

Karen Horney (1885-1952).

Esta psiquiatra y psicoanalista estadounidense de origen alemán, fue uno de los más calificados exponentes del llamado "nuevo psicoanálisis". Procuró renovar la teoría y la práctica psicoanalíticas, en el sentido de prestar mayor atención a la relación entre los trastornos de la personalidad y los factores socioculturales, y se distinguió por su tesis sobre la influencia de las estructuras sociales y los modelos culturales capitalistas en la configuración de la personalidad neurótica del individuo del siglo XX. Sus ideas derivan de su concepto de la ansiedad fundamental; propone que las experiencias de ansiedad predisponen a un individuo a adoptar ciertas estrategias de ajuste que satisfagan una o varias necesidades neuróticas provenientes de la perturbación de las relaciones humanas. Las necesidades neuróticas de que habla Horney son las siguientes:

- necesidad neurótica de afecto y aprobación;
- necesidad neurótica de un compañero que se encargue de la vida de uno;
- necesidad neurótica de confinarse dentro de límites estrechos;
- necesidad neurótica de poder;
- necesidad neurótica de explotar a los demás;
- necesidad neurótica de prestigio;
- necesidad neurótica de admiración personal;
- ambición neurótica de logro personal;
- necesidad neurótica de autosuficiencia e independencia; y
- necesidad neurótica de perfección e invulnerabilidad.

Estas necesidades fueron clasificadas, más tarde, bajo tres encabezados: 1) de acercamiento a la gente, 2) de aislamiento y 3) de ir contra la gente.

Las aportaciones de Horney son similares a las de Adler en el sentido de proponer ambos que el desarrollo del yo del individuo sigue una línea marcada ya sea por inferioridades reales o imaginarias o por ansiedades neuróticas, las unas y las otras determinadas en gran medida por las características de las relaciones humanas establecidas en el transcurso de la vida. Ambos nos dejan un importante aprendizaje: para facilitar la formación de un yo sano es importante atender a la cualidad de las relaciones interpersonales tempranas.

Abraham H. Maslow (1908-1970).

Maslow propagó siempre su interés por la gente sana más que por la enferma. Propuso una Teoría de la Motivación Humana, en la que se supone que las necesidades se ordenan según una jerarquía de prioridad y preponderancia. En esta jerarquía se habla de cinco niveles de necesidad: 1) fisiológico, 2) de seguridad, 3) de amor y pertenencia, 4) de estimación y 5) de autorrealización. Para poder llegar a este último, que es el fin más elevado al que aspira todo ser humano, es necesario primero haber satisfecho los anteriores.

De acuerdo con Maslow, una persona autorrealizada se caracteriza por lo siguiente:

- Tiene una orientación realista.
- Se acepta a sí misma, a los demás y al mundo natural sin pretender de ellos hechos extraordinarios.
- Su pensamiento, su conducta y sus emociones son espontáneos.
- Se centra en problemas y no en su persona; es capaz de fijar su atención en tareas, deberes o misiones que parecen hechos para ella.
- Necesita la soledad y en ocasiones la busca, pues le es imprescindible contar con periodos de intensa concentración en temas que le interesan.
- Es autónoma, independiente y capaz de sostener sus convicciones, no obstante el rechazo y la impopularidad.
- Su capacidad de apreciación nunca pierde frescura y puede sorprenderse una y otra vez ante las cosas buenas de la vida: un crepúsculo, una flor, un niño, una melodía, una persona.
- Con frecuencia se ve inmersa en experiencias “místicas” u “oceánicas”, aunque no necesariamente de carácter religioso.
- Se siente identificada con la humanidad en su totalidad; se preocupa por el mundo entero.
- Sus relaciones estrechas con un número reducido de seres queridos no suelen ser superficiales, sino profundas e intensamente emotivas.

- Sus estructuras de carácter son democráticas, en cuanto sus juicios y su amabilidad no se basan en la raza, la condición social o la religión de las personas, sino en los valores individuales de éstas.
- Posee un elevado sentido de la moral y tiende a elegir su conducta con referencia a las consecuencias éticas de la misma.
- Está dotada de un inofensivo sentido del humor, que se manifiesta en su capacidad de hacer bromas sobre las ridiculeces, pretensiones y excentricidades del ser humano en vez de tomar por tema el sadismo, las obscenidades o el odio a la autoridad.
- Siente gran amor por la creatividad.
- Se resiste a una conformidad absoluta con la cultura (V. Hamachek, 1981).

A diferencia de los dos autores anteriores, Maslow no se centra en la “enfermedad”, sino en la salud psíquica del individuo. De ahí su idea del ser humano autorrealizado y de la autorrealización como una necesidad superior a la cual todo individuo puede aspirar una vez que ha satisfecho sus necesidades básicas.

Carl Ranson Rogers (1902-1987).

Rogers es uno de los principales representantes de la Psicología Humanista. Sus planteamientos parten del rechazo de una psicología rigurosamente experimental o psicoanalítica porque considera que los supuestos deterministas y mecanicistas de éstas no pueden captar en su especificidad al sujeto humano autoconsciente y libre. Su sistema, permanentemente abierto a la integración de nuevos conocimientos y experiencias, tiene como centro el yo y la tendencia de éste a su autorrealización.

Los conceptos fundamentales en la teoría de Rogers son: 1) el organismo, como persona global; 2) el campo fenoménico, como totalidad de la experiencia; y 3) el yo, como porción diferenciada de dicho campo, que consta de las percepciones y valores conscientes del sujeto.

Dentro del marco de su teoría de la psicoterapia, la cual se preocupa por el modo como las personas perciben el mundo y se perciben a sí mismas, así como por el proceso de cambio, Rogers desarrolla su teoría de la personalidad (V. Rogers, 1978b, cap. II).

Para ello parte de la idea de que el niño posee un sistema innato de motivación, que es la tendencia innata a actualizar las potencialidades de su organismo; y un sistema innato de control, que es el proceso de valoración organísmica, sistema que valora la experiencia tomando como referencia la tendencia actualizante, según ésta, se asigna un valor positivo a las experiencias percibidas como favorables al mantenimiento y enriquecimiento del organismo, y se asigna un valor negativo a aquellas percibidas como contrarias al mismo.

El desarrollo del yo se explica tomando como base la tendencia a la diferenciación, que forma parte de la tendencia actualizante. Como consecuencia de la primera, una parte de la experiencia del individuo se diferencia y se simboliza en la conciencia. Esta parte simbolizada corresponde a una conciencia de ser, de actuar como individuo, y se describe como experiencia del yo. A consecuencia de la interacción entre el organismo y el medio, esta experiencia del yo aumenta y se organiza gradualmente para formar el concepto del yo, que integra el campo experiencial.

A medida que se exterioriza la conciencia del yo, el individuo desarrolla una necesidad de consideración positiva, la satisfacción de tal necesidad se obtiene necesariamente por medio de las inferencias a partir del campo experiencial de otra persona.

Las satisfacciones o frustraciones que acompañan a las experiencias relativas al yo pueden ser experimentadas por el individuo independientemente de toda manifestación de consideración positiva de los demás. La consideración positiva experienciada de esta forma se denomina consideración positiva de sí mismo. La necesidad de este tipo de consideración se presenta como una necesidad adquirida que se desarrolla a partir de la asociación de experiencias del yo con la satisfacción o frustración de la necesidad de consideración positiva. El individuo llega entonces a experimentar la presencia o la ausencia de consideración positiva, independientemente de las valoraciones de los demás.

Cuando las experiencias del yo del individuo son juzgadas por ciertas personas criterio como dignas o no de consideración positiva, la consideración positiva del individuo con respecto a sí mismo también será selectiva. Cuando una experiencia del yo es buscada o evitada porque es percibida como más o menos digna de consideración de sí mismo, se dice que el individuo ha adquirido un modo de valoración condicional.

Las experiencias que están de acuerdo con esa valoración condicional son percibidas y simbolizadas adecuadamente en la conciencia; las experiencias contrarias a la misma son percibidas selectivamente, son distorsionadas hasta hacerlas concordar con dicha valoración, o bien son total o parcialmente negadas a la conciencia. Por consiguiente, en el individuo se producen algunas experiencias que no son reconocidas como provenientes del yo, no son simbolizadas adecuadamente y no se organizan en la estructura del yo. De manera que desde el momento en que se produce la primera percepción selectiva en función de la valoración condicional, se establece cierto grado de incongruencia entre el yo y la experiencia, y aparece cierto grado de inadaptación psicológica y de vulnerabilidad. Como consecuencia de la incongruencia entre el yo y la experiencia, se produce una incongruencia similar en la conducta del individuo.

Las experiencias que no son congruentes con la estructura del yo, y con su valoración condicional incorporada, se subciben* como amenazantes. Se pone en marcha entonces el proceso de defensa, que es la reacción que impide la aparición de los hechos perturbadores.

Este proceso consiste en la percepción selectiva o distorsión de la experiencia y/o en la negación parcial o total del acceso de la experiencia a la conciencia. Este proceso tiende a preservar el estado de incongruencia entre la experiencia total y la estructura del yo y las condiciones impuestas a la valoración. Las consecuencias del proceso de defensa son: rigidez perceptual, percepción inadecuada de la realidad y discriminación perceptual insuficiente.

Si existe un acentuado estado de incongruencia entre el yo y la experiencia y si, a causa de alguna experiencia significativa, esa incongruencia se pone de manifiesto, el proceso de defensa demuestra ser impotente. El individuo experimenta ese estado de incongruencia en el plano de la subcepción y siente angustia, la intensidad de esta es proporcional a la extensión del sector del yo afectado por la amenaza. Cuando el proceso de defensa demuestra su impotencia, la experiencia es adecuadamente simbolizada en la conciencia. Ante el impacto de esa toma de conciencia, se produce un estado de desorganización psíquica, en el cual el individuo manifiesta a menudo un comportamiento extraño e inestable.

Para que se de un proceso de reintegración, y la experiencia que el individuo percibía como amenazante pueda ser adecuadamente simbolizada en la conciencia y asimilada en la estructura del yo, es necesario que: 1) el individuo valore su experiencia de manera menos condicional, y 2) el nivel de consideración positiva incondicional de sí mismo se eleve. La consideración positiva incondicional demostrada y efectivamente comunicada al cliente por el terapeuta es una de las formas de realizar esas condiciones.

Cuando se ha producido este proceso de reintegración, el individuo se torna menos sensible a las experiencias amenazantes; la conducta de defensa es menos frecuente y sus consecuencias se reducen; la congruencia entre el yo y la experiencia, la consideración positiva de sí mismo, la consideración positiva hacia los otros y la adaptación psicológica aumentan; el proceso de valoración orgánsmica constituye cada vez más la base de regulación de la conducta; en síntesis, el individuo funciona cada vez mejor.

* La subcepción es un término empleado por McCleary y Lazarus (cit. pos. Rogers, 1978b), para denotar la discriminación sin representación consciente. Según la teoría de Rogers, es esta capacidad la que permite al individuo distinguir el carácter amenazador de una experiencia sin representarse conscientemente esa amenaza.

Rogers y sus seguidores, entre ellos Asch (1951), Faw (1949), Gross (1948), Gibb y Gibb (1952), Pfaffman y Shlosberg (1956), han probado estas ideas experimentalmente, tanto en el campo de la terapia individual como grupal. Han demostrado, asimismo, que sus hallazgos son válidos también en otros campos, tales como el educativo, el familiar y/o el industrial (Rogers, 1978b).

La conceptualización del enfoque propuesto por Rogers ha ido adaptándose con el transcurso del tiempo, de manera que de Terapia No Directiva pasó a ser Terapia Centrada en el Cliente. Posteriormente, debido a las implicaciones peyorativas que produjo la palabra "cliente", y a que su campo de acción empezó a ampliarse para incluir otros ámbitos, su Terapia Centrada en el Cliente pasó a ser Terapia Autodirectiva. Más recientemente, Rogers optó por llamar a su teoría Enfoque Personalizado, ya que no se limita ya a "hablar de psicoterapia, sino de un punto de vista, una filosofía, un enfoque de la vida, una forma de ser, aplicable a cualquier situación en la cual el crecimiento, ya sea de una persona, grupo o comunidad, forme parte de su objetivo" (Rogers, 1986, p. 9).

Dentro de este enfoque, el *self* o concepto de sí mismo es un elemento clave, involucra percepciones y significados particulares que aparecen vinculados a la persona.

El concepto de *self* desde este enfoque, sigue las líneas generales de la percepción. Tiene una naturaleza configuracional o gestáltica, dado que, a pesar de su carácter cambiante y fluido, mantiene siempre una característica de configuración, coherencia, integración y organización, y es, generalmente, accesible a la conciencia.

Rogers diferencia entre el *self* real y el ideal. En el primero no hay distorsión ni negación, el individuo se percibe tal cual es realmente. El *self* ideal es el concepto de sí mismo que más le gustaría poseer a la persona.

Ahora bien, pese a la incuestionable importancia que posee el autoconcepto, muchos psicólogos se han opuesto a estudiarlo, cuestionando su validez y su imposibilidad de ser analizado experimentalmente con rigurosa metodología científica. De ahí que la medida del autoconcepto, de acuerdo con Oñate (1989), tropiece con grandes obstáculos para responder a las exigencias de una medida que haga justicia, a la vez, al rigor científico y a la comunicación de un contenido personal, es decir, una medida científicamente válida y personalmente expresiva.

No obstante, en las investigaciones que se han hecho en relación con dicho constructo se han utilizado diversas técnicas que van desde las pruebas proyectivas (Johnson y Bonmarito: 1970; Zinker:1977; McNelly:1972), entrevistas, cuestionarios abiertos o cerrados (Musitu:1983), autoinformes (Coppersmith:1967; Bills:1975; Dittes:1959), hasta observaciones para inferir el autoconcepto a partir de la conducta (Combs y Soper:1957) (V. Oñate, 1989, pp. 103-109).

Las pruebas proyectivas y las entrevistas no se consideran muy objetivas, dado que involucran interpretaciones e inferencias de parte de los investigadores.

Los cuestionarios o inventarios, que pueden ser de evaluación directa (cuando el sujeto responde claramente a preguntas que implican un juicio de valor como: "¿Se considera usted atractivo?") o de evaluación implícita (cuando el sujeto se describe diciendo lo adecuado que es determinado rasgo aplicado a sí mismo), pueden estar compuestos por adjetivos, por frases autodescriptivas, o ser abiertos.

Las listas de adjetivos hacen referencia a la posesión de distintas cualidades y al grado en que se poseen. El sujeto debe elegir aquellos que crea son más adecuados para describirse a sí mismo. En la mayoría de las ocasiones, los adjetivos se enlistan conforme a la técnica del diferencial semántico, en donde se propone una serie de rasgos o adjetivos que hacen referencia a distintos aspectos de la personalidad y son bipolares (débil-fuerte; duro-blando). Esta técnica ha sido usada por Tamayo y Tamayo (1992); Hurley (1991); y La Rosa y Díaz-Loving (1991), entre otros.

Otra técnica consiste en evaluar en un mismo instrumento al *self* real y al *self* ideal. Esta técnica se basa en que el máximo de aspiración varía según los sujetos y, por tanto, es más correcto ver primero cuál es el ideal de cada uno y después comparar su autodescripción con su propio ideal, que dar por supuesto un ideal común, como puede estar implícito en los cuestionarios de simple autodescripción.

El autoinforme es otra de las técnicas que se ha empleado para evaluar el autoconcepto. Para algunos es ésta la mejor forma de conocer cómo se conciben los individuos, argumentando que si se quiere conocer a una persona hay que preguntarle directamente. Sin embargo, otros piensan que los autoinformes no son fuentes válidas de información, ya que es diferente cómo se ve el sujeto a sí mismo de lo que el sujeto quiere informar sobre sí mismo.

Según Wylie (V. Oñate, 1989), en los autoinformes el sujeto revela lo que quiere que conozca el experimentador, y puede revelar, por aquello de la deseabilidad social, actitudes que no tiene realmente.

Además, Combs y Soper (*ibid.*) destacan que los autoinformes están condicionados por la claridad de conciencia del sujeto, la expectativa social, su disposición cooperativa y su libertad de expresión; sin descontar los factores situacionales y metodológicos.

A pesar de esto, Rogers ha demostrado que bajo un clima de respeto y aceptación, en donde el individuo no se vea forzado a fingir ni a tergiversar nada, por ejemplo al final de una terapia o después de su participación en un grupo de desarrollo humano, en donde el terapeuta o facilitador haya actuado de acuerdo con los principios del enfoque personalizado o centrado en la persona, los autoinformes del sujeto en relación a su autoconcepto son muy sinceros y bastante indicadores de lo que es en realidad.

Alternativamente, a fin de evaluar objetivamente el concepto del *self*, Rogers utilizó la técnica Q de Stephenson, la cual supone una tarea en donde el individuo debe distribuir una

serie de frases relativas al sí mismo en categorías que van desde lo más característico hasta lo menos característico. Esta técnica proporciona un índice de medida de las frases relativas al *self* real e ideal, de las discrepancias existentes entre ambos y de los cambios operados en esos conceptos con el paso del tiempo.

En la técnica Q se seleccionan 100 afirmaciones y se imprimen en tarjetas. Se dan las 100 tarjetas a cada participante y se le pide que seleccione las afirmaciones que más lo representen en este momento, y que las distribuya en nueve grupos que vayan desde las frases más características de sí mismo hasta las menos características. También se le indica que coloque un número determinado de tarjetas en cada grupo (1, 4, 11, 21, 26, 21, 11, 4 y 1) a fin de obtener una distribución aproximadamente normal. Para evaluar el concepto de sí mismo ideal, se pide a los participantes que vuelvan a seleccionar las tarjetas, esta vez para describir a la persona que más les gustaría ser.

A pesar de la diversidad de técnicas que se han empleado en la investigación con objeto de evaluar el autoconcepto, muchos han cuestionado el hecho de que tal investigación se ha limitado, en su mayoría, a evaluar lo que se ha denominado “*self* reactivo”.

Se habla de la utilización de un “método reactivo” cuando el investigador selecciona la dimensión a ser estudiada y solicita a los participantes que se sitúen en ella.

Por ejemplo, el investigador presenta una serie de reactivos tales como “yo soy capaz de hacer las cosas tan bien como otras personas” o “me siento satisfecho conmigo mismo”, y pide a los participantes seleccionar una de las opciones de respuesta que consideren es más representativa de su sí mismo. Se considera que la respuesta elegida por el individuo revela el “autoconcepto reactivo” en el sentido de que está reaccionando simplemente a las dimensiones presentadas por el experimentador; e incluso, puede darse el caso de que tales dimensiones no hayan sido ni siquiera pensadas por él, quien se ve obligado a dar una respuesta ante ellas.

Ante esta situación y como alternativa, Mc Guire (V. Oñate, 1989) propone estudiar el “autoconcepto espontáneo”, es decir, cómo la persona experimenta fenomenológicamente, a fin de permitir a los sujetos expresarse ellos mismos más completa y significativamente en las dimensiones de su propia elección, en vez de limitarse a las opciones para autodescribirse que presenta el experimentador. En sus experimentos, Mc Guire utiliza pruebas generalizadas en donde incluye frases tales como “Díganos algo sobre usted mismo” o “Díganos lo que usted no es”. Estas pruebas son del tipo de los autoinformes.

Ahora bien, ¿cuáles han sido las dimensiones evaluadas en los instrumentos que miden autoconcepto?

La tradicional Tennessee Self-Concept Scale, de Fitts, está compuesta por 100 reactivos; de ellos 45 se hallan formulados en términos positivos y otros 45 en términos negativos. Los 10 restantes pertenecen a la escala L del MMPI y se relacionan con la autocrítica.

Los primeros 90 elementos se clasifican en tres dimensiones o componentes de las actitudes hacia el sí mismo, que son: 1) Identidad (*"lo que soy"*), que es la forma como el individuo se percibe; es decir, el autoconcepto que tiene de sí. 2) Autosatisfacción o Autoestima (*"cómo me siento"*), éste es el modo como el individuo se acepta a sí mismo, en cada una de sus diversas áreas. 3) Autocomportamiento (*"lo que hago"*), es decir, cómo el individuo actúa consigo mismo, qué hace consigo en las distintas parcelas de sí mismo.

Cada una de las dimensiones citadas está constituida, a su vez, por reactivos referentes a cinco grandes áreas del autoconcepto: 1) sí mismo físico, 2) sí mismo ético-moral, 3) sí mismo personal, 4) sí mismo familiar, y 5) sí mismo social. En el sí mismo físico, la persona presenta su visión sobre su cuerpo, su estado de salud, su apariencia física, habilidades y sexualidad. En el sí mismo ético-moral, se describe al yo tomando en cuenta su valía moral, sus relaciones con Dios, sus sentimientos de ser una persona "buena" o "mala" y su satisfacción con la propia religión o falta de ella. El sí mismo personal, refleja el sentido que la persona tiene de su propio valor, sus sentimientos de adecuación y la evaluación de su personalidad independientemente de su cuerpo o de sus relaciones con otros. El sí mismo familiar, se refiere a los propios sentimientos de adecuación, méritos y valor como miembro de una familia; así como a la percepción que la persona tiene de sí misma en relación a su círculo de allegados, los más cercanos e inmediatos. Por último, el sí mismo social refleja el sentido de adecuación y valer de la persona en su interacción social con otras personas en general (Serra y Mendoza, 1990).

Este instrumento ha sido criticado aludiendo al hecho de que no se controló el fenómeno de deseabilidad social, que parece estar presente en la mayoría de sus afirmaciones, así como la falta de independencia de los puntajes específicos, que puede conducir a una redundancia de puntajes en los perfiles.

La Rosa y Díaz-Loving (1991), desarrollaron un instrumento multidimensional para evaluar el autoconcepto, cuya definición y operacionalización se llevó a cabo tomando en cuenta la cultura mexicana.

Trabajando con estudiantes de licenciatura y preparatoria, varones y mujeres, identificaron cinco dimensiones importantes en lo que se refiere al autoconcepto, las cuales son: 1) Física, o consideración respecto al cuerpo; que incluye "atractividad", salud, habilidades y funcionamiento. 2) Social, que significa la percepción que uno tiene de sus interacciones y el grado de satisfacción o no satisfacción procedente de las mismas. 3) Emocional, que incluye los sentimientos y emociones que el individuo experimenta como consecuencia de sus éxitos o fracasos, interacciones sociales y consecución de los objetivos vitales. 4) Ocupacional, en la que se considera el funcionamiento del individuo en su trabajo, ocupación o profesión. Finalmente, 5) ética, la cual apunta al grado de congruencia con los valores personales, que son un reflejo de los valores culturales.

No obstante, la aplicación piloto del instrumento que, basado en la técnica del diferencial semántico, estuvo constituido por 54 pares de adjetivos, en los cuales uno era el antónimo del otro, reportó la ausencia de la dimensión física del autoconcepto y reafirmó como

dimensiones básicas la emocional, ética, social y ocupacional. Aunque, esta dimensión no fue encontrada con la muestra femenina en el análisis factorial por sexo.

Además, las dimensiones social y emocional demostraron estar constituidas por diversas subescalas. Sociabilidad afiliativa, sociabilidad expresiva y accesibilidad, configuraron lo social; en tanto que estados de ánimo, sentimientos interindividuales o afectividad y salud emocional, constituyeron la dimensión emocional.

La Escala Factorial de Autoconcepto (V. Tamayo y Tamayo, 1992), utiliza la técnica del diferencial semántico e incluye adjetivos bipolares en relación con seis factores que evalúan la autoconfianza, la actitud social, el autocontrol, la apertura social, el comportamiento ético-moral y la apariencia física.

Pahkinen y Cabble (1990) utilizaron un método multidimensional para evaluar el autoconcepto en pacientes clínicos, integrado por las siguientes variables:

1. Una lista de síntomas, conteniendo 27 diferentes, tanto psíquicos como psicósomáticos. Para su análisis estadístico, estos síntomas fueron subdivididos en tres grupos: síntomas de dolor, síntomas de ansiedad y depresión y síntomas de tensión social y sensibilidad.
2. El Inventario de Depresión de Beck, compuesto por 21 categorías de síntomas y actitudes.
3. Una prueba de autoimagen.
4. La evaluación de su capacidad para establecer contactos sociales y su habilidad para trabajar y tener intereses y hobbies.
5. El progreso del paciente durante la terapia (autoevaluación del paciente).

Craig-Bray y Adams (1986), en su estudio sobre "diferentes metodologías en la evaluación de la identidad", discuten la utilidad de las técnicas de entrevista en relación con los instrumentos de autoinforme.

Se refieren específicamente a una versión ampliada de la entrevista clínica de Marcia (1966); la cual, retomando las dimensiones conceptuales planteadas por Erikson sobre crisis y compromiso, evalúa cuatro estados de identidad: difusión, extinción, moratoria y realización de la identidad. Los individuos en estado de difusión no han hecho un compromiso hacia una ocupación o ideología, ni experimentan acuerdo inmediato en relación con su escasez de compromiso. Los individuos en estado de extinción se rigen por compromisos basados principalmente en identificaciones de la niñez, sin haber participado en una exploración o proceso de crisis. Los que están en estado de moratoria, están en un estado de crisis o búsqueda, aún no formulan sus compromisos de vida. Los individuos que se encuentran en la etapa de realización de la identidad, han experimentado una crisis personal y un proceso de búsqueda que ha resultado en fuertes compromisos hacia el trabajo, la ideología y los roles sociales. Así, el estado de identidad puede ser visto como

resultados en tipos de personalidad basados en la presencia o ausencia de compromisos asociados con el grado de experiencia en un proceso de búsqueda o autoexploración.

La entrevista ampliada es una modificación de la entrevista original de Marcia, desarrollada por Grotevant y Cooper (1981), la cual incorpora las sugerencias de Matteson (1977) para evaluaciones separadas de crisis (o exploración) y compromiso en cada área contenida, permitiendo la investigación por separado de cada dimensión. El protocolo de calificación resulta en evaluaciones de 1 (bajo) a 4 (alto), y mide los niveles de exploración y compromiso para cada una de las seis áreas contenidas: ocupación, política, religión, amistad, citas y roles sexuales (V. Craig-Bray y Adams, 1986).

El instrumento de auto-reporte que se comparó con la versión ampliada de la entrevista clínica de Marcia fue el EOM-EIS (Extended Version of the Objective Measure of Ego Identity Status) de Grotevant y Adams (1984). Este es una medida de 64 reactivos que usa un sistema de respuesta tipo Likert y que proporciona puntajes crudos de cuatro escalas que corresponden a los cuatro estados de identidad del yo de Marcia. Incluye áreas de contenido ideológico que se emplean en aspectos instrumentales de ocupación, política, religión y estilos de vida filosóficos; y áreas de contenido interpersonal de identidad social enfocadas en amistad, citas, roles sexuales y recreación.

De acuerdo con Craig-Bray y Adams, la entrevista, al pretender ser usada para captar y comunicar la diversidad de crecimiento y experiencia humana, adolece de problemas, entre los que se encuentran la administración prolongada y el tiempo de calificación, así como el potencial para calificar y codificar errores. Los instrumentos de auto-reporte, en cambio, han sido diseñados para ser fácil y rápidamente administrados, y son más objetivos, dado que no están basados en inferencias de los entrevistadores.*

No obstante, los hallazgos de estos investigadores sugieren poca validez concurrente en la evaluación de estados de identidad entre los dos tipos de medida; por tanto, concluyen que ninguna de las técnicas de evaluación estudiadas son medidas ideales de la complejidad de la identidad del yo.

Como se mencionó con anterioridad, en la literatura psicológica se ha investigado al *self* en relación con diferentes variables y en diversos ámbitos. Se revisan a continuación algunos de ellos.

* Cabe aclarar que los autores citados aluden al término autoreporte para referirse a instrumentos del tipo cuestionario o inventario.

Gadzella, et al. (1985) , estudiaron las correlaciones del autoconcepto con locus de control y ejecución académica, tanto en hombres como en mujeres estudiantes de universidad. Utilizaron como instrumentos de medida la Escala de Autoconcepto de Tennessee, en su forma clínica y de investigación, y la Escala de Locus de Control, Interna, Otros Poderosos y Causalidad.

Sus resultados demuestran la relación entre autoconcepto y locus de control interno, pues todas las calificaciones de las subescalas de autoconcepto, excepto la del *self* familiar, tuvieron correlaciones positivas significativas con las calificaciones de la escala interna de locus de control, tanto para hombres como para mujeres. Esto indica que, en general, los autoconceptos positivos de hombre y mujer están asociados con atribuciones internas de control personal. Sin embargo, este patrón no se mantuvo cuando se consideraron las atribuciones relacionadas con otros poderosos y causalidad. Para los hombres, se encontró una relación negativa significativa entre autoconcepto total y atribuciones concernientes a otros poderosos, mientras que para las mujeres no hubo relación significativa entre estos factores. Esto quiere decir que los hombres con autoconceptos negativos parecen dar mayor importancia, en términos de su propio autovalor, a la evaluación de otros significativos que los hombres con autoconceptos positivos. Con las mujeres, el autoconcepto no está relacionado a la evaluación hecha por otros poderosos. La única excepción a este patrón fue la relación entre las calificaciones de las subescalas *self* físico y *self* personal con las calificaciones de la escala Otros Poderosos. En estas dos subescalas, tanto hombres como mujeres mostraron una relación inversa significativa entre autoconcepto y control percibido por otros poderosos.

En lo que respecta a la relación entre autoconcepto y atribuciones de suerte o causalidad, todas las calificaciones de las subescalas de autoconcepto estuvieron relacionadas negativamente con las atribuciones de suerte o causalidad para los hombres, pero ninguna relación fue significativa para las mujeres.

La relación entre autoconcepto y ejecución académica fue apoyada sólo en el caso de los varones.

No obstante, es innegable que la opinión que cada persona tiene de sí misma se relaciona íntimamente con su capacidad para el aprendizaje, su rendimiento y logros académicos, ya que el aprovechamiento escolar, como cualquier otra clase de rendimiento, depende no sólo de la capacidad real de la persona, sino de la capacidad que ella cree poseer.

Hamachek (1981) hace hincapié en el concepto de “congruencia del yo” para comprender mejor la relación entre aprovechamiento académico y autoconcepto. Afirma que una vez que el alumno se aferra a una percepción de lo que puede hacer, es difícil lograr que la abandone, sobre todo si la percepción tuvo tiempo de arraigarse y convertirse en una opinión firmemente establecida. Aun cuando no es posible precisar si el aprovechamiento escolar satisfactorio es anterior o posterior a un gran aprecio de sí mismo, se puede afirmar que ambos aspectos se refuerzan mutuamente, de manera que el cambio positivo de uno facilita el cambio positivo de otro.

Shu-ping Lu (1990) estudió el desarrollo del autoconcepto en relación con la edad, desde la niñez a la adolescencia. Trabajó con estudiantes, varones y mujeres, de escuelas primarias, medias y superiores. Utilizó un formato de prueba con 20 espacios y pidió a los estudiantes que escribieran 20 diferentes respuestas a la pregunta ¿Quién soy yo?. Los resultados indican que hubo un incremento significativo entre la niñez y la adolescencia en el porcentaje de sujetos que usaron las categorías “existencial-individuación”, “referencias ideológicas y creencias”, “estilo interpersonal” y “estilo psíquico”, consideradas éstas como más abstractas; lo cual significa que los adolescentes, con mayor frecuencia que los niños, se refirieron a ellos mismos en términos abstractos, interpersonales y psicológicos. En forma consecuente, hubo un incremento significativo entre la niñez y la adolescencia en el porcentaje de sujetos que usó las categorías “nombre” y “pertenencia a algún grupo”, las cuales generalmente indicaron una descripción concreta de uno mismo. Además, se observaron cambios curvilíneos significativos en el porcentaje de sujetos que usaron las categorías “edad”, “herencia racial o nacional”, “rol ocupacional”, “gustos”, “intereses intelectuales” y “sentido de dignidad moral”.

Estos hallazgos prueban algo que, debido a la maduración y al desarrollo de la inteligencia abstracta, que invariablemente se da con el incremento en la edad en individuos sanos, es lógico esperar.

Hewitt y Genest (1990) también han investigado el *self*, específicamente el *self* ideal (el cual describen como un tipo de procesamiento esquemático de contenido perfeccionista) en relación con la disforia, concebida ésta como depresión subclínica.

Ellos deseaban conocer si los individuos pueden usar el esquema del *self* ideal para codificar y registrar información verbal usando el paradigma de procesamiento profundo, así como determinar si el esquema del *self* ideal codifica selectivamente y procesa información perfeccionista como una función de la disforia.

Se trabajó con estudiantes de primer año de psicología, hombres y mujeres. Los instrumentos de medida utilizados fueron: 1) El Inventario de Depresión de Beck, en su forma corta; el cual es una medida de autorreporte de sintomatología depresiva de 13 reactivos. 2) Una lista de 72 palabras que incluía 24 adjetivos perfeccionistas, 24 negativos y 24 neutrales. Y 3) tres tipos de escalas de calificación: a) la tarea estructural, que pedía a los sujetos juzgar la longitud de la palabra; b) la tarea de autorreferencia ideal, que preguntaba si la palabra describía su *self* ideal; y c) la tarea de autorreferencia actual, que preguntaba si la palabra describía su *self* actual.

Sus resultados indicaron que las palabras calificadas usando una tarea de autorreferencia son mejor recordadas que las palabras calificadas usando una tarea estructural. Los autores argumentan que estos hallazgos funcionan como evidencia de que el autoconcepto funciona como un esquema. Además, el hecho de que las palabras calificadas bajo la tarea de autorreferencia ideal fueron recordadas mejor que las palabras calificadas bajo la tarea

estructural, es presentado como apoyo a la idea de que hay una representación esquemática del *self* ideal, y de que éste puede ayudar en el procesamiento de información verbal.

Por otra parte, los resultados indicaron también que el recuerdo no difirió entre las tareas de autorreferencia ideal y actual, y que las palabras de contenido perfeccionista que fueron calificadas como no descriptivas de ningún esquema de autorreferencia, fueron recordadas mejor. Se explica este último hallazgo recurriendo al fenómeno de "disposición a la perfección", que generalmente es visto como altamente deseable, por ello el material de tipo perfeccionista puede ser codificado y accesado más fácilmente y, por tanto, ser mejor recordado.

Finalmente, los autores no encontraron evidencia que apoye la hipótesis de que el *self* ideal procese diferentes tipos de material como una función de la disforia, ya que tanto los sujetos disfóricos como los no disfóricos procesaron todo el contenido con igual facilidad. No obstante, es importante tener presente que su muestra estuvo básicamente constituida por mujeres.

La información presentada hasta aquí, tiene por objeto enfatizar la importancia del autoconcepto en el desarrollo de la personalidad y en la consecución de una imagen sana e integral del ser humano.

Se ha demostrado que el autoconcepto que un individuo posee de sí, independientemente de cómo haya llegado a integrarlo, tiene influencia en el modo en que éste ha de reaccionar ante casi todos los ámbitos de su vida. Y, aun cuando se sabe que el autoconcepto evoluciona con la edad, haciéndose cada vez más estable y congruente con lo que el individuo es realmente, también se sabe que hay ciertos periodos de la vida que resultan críticos debido a que son periodos cruciales donde la vulnerabilidad del individuo se vé incrementada (Erikson, 1989).

Erikson se refiere explícitamente a ocho estadios del desarrollo de la personalidad; dice que cada paso sucesivo es una crisis potencial debido a un cambio radical en cuanto a perspectiva. El primero de ellos es el estadio de Confianza frente a Desconfianza; el segundo de Autonomía frente a Vergüenza y Duda; el tercero de Iniciativa frente a Sentimiento de Culpa; el cuarto de Laboriosidad frente a Inferioridad; el quinto de Identidad frente a Confusión de Identidad; el sexto de Relación Íntima frente a Aislamiento; el séptimo de Generosidad frente a Estancamiento; y el último de Integridad frente a Desesperanza.

El sentimiento de confianza básica es una actitud difusa con respecto a sí mismo y al mundo derivada de las experiencias del primer año de vida. Esta confianza se entiende como el hecho de confiar esencialmente en los demás, así como un fundamental sentimiento acerca de que uno mismo es digno de confianza. Esto forma en el niño la base de un componente del sentimiento de identidad, con el que se combinarán más adelante los sentimientos de "estar perfectamente", de ser uno mismo y de llegar a ser lo que los otros confían que ha de ser uno.

En el estadio de autonomía tiene lugar la primera emancipación verificada con respecto a la madre. El niño se esfuerza por dejar atrás su dependencia extrema y comienza a experimentar su voluntad autónoma. Para el desarrollo de la autonomía es necesario una confianza precoz firmemente desarrollada que proteja al niño contra una pareja de nuevas desviaciones que surgen en esta etapa: el sentimiento de haberse expuesto a sí mismo prematura y atolondradamente, que se designa como vergüenza, y aquella desconfianza secundaria denominada duda.

El estadio de iniciativa es la base para un sentimiento realista de ambición y propósito. En él se verifican tres desarrollos parciales que le dan fundamento: 1) el niño aprende a moverse más libremente y establece así un círculo de metas más amplio e ilimitado; 2) su lenguaje se perfecciona hasta el punto de que entiende y puede preguntar incesantemente acerca de innumerables cosas; y 3) tanto el lenguaje como la locomoción le permiten extender su imaginación a múltiples roles. La conciencia gobierna ampliamente la iniciativa. El niño no sólo siente ahora miedo de ser cogido en falta, sino que también escucha la "voz interior" de la autoobservación, la autodirección y el autocastigo, que le divide radicalmente dentro de sí mismo. Esta es la piedra angular ontogenética de la moralidad.

El estadio de laboriosidad es sumamente decisivo desde el punto de vista social, ya que supone hacer cosas con y conjuntamente con otros. El peligro de este estadio está representado por el bien conocido sentimiento de inferioridad, que puede estar causado por una insuficiente resolución del conflicto precedente.

El estadio de identidad es propio de la adolescencia, en esta etapa, hay periodos en que el individuo puede caer en estados de confusión de identidad. Habitualmente son periodos en que el individuo joven se halla expuesto a una combinación de experiencias que exigen su simultánea atención a la intimidad física, a una decisiva elección profesional, a una competición energética y a una autodefinición psicosocial.

Tan sólo cuando la formación de identidad está bien encauzada es posible lograr una auténtica intimidad, que es en realidad, de acuerdo con Erikson, un contrapunto, así como una fusión de identidades. El joven que no está seguro de su identidad, elude la intimidad interpersonal o se enfrasca en actos de intimidad promiscuos, sin una fusión o autoabandono auténticos. Cuando un individuo no establece tales relaciones íntimas con otros a finales de la adolescencia o principios de la edad adulta puede establecer relaciones interpersonales altamente estereotipadas y llegar a adquirir un profundo sentimiento de aislamiento.

La generatividad es, en primer término, la preocupación por establecer y guiar a la próxima generación.

La integridad es la acrecentada seguridad por parte del yo en cuanto a su inclinación al orden y al sentido. Es la aceptación del ciclo vital único y exclusivo de uno mismo y de las personas que han llegado a ser importantes para dicho ciclo; la aceptación del hecho de que uno mismo es el responsable de la propia vida. Aquel que se halla en posesión de integridad,

se halla dispuesto a defender la dignidad de su estilo de vida contra todo género de amenazas.

Precisamente como una forma de contribuir a evitar en lo posible que las crisis descritas por Erikson puedan llegar a ser excesivas en su magnitud al ser experimentadas por los individuos, es de fundamental importancia fortalecer el autoconcepto de los mismos.

¿Cómo fortalecer el autoconcepto?...

A través de un taller que funcione como grupo de encuentro o de desarrollo humano.

Rogers ha demostrado (1990), tanto a nivel individual como grupal, que es posible lograr cambios importantes en el autoconcepto de los individuos cuando en la relación que se establece entre facilitador o terapeuta y participante (s) o paciente (s), están presentes como requisito básico los principios fundamentales de carácter actitudinal que fundamentan su teoría de la terapia.

Estos principios son la congruencia, la consideración positiva incondicional y la comprensión empática. Los cuales, no sólo deben ser parte de la personalidad del terapeuta o facilitador, sino que, además, necesitan ser comunicados a fin de ser percibidos por la persona o personas con quien éste se encuentre en relación.

La congruencia, genuinidad o autenticidad, se concibe como la primera y más importante de las actitudes facilitadoras del cambio. Sin éstas son prácticamente imposibles la comprensión empática y la consideración positiva incondicional, ya que tales actitudes no pueden existir de manera significativa si la persona no es auténtica. Ser congruente significa ser realmente uno mismo, dejar de representar papeles para mostrarse como una persona real; supone una toma de conciencia de sí mismo, de la experiencia interna, de los sentimientos y emociones, de las ideas y valores, de las actitudes y reacciones, de modo tal que en el momento en que sea necesario puedan expresarse y compartirse con claridad.

La consideración positiva incondicional se caracteriza por ser una aceptación que prescinde de condiciones de valor. Significa aceptar a la otra persona tal cual es, sin prejuiciarla ni juzgarla. Aceptarla de una manera total, independientemente de que se esté o no de acuerdo con la totalidad de lo que ella es. Es también la aceptación del otro como alguien distinto a uno, como una persona completamente aparte, con sus propios derechos. Es considerar a la otra persona como alguien que, de uno u otro modo, es fundamentalmente digna de confianza.

La comprensión empática se entiende como la capacidad de captar, en la medida de lo posible, la experiencia de la otra persona tal y como aquella la está viviendo. Es tratar de sentir "como si" se estuviera en su lugar, pero sin perder esa cualidad de "como si" para no caer en la identificación. Es un intento por ver las cosas a través de los ojos de la otra persona para reconocer cuál es su percepción de la realidad y cuál el significado que dicha

realidad tiene para ella. Es, en esencia, el hecho y el signo de una presencia de plena escucha, que permite al otro sentirse acompañado.

Tanto la Terapia Centrada en la Persona, como la Terapia Centrada en el Grupo propuestas por Rogers, tienen el propósito común de promover el pleno desarrollo del o de los participantes, y la misma concepción de la naturaleza de la personalidad y de la forma en que ésta cambia.

Si en la Terapia Centrada en la Persona se requiere que dos personas estén en contacto, y que una de ellas (la persona que solicita ayuda) se encuentre en un estado de incongruencia, vulnerabilidad o angustia; mientras la otra (el terapeuta) manifiesta congruencia, consideración positiva incondicional y comprensión empática hacia la otra persona en su relación con ella, a fin de que esa persona perciba tales actitudes; en la Terapia Centrada en el Grupo se precisan las mismas cualidades de parte del terapeuta, y que éste se margine voluntariamente permitiendo que el grupo se erija en su propio líder. La diferencia fundamental radica en al cantidad de personas comprometidas en la relación. Además, para obtener efectos de la experiencia grupal, se debe construir primero el tipo de clima o atmósfera que se considera fundamental. Rogers propone que cada miembro del grupo, si se desea que aproveche la terapia, debe encontrar en el terapeuta y en los otros miembros un genuino sentimiento de aceptación. Debe encontrar en la situación grupal una necesidad cada vez menor de defenderse contra la ansiedad; debe sentirse cada vez más libre para examinarse a sí mismo, con la seguridad de que encontrará una comprensión de su vida tal como él la vé, y que se lo respetará como persona en todo momento del proceso. También es deseable y necesario que el individuo encuentre en el grupo una confianza tácita en su capacidad para ser responsable de su propia vida, y un deseo de que haga sus propias elecciones, independientemente de la dirección de las mismas, con la confianza última de que tomará las decisiones esenciales para su plena autorrealización. Si en el grupo no se desarrollan estas importantes actitudes, probablemente la tarea sea poco beneficiosa y la terapia fracase.

Los resultados que se obtienen con ambos tipos de terapia en las personas que han estado involucradas en ellas, son muy similares. Rogers (1978b) menciona los siguientes cambios en la personalidad y en la conducta, refiriéndose específicamente a la terapia individual:

- La persona que solicitó la ayuda es cada vez más congruente y abierta a la experiencia, sus percepciones son más realistas y diferenciadas.
- Incrementa su capacidad para resolver sus problemas eficientemente, porque su adaptación psicológica mejora y se desarrolla en sentido óptimo.
- Su vulnerabilidad a la amenaza disminuye.
- Su percepción del yo ideal es más realista y más congruente con su yo real.

- Como resultado del aumento de congruencia entre el yo y el yo ideal, por un lado; y entre el yo y la experiencia, por el otro; se produce una disminución de la tensión y de la angustia.
- La consideración positiva de sí mismo aumenta, pues el individuo se percibe ya como su propio centro de valoración y de elección, esto a su vez ocasiona que se sienta más seguro de sí mismo y más autónomo porque, además, sus valores son determinados mediante un proceso de valoración organísmica.
- Cuando el individuo es más congruente y más realista en sus percepciones, percibe también a los otros de manera más realista y exacta, al mismo tiempo que siente hacia ellos una mayor aceptación.
- Su conducta se modifica en varias maneras, los otros lo perciben como más social y maduro.
- Se revela como ser creativo y capaz de adaptarse a nuevas situaciones y problemas.

Lerner (1974), por su parte, incluye los siguientes cambios evolutivos:

- Cambios en el material verbal. En un principio, el individuo sólo habla de sus problemas; a lo largo de la terapia va expresando una comprensión gradual de las relaciones entre sus conductas pasadas y presentes, lo que contribuye al progreso en la reformulación de su autoimagen.
- Progreso en el centramiento sobre sí mismo. Se constata un desplazamiento del centro de valoración hacia el propio yo.
- Cambio en la percepción y actitudes hacia el propio yo. La primitiva noción del yo se transforma en la terapia, apareciendo ante la percepción del individuo como una nueva autoimagen, caracterizada por autorreferencias más positivas y flexibles.
- Cambios en la modalidad de la percepción. Mayor diferenciación y simbolización más correcta.
- Relacionalidad. Implica el descubrimiento por parte del individuo de las relaciones ocultas entre los diversos problemas que lo aquejan.
- Progreso hacia la concientización de la experiencia negada.
- Cambios en la evaluación.
- Progreso en la autoaceptación.

- Cambios en la estructura y organización de la personalidad. Entre estos cambios se encuentra, según la investigación, mayor unificación e integración psicológicas; menor grado de tendencia neurótica; menor ansiedad y angustia; mayor aceptación de sí mismo y de la propia emotividad; mayor objetividad ante la realidad; mayor efectividad ante situaciones tensionales; sentimientos y actitudes más constructivos; y mayor rendimiento intelectual.

Con respecto a los resultados que se obtienen después de participar en una experiencia de Terapia Centrada en el Grupo, se reporta (Rogers, 1990) que los participantes no solamente experimentan beneficios en relación al manejo de problemas y conflictos específicos, sino que además muestran una mayor aceptación de sí mismos y deseos de ser auténticos, así como un deseo de internalizar y continuar el proceso de la terapia.

Ahora bien, Rogers trabajó con otro tipo de grupos, no explícitamente formados con propósitos terapéuticos, pero que funcionan como tales para la mayoría de los participantes. Estos grupos, llamados “de encuentro”, “de crecimiento” o “de desarrollo humano”, tienden a hacer hincapié en el desarrollo personal y en el mejoramiento de la comunicación y las relaciones interpersonales, en base a un proceso experiencial intensivo. Son grupos generalmente pequeños, de ocho a dieciocho miembros*; carecen de estructura y eligen sus propias metas y directivas. La principal actividad del coordinador de estos grupos es facilitar a sus miembros la expresión de sentimientos y pensamientos.

Al igual que en los grupos psicoterapéuticos, en éstos el facilitador también se encarga de crear un clima psicológico óptimo para la manifestación abierta y real de los participantes. La principal herramienta con que cuenta para tal fin, es su actitud y su confianza básica en el potencial del grupo, como el de cualquier organismo, para desarrollarse y crecer por sí mismo.

A este respecto, Rogers dice:

Creo que la forma en que desempeño mi función de facilitador es significativa para el grupo, pero que el proceso grupal es mucho más importante que mis declaraciones o mi conducta, y tendrá lugar si yo no lo obstaculizo. Es indudable que me siento responsable ante los participantes, pero no de ellos (Rogers, 1978a, p. 54).

* Rogers ha trabajado también con grupos mucho más grandes (hasta 800 personas), a los que llama comunidades y con quienes ha obtenido también resultados exitosos. V. Rogers, 1980. **El poder de la persona.**

La actitud del facilitador se caracteriza en primer lugar por la aceptación del grupo, incluye también la aceptación de cada individuo en particular y su comprensión desde un punto de vista empático. La congruencia del facilitador, o su actuación acorde a sus sentimientos, sigue siendo fundamental. Aparte de estos aspectos, que valen igual para la terapia individual y grupal, Rogers utilizó al trabajar con grupos de encuentro el enfrentamiento y la retroalimentación; enfrentaba a los participantes con ciertas facetas de su conducta que resultaban incongruentes, agresivas o no comprometidas, siempre tratando de facilitar la expresión congruente de sentimientos y pensamientos. Rogers, además, no se rehusó a ser en el grupo, aparte de facilitador, participante; y en esta medida se permitía expresar en el grupo sus propios problemas cuando éstos emergían o podían alterar el proceso del mismo, procurando, sin embargo, no agotar con ellos el tiempo del grupo. Rogers defendió también la evitación de cualquier planeación previa, incluso de ejercicios; si éstos se daban debía ser de forma espontánea. Evitó, de igual manera, hacer interpretaciones o comentarios acerca del proceso grupal, y solía confiar en la potencialidad terapéutica de los miembros del grupo entre sí.

Los grupos de encuentro, al igual que la terapia individual y grupal desde el enfoque contemplado, producen ciertos cambios en las personas que participan en ellos. Rogers (1978a) describe los más notables: se dan casos de individuos que modifican su concepto de sí mismos a medida que se permiten explorar sus sentimientos en un clima de aceptación. Otros aprenden a liberarse, se permiten ser espontáneos y manifestar sus sentimientos, sean cuales sean, sin distorsión, así como hacer de las relaciones que entablan algo auténticamente humano. En suma, son más auténticos y congruentes consigo mismos y se observan profundos cambios en su personalidad y conducta.

No obstante, los hallazgos encontrados a este respecto han sido cuestionados argumentando que los instrumentos empleados para evaluar las variables involucradas no han sido lo suficientemente válidos, y que incluso son bastante subjetivos por ser, en su mayoría, autoinformes.

Adicionalmente, se han cuestionado las bases mismas del enfoque, al sugerirse que a partir de ellas se generan condiciones en las que es poco factible que se verifiquen los cambios y crecimiento que se pretenden lograr (Cappon, 1984).

Ante tal situación, como parte de la presente investigación, se planeó la necesidad de diseñar un instrumento que mida el autoconcepto, mediante el cual sea posible evaluar las implicaciones que la participación en un grupo de desarrollo humano tienen sobre el autoconcepto de los participantes.

El taller propuesto para promover cambios en el autoconcepto, tiene las características de los grupos de encuentro o de encuentro básico creados y popularizados por Rogers. Se tiene como base la misma filosofía del ser humano y la misma teoría de la terapia y del cambio de la personalidad. Y, por supuesto, se espera que los resultados sean similares a los reportados con anterioridad.

CAPÍTULO 1. EL AUTOCONCEPTO Y LA PERSONA DESDE EL PUNTO DE VISTA HUMANÍSTICO.

El autoconcepto, entendido como la concepción que el individuo tiene con respecto a su sí mismo o *self*, es considerado por los fenomenólogos el concepto central en psicología. Su importancia ha sido reiterada sobre todo en el campo de la personalidad, la cual, generalmente se entiende como el proceso o estructura interna del individuo, que determina cómo éste ha de comportarse.

Para poder entender, en su correspondiente magnitud y con la relevancia que requiere este término, a la vez tan citado y evitado, es necesario primero dejar sentadas ciertas precisiones en relación con el significado del sí mismo o *self*.

De acuerdo con Allport (1986), el sí mismo se concibe como la zona central, íntima y cálida de nuestra vida, que viene a ser como un núcleo en nuestro ser. Este sí mismo desempeña un papel fundamental en nuestra conciencia, en nuestra personalidad y en nuestro organismo, pero no puede equipararse a ninguno de ellos. La conciencia es un concepto más amplio que el de *self*; la personalidad, a su vez, es un concepto más amplio que el de conciencia; pero el organismo los incluye a todos.

El sí mismo es experimentado, sentido, por el individuo, desde su propia naturaleza subjetiva; de ahí que plantee a quienes están interesados en su estudio, profundos dilemas filosóficos que tienen que ver con la concepción y naturaleza del ser humano, del "alma", de la libertad y la responsabilidad, entre otros aspectos igual de subjetivos, sin dejar por ello de ser importantes en la consideración y comprensión de la psicología del individuo.

Kohut (1989), por su parte, se refiere al *self* como un efectivo centro independiente de iniciativa y un foco de percepciones y experiencias. Como la singular y no reductible cualidad de la experiencia psicológica; experiencia entendida como encuentro, como el experimentar o la experiencia de ser uno que experimenta.

En este sentido, Kohut, aun cuando tiene profundos lazos con la tradición psicoanalítica, no difiere mucho de la concepción *rogeriana* del *self* (Cf. Kahn, 1989).

Para Rogers (1990), el *self*, entendido como la conciencia de ser o de funcionar, es un concepto clave en su teoría de la personalidad. Su estructura involucra percepciones y significados particulares que aparecen vinculados a la persona que experimenta. Esta concepción *rogeriana* del *self* incorpora los principios del Estructuralismo y de la Psicología de la Gestalt, al concebir este constructo como una configuración organizada de percepciones en la que entran todas aquellas partes del campo fenoménico conocidas como "yo mismo", "mío" o "yo". Estas percepciones son admisibles en la conciencia y abarcan tanto las percepciones de las propias características y capacidades, como los perceptos y conceptos del sí mismo en relación con los demás y con el ambiente, así como las cualidades

valiosas que se perciben asociadas con experiencias y objetos y las metas e ideales que se perciben con valencias positivas y negativas. Es decir, el *self* es un cuadro organizado que existe en la conciencia, ya sea como figura o como fondo, de uno mismo y de uno mismo en relación, junto con los valores positivos o negativos que se asocian con esas cualidades y relaciones, tal como se percibe que existen en el presente, pasado o futuro.

El *self*, desde el punto de vista *rogeriano*, es una estructura que sigue las leyes generales de la percepción; que tiene una naturaleza configuracional o gestáltica, ya que a pesar de su carácter cambiante y fluido, mantiene siempre una característica de configuración, coherencia, integración y organización. Es un cuerpo de experiencias, generalmente accesibles a la conciencia, cuya influencia en el comportamiento es evidente desde el momento en que se concibe a la conducta como el esfuerzo intencional del organismo para satisfacer sus necesidades tal como las experimenta, desde su propio campo perceptivo, que es, para él, la realidad. Una realidad que está dada por la forma particular en que es percibida.

Michael Purinton, *et al.* (en Lafarga y Gómez del Campo, 1990), basándose en las teorías del *self* ideadas por Rourke (1968) y Pearls (1970), consideran que el *self* de cualquier individuo está constituido por muchos estratos diferentes, a la manera de una cebolla; es decir, que se compone de una serie de capas que están una dentro de otra. Los estratos más externos son más superficiales y son percibidos por los demás con mayor facilidad, en tanto que los estratos más internos son más privados y espirituales, tienen más que ver con el sí mismo real y auténticamente humano.

Rourke (*cit. pos.* Purinton, *et al.*), diseñó un diagrama del *self* constituido por tres estratos. El estrato más externo es superficialmente positivo. Contiene las imágenes que son positivas y "buenas", y están diseñadas para obtener el respeto y aprobación de los demás. Es un estrato defensivo, superficialmente positivo y no real.

El segundo estrato es negativo y se encuentra oculto a la vista de otras personas. Puede incluir sentimientos de ser débil y de no valer, sentimientos de coraje y de odio o de soledad y tristeza; sin embargo, estas imágenes del *self* también son inexactas.

El tercer estrato es el verdadero centro interno del *self*. Contiene los aspectos del yo únicos de la persona: su fuente de dignidad, humildad y espiritualidad. Es el estrato que está más allá de los roles y sentimientos manipulatorios que caracterizan las interacciones cotidianas. Este núcleo es el centro del *self*, y, de acuerdo con Allport, el único y verdadero sí mismo.

Pearls (*ibidem*), utiliza un modelo similar, aunque más amplio, para explicar la composición del *self*. Postula la existencia de cinco estratos externos que impiden la aparición del *self* auténtico.

El estrato más externo es el falso, en el que participamos en juegos y representamos roles. En este estrato se manifiesta la conducta "como sí" y está diseñado para manipular a otras personas y conseguir apoyo, atención y reconocimiento.

Si llegamos a darnos cuenta del estrato falso y nos preocupamos por ser más genuinos y honestos, seremos presa de la pena, el dolor, la tristeza o la desesperación. El miedo a todas estas emociones negativas nos sitúa en el segundo estrato: el fóbico, en el cual se encuentran todas las objeciones hacia el ser lo que somos superficialmente.

Una vez que logramos penetrar al estrato fóbico, llegamos al estrato del atolladero, o *impasse*. En éste existe un sentimiento de no estar vivo, de inercia y muerte. En este punto sentimos que no somos nada, no tenemos energía. Representa un punto de estancamiento en el que toda la energía personal se dirige hacia el mantenimiento del rol o *status quo*.

Cuando el estrato de atolladero es penetrado, surge el estrato implosivo, dentro del cual se encuentran todas las energías necesarias para vivir. En este punto las energías vitales están congeladas y sin utilizarse. Volcar la energía hacia el interior y mantenerla dentro es el estrato implosivo.

Cuando esta energía contenida en el interior es exteriorizada, tiene lugar el estrato explosivo. En este punto, la persona literalmente "explota hacia la vida, florece hacia la autenticidad". De acuerdo con Pearls, existen cuatro tipos esenciales de explosión que son: el gozo, la aflicción, el orgasmo y el coraje. La reacción depende de la cantidad de energía que la persona haya invertido en el estrato implosivo.

La explosión de la energía hacia el exterior, permite la aparición del *self* auténtico. Pero Pearls afirma que nadie puede permanecer en contacto con su núcleo interno más que una pequeña parte del tiempo. Más bien, dentro de cada persona existe un ritmo de movimiento hacia adentro para contactar con el núcleo interior y luego un movimiento hacia afuera nuevamente, adquiriendo así una cualidad dinámica.

Por otro lado, Aisenon (1982), distingue el sí mismo como el centro más radicalmente individual y significativo. Para ella, el sí mismo representa lo que cada uno es, en verdad; el conjunto de las conductas o vivencias propias de cada uno en tanto que hombre único que vive en un cuerpo al que experimenta como suyo. En este sentido, asimila el concepto de sí mismo al de existencia auténtica y, en esa medida, coincide con los autores antes citados.

El "*self*" o "sí mismo", es equiparado por algunos autores, entre ellos Maslow, Hamachek y Oñate, con el "yo". No obstante, se trata de un yo distinto al descrito por Freud en su segunda tópica estructural del aparato psíquico.

El yo que describe Maslow (V. Goble, 1977), aun sin hacer alusión explícita a él, es un yo que busca su actualización, su autorrealización; que busca descubrir su verdadera esencia a través del ensanchamiento de su potencial latente.

Hamachek (1981), trata indistintamente los términos "concepto del yo" y "concepto de sí mismo"; los utiliza para designar la imagen que cada persona tiene de sí misma, en la cual se refleja lo que cree ser y lo que piensa de sus propios actos.

Oñate (1989), por su parte, maneja como sinónimos los términos "autoconcepto", "concepto del yo", "concepto de sí mismo", "autoimagen" e, incluso, "autoestima"; se refiere a ellos como modelos actitudinales hacia la propia persona y considera que tienen una función importante en la integración de la personalidad, la motivación del comportamiento y el desarrollo de la salud mental.

Otros autores prefieren hablar de identidad para referirse a aquello que ha sido designado como sí mismo, *self* o concepto de sí mismo.

No obstante, Erikson (1989) precisa diciendo que una manera tal de entender la identidad sólo es su sentido más vago. Para él, la identidad es considerada como la realización más importante del ego (yo) adolescente; un ego que, simultáneamente, contiene al id (ello) postpuberal y equilibra al superego (superyó), puesto entonces de nuevo en juego. Distingue, por tanto, la identidad del ego (como la capacidad de síntesis del ego a la luz de su central función psicosocial), de la identidad del sí mismo (como la integración de las imágenes individuales de sí mismo y de sus roles).

Así, este último término: "identidad del sí mismo", se asemeja más al objeto de este estudio.

Una vez hechas las precisiones consideradas necesarias para enmarcar el objeto de este análisis, veámos cómo se forma el autoconcepto.

A. EL AUTOCONCEPTO, SU FORMACIÓN Y DESARROLLO.

El concepto, como conjunto de ideas, que de sí misma llega a poseer una persona, no surge en un momento y para siempre; es producto de una evolución, de un hacerse a través de la maduración, la actividad y la interrelación con los otros.

El concepto de sí mismo se va elaborando a partir de un lento proceso de diferenciación, a través del cual una persona emerge gradualmente de un mundo total de inconciencia, y define cada vez con mayor claridad su individualidad y naturaleza.

Para Hamachek (1981), el periodo comprendido entre los ocho meses y los tres años de edad, es de suma trascendencia en el desarrollo del ser humano, dado que la conciencia de sí mismo aparece en forma gradual a medida que el niño va percibiendo la distinción entre el yo y el no-yo, entre su cuerpo y lo restante del ambiente. Poco a poco aprende a conocer y a distinguir las partes de su cuerpo, su nombre, sus sentimientos y su conducta como aspectos integrales de un yo unitario, reuniendo así un conjunto de creencias acerca de su persona.

Para Spitz (cit. pos. Allport, 1986), sin embargo, el sí mismo no surge antes de los 15 meses, pues su surgimiento coincide con la adquisición, tanto verbal como gestual, del "no" como símbolo de la negación, el cual constituye un jalón decisivo en el desarrollo de la personalidad.

Es claro, a pesar de la aparente contradicción de los autores aludidos, que el surgimiento y desarrollo del concepto de sí mismo va aparejado con el propio desarrollo, en el sentido evolutivo, del individuo. Con el surgimiento de un yo que dé a la persona un sentido de unicidad, de ser separado y autoconsciente.

Así, y de acuerdo con Aisenson (1982), el yo de un individuo es ante todo corpóreo. Su historia se desarrolla desde la fase de indiferenciación, -o de no-diferenciación como prefiere llamarla Spitz- que corresponde a la vida del bebé, para quien "no existe distinción clara entre la psique y el soma, entre lo interno y lo externo, entre el impulso y el objeto, entre el yo y el no-yo, y ni siquiera entre las diferentes regiones del cuerpo" (Spitz, 1992. p. 39), hasta la constitución de una individualidad singular e integrada que el propio niño siente como tal.

En este periodo primitivo de indiferenciación primaria, paulatinamente van siendo establecidas las primeras distinciones y estructuraciones, las cuales corresponden a la vivencia del propio cuerpo. Las sensaciones que permiten estas distinciones y estructuraciones son siempre experiencias emocionales, de gratificación o de frustración, y por lo común están en relación con objetos.

En este desarrollo intervienen procesos de maduración biológica generales a toda la especie humana, pero indudablemente interviene también la experiencia y las diversas vicisitudes particulares de la crianza.

Una vez que, psicológicamente, existe discriminación del propio cuerpo, se está en condiciones de discriminar la propia individualidad, lo que trae aparejado el surgimiento del sentido de la realidad y, por ende, el establecimiento de la separación entre el yo y el mundo. Es aquí donde empieza a estructurarse el concepto de sí mismo. Y, de acuerdo con Allport (1986), durante toda la vida, este sentido del yo corporal, constituirá el testimonio básico de nuestra existencia, pues la sensación del cuerpo propio es un ancla para el sentido de sí mismo, aun cuando no sea todo el sí mismo.

El esquema corporal, una vez plasmado, no se constituye como estructura vivencial estable, sino como un conjunto coordinado que se reconstruye sin cesar a partir de las acciones y actuaciones del individuo en su medio. Las modificaciones del esquema corporal se vinculan, asimismo, con las relaciones grupales en que se desarrolla la vida del individuo, y son en gran parte producto de introyecciones y proyecciones. Los cambios en el organismo producidos por la maduración modifican también el esquema corporal y a la vez la conciencia de la propia identidad.

El sentimiento de ser uno mismo, de tener una identidad, requiere necesariamente la existencia de otro. De acuerdo con Mead (cit. pos. Aisenson, 1982):

El acto social es el que plasma la individualidad, pues la emergencia del sí mismo depende de que el individuo humano logre objetivarse a sí mismo, proceso que requiere la introyección de las actitudes de otros hombres en respuesta a la propia actuación.

Staats (1979), por su parte, y desde un enfoque conductista, apoya también esta aseveración al considerar que el autoconcepto, como la forma en que el individuo se describe, es un tipo de conducta aprendida que puede funcionar como determinante de otras conductas. Es decir, de acuerdo con él, lo que el individuo es al principio depende de lo que le haya acontecido, de los repertorios básicos adquiridos en forma incipiente en la niñez; pero lo que es, determinará posteriormente lo que le acontezca y por lo tanto lo que llegará a ser.

En esta concepción se evidencia que la interacción entre el individuo y su ambiente social se implica continuamente en forma cíclica. Esto es, primero se precisa de la interacción social para adquirir un repertorio comportamental básico, pero este repertorio, a su vez, produce un ambiente social que afecta el aprendizaje posterior, y, a medida que se adquieran nuevos elementos, el repertorio comportamental se hará más vasto y complejo y dispondrá las bases para más aprendizajes.

Con esto resulta evidente que el sí mismo es, también, social; dado que, de acuerdo con Aisenson, "en la unidad y estructura interna del hombre se reflejan la unidad y estructura de todo el proceso social", y sólo cuando se asumen como propias las actitudes del grupo social al que se pertenece se llega a ser una persona completa. Se llega a poseer una identidad del sí mismo.

Para Allport, este sentido de la identidad del sí mismo es un fenómeno sorprendente pues, aun cuando el resto de nuestra personalidad cambie como una norma inexorable del crecimiento y de la vida, la identidad del sí mismo, una vez adquirida, continúa.

Un factor psicológico de gran importancia en el establecimiento del sentido de identidad en el segundo año de vida y en su persistencia ulterior, es el lenguaje. La más importante ayuda lingüística es el nombre del niño, ya que, al oír su nombre repetidamente, se va acostumbrando a verse a sí mismo como punto de referencia distinto de las demás cosas; con ello aparece también el darse cuenta de su situación de ser separado en el grupo social (Allport, 1986).

Aparte del **sentido del sí mismo corporal** y del **sentido de la continua identidad del sí mismo**, Allport concibe a la **estima del sí mismo** como uno de los tres aspectos fundamentales de lo que considera el primer momento en la formación del sí mismo, que tiene lugar en la primera infancia.

El segundo momento lo sitúa entre los cuatro y los seis años de edad; periodo éste en que se profundiza en las conquistas logradas en los primeros años y hacen su aparición dos nuevos aspectos del sí mismo: la **extensión del sí mismo** y la **imagen del sí mismo**, ambos en su fase rudimentaria.

Un tercer momento abarca de los seis a los doce años. Durante éste, el sentido de la identidad, la imagen del sí mismo y la capacidad de extensión del sí mismo son ampliamente favorecidos por el ingreso del niño en la escuela. Además, mientras se desarrolla la vida intelectual del niño, empieza a surgir en él un nuevo poder, un nuevo aspecto del sí mismo: **el sí mismo como solucionador racional**.

Finalmente, en la adolescencia, el sentido del sí mismo adquiere una dimensión que falta enteramente en la infancia: **el esfuerzo orientado**. "Esta orientación o intencionalidad es el cemento que mantiene la unidad de una vida".

Los siete aspectos aludidos: sí mismo corporal, identidad del sí mismo, estimación del sí mismo, extensión del sí mismo, imagen del sí mismo, sí mismo como solucionador racional e intencionalidad del sí mismo, son para Allport, estados de referencia a sí mismo sentidos por nosotros. Cada uno es una región íntima de la personalidad implicada en aspectos que tienen importancia para la vida emocional organizada del individuo y, en su conjunto, componen el yo tal como es sentido y conocido.

Con el fin de enmarcar estos aspectos bajo un sólo término que carezca de ambigüedad (como puede ser el caso de los términos "yo", "sí mismo" o "*self*"), Allport eligió utilizar la palabra "*proprium*" para designar los componentes del sí mismo como objeto de conocimiento y sentimiento.

En este trabajo, sin embargo, se prefiere utilizar el término "autoconcepto", considerando como elementos componentes del mismo los aspectos manejados por Allport. En ocasiones, el término "concepto de sí mismo" será utilizado como sinónimo, no así el término "concepto del yo", a fin de evitar ambigüedades y confusiones con el yo entendido psicoanalíticamente.

1. LA CONSTITUCIÓN DEL AUTOCONCEPTO (CONCEPTO DE SÍ MISMO O SELF) DESDE EL PUNTO DE VISTA DE LA TEORÍA ROGERIANA DE LA PERSONALIDAD.

Aun cuando considero importantes las consideraciones hechas por los autores aludidos con respecto a la formación del concepto de sí mismo, me parece que una visión más completa e integrada de este proceso es dada por Rogers en la última parte de su libro: **Psicoterapia centrada en el cliente**, denominada "*Implicaciones para la Teoría Psicológica*".

Ahí plantea una serie de proposiciones que pretenden explicar la personalidad y la conducta. Se parte del hecho de que todo individuo vive en un mundo continuamente cambiante de experiencias, de las cuales él es el centro. Esas experiencias constituyen su campo fenoménico o experiencial, y el individuo reacciona a él de acuerdo a como lo experimente y lo perciba. De ahí se sigue que las experiencias que integran su campo perceptual son para él la realidad. Es decir, cuando reacciona no lo hace ante alguna realidad absoluta, sino ante su percepción de esa realidad, y reacciona como una totalidad organizada.

Luego, una parte de su campo perceptual total se diferencia gradualmente constituyendo el sí mismo. En este proceso es de fundamental importancia la interacción con el ambiente, ya que particularmente como resultado de la interacción valorativa con los demás, se forma la estructura del sí mismo, constituyéndose como una pauta conceptual organizada, fluida y congruente de percepciones acerca de las características y relaciones del "yo" o "mí", junto con los valores ligados a tales conceptos.

"Los valores ligados a las experiencias y los valores que son parte de la propia estructura, en algunos casos son valores experimentados directamente por el organismo, y en otros son valores introyectados o recibidos de otros, pero percibidos de una manera distorsionada, como si hubieran sido experimentados directamente" (Rogers, 1990).

Esta idea se explica de la siguiente manera:

A medida que el pequeño interactúa con su ambiente, en forma gradual construye conceptos acerca de sí mismo, acerca del ambiente y acerca de sí mismo en relación con el ambiente. El hecho de que tales conceptos no sean verbalizados y no puedan estar presentes en la conciencia, no obstaculiza su funcionamiento como principios orientadores de su comportamiento. Íntimamente asociada con todas estas experiencias, se produce una evaluación organizativa directa que es de importancia para comprender el desarrollo posterior. El niño muy pequeño tiene poca incertidumbre en su evaluación, sabe reconocer fácilmente lo que le gusta o le disgusta. Pero rápidamente aparece en escena la valoración de sí mismo por parte de los demás.

Las valoraciones que de él hacen sus padres u otras personas importantes, llegan a constituir una parte amplia y significativa del campo perceptual del pequeño. Pasan a integrar su campo fenoménico así como lo hacen las experiencias propias, que no implican a otras personas.

La percepción del niño pequeño como amado y digno de amor por parte de sus padres, es un elemento significativo y medular de la estructura del sí mismo cuando comienza a constituirse. Pero cuando experimenta palabras y acciones de sus padres que parecen implicar que no lo aman ni es digno de amor, ello constituye una profunda amenaza a la naciente estructura del sí mismo. Percibe que algo de su comportamiento es insatisfactorio para sus padres y, por lo tanto, debería ser también insatisfactorio para él, aunque en realidad no lo sea. Parecería que de esta manera no sólo se introyectan las actitudes

parentales, sino también, lo que es mucho más importante, se experimentan no como la actitud de otro, sino de una forma distorsionada, como si se basaran en pruebas obtenidas por el propio equipo sensorial y visceral.

De esta manera, los valores que el bebé vincula con la experiencia se divorcian de su propio funcionamiento orgánico, y evalúa la experiencia en términos de las actitudes de sus padres u otras personas que están en contacto íntimo con él. Estos valores llegan a ser aceptados como si fueran tan reales como los valores conectados con la experiencia directa. El yo que se forma sobre esta base de distorsión de los datos sensoriales y viscerales para que se ajusten a la estructura ya existente, adquiere una organización e integración que el individuo trata de preservar. Así, surge un concepto de sí mismo basado, en parte, en una simbolización distorsionada.

A partir de estas fuentes duales: la experiencia directa del individuo y la simbolización distorsionada de las reacciones sensoriales que resulta en la introyección de valores y conceptos como si fueran experimentados, emerge la estructura del sí mismo.

Más tarde, a medida que se producen experiencias en la vida del individuo, éstas pueden ser enfrentadas de tres diferentes formas:

- a) Pueden ser simbolizadas, percibidas y organizadas en cierta relación con el sí mismo, o
- b) pueden ser ignoradas porque no se percibe ninguna relación con la estructura del sí mismo, o
- c) ya sea que se les niegue la simbolización o se las simbolice distorsionadamente porque la experiencia no es compatible con la estructura del sí mismo.

Esta última opción es la que requiere de mayor atención. Simbolizar una experiencia que no está de acuerdo con lo que uno cree de sí mismo, permitir que aparezca en la conciencia, implicaría una contradicción traumática con el concepto de uno mismo. La experiencia orgánica es algo que ocurre y es un hecho real, pero su simbolización, de manera que se convierta en parte de la conciencia, es algo que el yo consciente puede evitar, y de hecho lo hace. También puede simbolizarla de una manera distorsionada, pero que sea coherente con su propia estructura.

La negación de la simbolización se hace lo mismo con respecto a una percepción que puede alterar el concepto de sí en una dirección progresiva o socialmente aceptable, como con respecto a otra que lo modificaría en una dirección restrictiva o socialmente desaprobada, dependiendo del concepto de sí que privilegie el individuo, ya que la organización fluida pero congruente que es la propia estructura o concepto de sí, no permite la intrusión de una percepción que difiera de él, que sea contraria al concepto que ha aprendido a formarse de sí mismo.

Ahora, la mayoría de las modalidades de conducta que el individuo adopta son compatibles con el concepto de sí mismo. Los únicos canales por los cuales se pueden satisfacer sus necesidades son aquellos coherentes con el concepto organizado del sí mismo. En la mayoría de las ocasiones este hecho no implica ninguna distorsión de la necesidad que se debe satisfacer, sin embargo hay momentos en que el rechazo de la experiencia desempeña un papel en este proceso. Pues, aunque fisiológicamente se experimenten ciertas reacciones, éstas no se pueden simbolizar en la conciencia puesto que sería demasiado contradictorio con el concepto de sí. Pero, dado que la necesidad orgánica persiste, la conducta que se adopta es tal que satisface esta necesidad, mas de una manera que no desestabilice el concepto de sí mismo. La mayor parte de la conducta neurótica es de este tipo: el organismo satisface una necesidad que no se reconoce en la conciencia por medio de conductas congruentes con el concepto de sí, de manera que pueden ser conscientemente aceptadas.

En algunos casos, la conducta puede surgir a partir de experiencias y necesidades orgánicas que no han sido simbolizadas.

Dicha conducta puede ser incompatible con la estructura del sí mismo, pero en esos casos el individuo no es dueño de sí. Tiene la impresión de que quien ha actuado no ha sido él. Este ya es un caso de inadaptación psicológica, pues, de acuerdo con Rogers, "la inadaptación psicológica se produce cuando el individuo rechaza de la conciencia experiencias sensoriales y viscerales significativas, que en consecuencia no son simbolizadas y organizadas en la totalidad de la estructura de su sí mismo" (Rogers, 1990).

En cambio, la adaptación psicológica existe cuando el concepto de sí mismo es tal que todas las experiencias sensoriales y viscerales del organismo son, o pueden ser, asimiladas en un nivel simbólico en relación compatible con el concepto que tiene de sí. Sólo así puede hablarse de integración y puede operar plenamente la tendencia al crecimiento; el organismo recupera su sentido de dirección y se dirige hacia la realización y el desarrollo de un organismo unificado.

Para dar este paso, se precisan ciertas condiciones. Se ha demostrado que aquellas que implican básicamente una ausencia total de amenaza para la estructura del sí mismo, son capaces de hacer que el individuo pueda percibir y examinar experiencias incompatibles y pueda revisar la estructura de su sí mismo para asimilar e incluir tales experiencias. La aceptación juega aquí un papel fundamental. Tanto la aceptación de parte del individuo de todas sus experiencias, actitudes y percepciones, como la aceptación de la totalidad del individuo por parte de los otros (llámese terapeuta, facilitador, padres, docentes...).

Rogers concluye este proceso con la proposición siguiente:

" A medida que el individuo percibe y acepta más experiencias orgánicas en su estructura del sí mismo, encuentra que está reemplazando su actual sistema de valores -basado en gran medida en introyecciones simbolizadas de manera distorsionada- por un proceso continuo de evaluación organísmica" (Rogers, 1990).

Es esto lo que permite un cambio en la estructura del sí mismo y, por ende, en el autoconcepto. Un cambio que es posible en la terapia, pero considero que también, y en ello radica la justificación de esta tesis, puede ser posible en un grupo de desarrollo orientado de acuerdo con los principios del enfoque personalizado propuesto por Rogers.

A manera de resumen, puede decirse que el sí mismo surge en el curso de la interacción y la lucha entre el individuo y el medio. Se conforma de acuerdo con las condiciones y acciones recíprocas con el ambiente y se modifica en la misma medida que éste, a fin de lograr una óptima adaptación.

Por tanto, el concepto que de sí mismo se forma un individuo, es producto también de la interacción con los objetos y personas. Incluye todo lo que la persona considera que es en una época particular. Primero, claro está, dicho concepto brota de las percepciones ajenas; es decir, dado que el individuo aprende a percibirse dependiendo de como los otros lo perciban, sus primeras percepciones incorporan las actitudes de los otros para con él.

Gradualmente, el autoconcepto original se va haciendo más personal a medida que el individuo incorpora, no sólo las percepciones de lo que es y lo que ha sido, sino también de lo que proyecta ser y hacer, de sus objetivos y metas de vida. Esta incorporación es favorecida por el desarrollo madurativo que se da con el incremento en la edad en individuos sanos, así como por el desarrollo psicológico que conlleva. La concepción de Erikson acerca de las sucesivas adquisiciones que favorecen el desarrollo y maduración de la personalidad, es de utilidad para comprender esta evolución.

A la vez que el autoconcepto se va haciendo más personal, también se va haciendo más estable, más resistente al cambio. No obstante es importante considerar la suposición de Oñate (1989), en el sentido de que una vez que la persona ha desarrollado un autoconcepto razonablemente estable, puede resistirse a la adopción de nuevas funciones, valores y actitudes, no sólo porque implicaría cambios radicales para su autoimagen, sino porque también podría representar una forma de deslealtad personal y, de acuerdo con Rogers, un desequilibrio emocional.

Se supondría, siguiendo a Erikson, que al término de la adolescencia el individuo medio poseería ya una identidad, lo que no significa tener un autoconcepto totalmente elaborado e inmutable; sin embargo, esto no es siempre cierto. El sentido de identidad del individuo continúa aún en formación. Las sucesivas interacciones que establezca en el curso de su desarrollo, los diferentes roles que asuma como consecuencia de su inserción en el mundo adulto, irán aportando elementos para afianzar una identidad más madura y completa.

Dado que el autoconcepto se desarrolla a través de la interacción social, también a medida que nos movemos a través de la estructura social, nos colocamos en y adoptamos diferentes roles. De acuerdo con Oñate, si se forma una identidad de rol apropiada, nuestro autoconcepto recibirá esa influencia. De modo que tal autoconcepto tendrá muchas facetas que no permanecen totalmente independientes.

De esta idea, parece desprenderse que el individuo tendrá tantos sí mismos como roles desempeñe y relaciones establezca. Sin embargo, no es, o no debería, ser así.

Desempeñarse en tal situación es, para Rogers, ser inauténtico. Actuar "como si", usando máscaras, impidiendo la emergencia del verdadero sí mismo. Por ello orientó su terapia a proveer o, mejor dicho, a facilitar las condiciones necesarias para permitir la emergencia de personas reales, con autoconceptos más congruentes y estables, más maduros y menos dependientes de la opinión o aceptación de los otros.

En este punto vale la pena hacer algunas consideraciones sobre lo que ciertos autores de tendencia humanista conciben como una persona plena. Se prefiere esta tendencia a sabiendas de que a toda psicología de la persona subyace una filosofía de la persona, y es precisamente la filosofía de orientación humanista la que particularmente prefiero.

B. LA PERSONA QUE FUNCIONA PLENAMENTE.

De acuerdo con Allport (1974), el movimiento personalístico en psicología afirma que la persona individual, vista como unidad multilateral, debe ser el centro de gravedad de todas y cada una de las investigaciones y formulaciones teóricas que realice.

La persona vista desde este enfoque, al igual que el sí mismo, es persistente, cambia a medida que se desarrolla; es única, multilateral, el fundamento de todas sus experiencias y está vinculada a su medio físico y social.

Según palabras de Allport:

Es más que un manojito de hábitos, más que un nexo de dimensiones abstractas, más también que un simple representante de su especie. Es más que un ciudadano de un Estado y más que un mero incidente en los gigantescos movimientos de la humanidad. Trasciende a todo esto (1974, p. 576).

Lo que la hace trascender, más allá de las clasificaciones y etiquetaciones, es la posesión de un potencial de crecimiento único que la llevará a buscar su desarrollo y actualización.

Y aun cuando hay tantos modos de desarrollo como individuos en crecimiento y cualidades ambientales facilitadoras u obstaculizadoras, el producto final es único.

Sin embargo, con propósitos de distinguir una persona madura o desarrollada, de otra que no lo es, Allport propone tres características diferenciadoras que presenta como indispensables y universales: la extensión del yo, la auto-objetivación y una filosofía unificadora de la vida.

Por extensión del yo se entiende lograr un desarrollo tan amplio que incluya una variedad de intereses autónomos, tales como el trabajo, la contemplación, la recreación, la lealtad hacia los otros. La persona que posee una amplia extensión del sentido de sí mismo, participa vigorosamente en toda empresa que ha adquirido valor para ella y está dirigida hacia fines socializados y culturalmente competibles.

Auto-objetivación denomina Allport al peculiar desprendimiento que muestra la persona madura cuando es capaz de examinar sus propias pretensiones en relación con sus habilidades; sus objetivos presentes en relación con los objetivos posibles para ella; sus propias dotes en comparación con las dotes de los demás, y su opinión sobre sí misma en relación con la opinión que los otros tienen sobre ella.

Esta capacidad supone una comprensión de sí mismo que puede llamarse introvisión y está ligada sutilmente con el sentido del humor. Pero no del humor como comúnmente se entiende, ese humor más cómico y tosco que generalmente consiste en degradar a otros. El humor al que se refiere Allport, debe entenderse como la capacidad de reír de las cosas que uno ama (incluyendo sin duda a uno mismo) sin que ello implique dejar de amarlas.

Finalmente, la filosofía unificadora de la vida es aquella filosofía que una persona madura elige para orientar toda su vida, su pensamiento y acción. Allport define seis elementos que denomina "sentimientos rectores" y que son: la religión, la estética, lo teórico, lo económico, lo social y lo político. De acuerdo al sentimiento rector que uno elija, se orientará todo el comportamiento y ello dará el sentido a la propia vida.

Para Maslow, por su parte, la característica fundamental de las personas plenas es la constante actualización del yo. De hecho, a las "personas plenamente realizadas" con las que realizó sus investigaciones y de las que estudió sus costumbres, características personales y habilidades; y cuyos resultados lo condujeron a elaborar su definición de salud mental y su teoría sobre la motivación humana, les llamó "actualizadores del yo".

Aun cuando Maslow creía que los actualizadores del yo son aquellos de 60 años o más (V. Goble, 1977), particularmente estoy de acuerdo con Allport, para quien la madurez de la personalidad no guarda necesariamente relación con la edad cronológica. Considero que actualizador del yo puede ser cualquiera que se preocupe por ser una persona real, por desarrollar al máximo sus potencialidades y por buscar su autorrealización. Aun cuando no lo logre completamente sino ya a muy avanzada edad, después de un profundo proceso de maduración, biológica y psicológica.

Las investigaciones de Maslow con personas plenamente realizadas, como él las llamó, lo llevaron a plantear como características de la actualización del yo, las siguientes:

- Habilidad para ver en forma clara la vida, para observarla tal cual es, en lugar de como se quisiera que fuese.
- Capacidad de decidir y de discernir entre lo correcto y lo incorrecto.
- Humildad y habilidad para escuchar a los otros y admitir el hecho de ser ignorante con respecto a ciertas cosas.
- Percepción menos distorsionada por los deseos, la ansiedad, la angustia, la expectativa, el falso optimismo o el pesimismo.
- Dedicación a algún trabajo, actividad, deber o vocación que se considere fundamental.
- Creatividad, flexibilidad, espontaneidad, valor, disposición de exponerse a cometer errores, generosidad y ánimo abierto.
- Congruencia. Ausencia de necesidad de ocultar los sentimientos, opiniones o de representar papeles ficticios.
- Firmeza. Capacidad para ignorar las críticas y el ridículo y sagacidad para resistir el peso de la cultura en que uno se halla inmerso.
- Fé personal y autorrespeto. Capacidad de renunciar a la popularidad a fin de defender una idea.
- Escaso grado de autoconflicto. Verdad, bondad y belleza se funden en una sola unidad.
- Egoísmo y desinterés, al mismo tiempo.
- Vocación y distracción consolidados en un solo placer.
- Autocontrol. Gobierno del propio ser y destino sin temor ni vergüenza de uno mismo, ni desánimo por los errores.
- Alto grado de independencia; al mismo tiempo se disfruta con la gente, aun cuando ésta no resulte necesaria.
- "Libertad psicológica". Capacidad de tomar las propias decisiones, incluso ante las de opinión contraria.

- Autodisciplina. Los valores se basan en lo que constituye la verdad para uno mismo, más que en lo que los otros expresan.
- Responsabilidad.
- "Metamotivación". Urgencia por desarrollar y realizar la propia capacidad, el propio potencial, con miras a la total realización.
- Profundo sentimiento de parentesco con el género humano, independientemente de la raza, la religión, la clase social, la ideología o educación.
- Capacidad para establecer profundas y estrechas relaciones con muy pocas personas.
- Tolerancia respecto a las limitaciones ajenas y oposición extrema a lo deshonesto y falso. Intransigencia hacia el engaño, la crueldad y la hipocresía.
- No se siente amenaza por las diferencias.
- Mayor intensidad al experimentar la felicidad y el placer, y
- Un particular y fino sentido del humor (Goble, 1977).

Carl Rogers, como todos los autores humanistas, también se preocupa por la persona y por la vida plena. Manifestando su desacuerdo con concepciones degradantes y limitantes, concibe a la persona como aquel individuo que experimenta con profundidad los diversos aspectos de sí mismo, que es él mismo y no una fachada conformista con los demás, tampoco una negación de todo sentimiento ni una apariencia de racionalismo intelectual, por el contrario, es un "proceso vivo que respira, siente y fluctúa" (Rogers, 1989, p. 109).

Una PERSONA, en este sentido, sólo puede ser aquella que está abierta a sus experiencias, esto quiere decir que en ella cualquier estímulo, ya sea originado en el organismo o en el medio, será transmitido por el sistema nervioso sin sufrir distorsión alguna debida a la acción de mecanismos de defensa. Es una persona porque puede vivir plenamente la experiencias total de su organismo, sin cerrarle el paso a su conciencia.

Un ser humano que es realmente una persona, vivirá de manera existencial, es decir, tenderá a vivir íntegramente cada momento.

Vivir en el momento significa una ausencia de rigidez, de organización rigurosa, de imposición de una estructura a la experiencia. Significa, en cambio, un máximo de adaptabilidad, un descubrimiento de la estructura en la experiencia, una organización fluida y cambiante del sí mismo y la personalidad (Rogers, 1983).

Para Rogers, la vida plena no es un estado de inmovilidad. Tampoco de virtud, ni de resignación, éxtasis o felicidad; no es una condición en la que el individuo se encuentra adaptado, logrado o realizado. No se trata de un estado de reducción de pulsiones ni implica tampoco la homeostasis. La vida plena es, por el contrario, un proceso, una orientación. No una orientación estática ni un destino.

La orientación que constituye una vida plena es elegida por el organismo en su totalidad siempre que disfrute de una libertad psicológica que le permita moverse en cualquier dirección. Por ello, la persona que vive el proceso de una vida plena experimenta mayor confianza en su organismo como medio para alcanzar la conducta más satisfactoria en cada situación existencial, de esta manera tiende a convertirse en un individuo que funciona más plenamente.

Tiene en su poder la libertad de convertirse en sí mismo u ocultarse tras un disfraz, de comportarse de maneras destructivas para él y los demás o bien de maneras que aumenten su valor; es libre de vivir o morir, tanto en el sentido fisiológico como psicológico de estos términos.

Cuanto más plena es la vida de una persona, tanto mayor libertad de elegir experimentará y tanto más coincidirá su conducta con sus intenciones.

La persona que se embarca en el proceso direccional de una vida plena, es también una persona creativa. No está necesariamente adaptada a una cultura y con seguridad no es un conformista, pero en cualquier momento y en cualquier cultura, llevará una vida constructiva.

Como parte de este tipo de vida, una de sus necesidades más profundas será precisamente la de asociarse y comunicarse con los demás, aun cuando en cuanto se abra a todos sus impulsos, su necesidad de sentirse apreciado por los demás y su tendencia a brindar afecto serán tan intensos como sus impulsos de agresión o de egoísmo.

Embarcarse en la experiencia de vivir más sensiblemente implica vivir más íntima y profundamente todos los sentimientos, sean de la índole que sean: de dolor, de odio, de amor, de miedo, de coraje.

Por ello, dice Rogers:

Calificativos tales como feliz, resignado, bienaventurado o satisfecho no me parecen apropiados para la descripción general de este proceso que he denominado una vida plena, aun cuando la persona que se halla embarcada en él experimente cada uno de estos sentimientos en un momento dado. Los adjetivos que me parecen más adecuados son: enriquecedor, estimulante, gratificante, inquietante, significativo. Estoy convencido de que este proceso de la vida plena no es para cobardes, ya que convertirse en las propias potencialidades significa crecer, e implica el coraje de ser y sumergirse de lleno en el torrente de la vida. A pesar de esto, resulta profundamente estimulante ver que cuando el ser humano disfruta de libertad interior, elige como la vida más satisfactoria este proceso de llegar a ser (1989a, p. 175).

Es esta filosofía de la persona propuesta por Rogers, la que sostengo y asumo como propia. Me parece que es la que más respeta y enaltece al ser humano, aun cuando para algunos peque de idealista.

Al igual que Rogers (1983), considero que la persona tal como ha sido descrita no existe en nuestra cultura como una generalidad. Más bien es una excepción. Esto no quiere decir que no pueda llegar a existir. Para mí es la persona ideal. El fin último al que puede y debe aspirar todo ser humano que pueda llamarse sano e integrado. Y dado que confío plenamente en el hecho de que todo individuo trae consigo un enorme potencial de crecimiento, que se desarrollará óptimamente siempre y cuando se le provea de un ambiente nutricional y facilitador, por ello sostengo la necesidad de probar un mecanismo que, generando el clima adecuado, ofrezca la posibilidad de modificar un autoconcepto que ha sido reforzado por ambientes dañinos y limitantes, y que más que enriquecer y fortalecer al individuo, lo atormenta y nulifica.

C. EL AUTOCONCEPTO Y SU RELACIÓN CON EL CAMPO PERCEPTUAL. IMPLICACIONES SOBRE LA CONDUCTA.

Si se toma como apropiada la idea planteada por Rogers acerca de que el *self* es una configuración organizada de percepciones relativas al propio individuo, no puede hacerse menos que aceptar que la conducta es algo más que el resultado de lo que acontece fuera de aquel.

La relación entre el autoconcepto y la conducta ha sido evidenciada ya desde tiempo atrás. Se sabe, aunque no todos los teóricos estén de acuerdo con ello, que la organización de las percepciones relativas al sí mismo tiene importantes y vitales implicaciones sobre la conducta.

De hecho, un postulado esencial del enfoque fenomenológico establece que en el comportamiento influyen no sólo la acumulación de las vivencias pasadas y presentes, tampoco es responsabilidad única de las contingencias de supervivencia o de reforzamiento, como creyera Skinner (1977), sino, y especialmente, del significado personal que otorgamos a la percepción de esas experiencias.

La forma en que estructuramos nuestro mundo perceptivo depende no únicamente de la fisiología del Sistema Nervioso Central, sino también de las necesidades, valores, creencias y conceptos de uno mismo que acompañan a la percepción de la realidad. Por ello se dice que "organizamos y vemos el ambiente de un modo que adquiere un significado personal para nosotros" (Hamachek, 1981).

Todo esto sienta las bases para apoyar la afirmación que se sostendrá a lo largo de este apartado, en relación a que el elemento crucial en la determinación de la conducta es el campo perceptual del individuo. Ese campo perceptual que, indudablemente, afecta al concepto de sí mismo, lo nutre y le da forma.

Ya antes se habló de la importancia del ambiente, particularmente social, en la conformación del autoconcepto, sin embargo, no se le dio el énfasis suficiente a la particular percepción que de las interacciones con ese ambiente tiene cada individuo, lo cual resulta verdaderamente crucial en la conformación del autoconcepto y, por ende, en la conducta que se adoptará en consecuencia. Aun cuando la particular manera de percibir que presente cada individuo, sea resultado, cíclicamente, de las experiencias pasadas y de las relaciones previas con el medio.

Lo importante, no obstante, de esta concepción, es el hecho de que si son las percepciones organizadas de la experiencia y vivencia del individuo las que conforman el autoconcepto y guían la conducta, se puede lograr un cambio importante en ambos aspectos (autoconcepto y conducta) con el solo hecho de modificar las percepciones del individuo.

Tal situación no resulta fácil cuando el individuo está inmerso en un ambiente que, en vez de modificar sus percepciones de la realidad -particularmente cuando dichas percepciones son erróneas o dañinas para sí mismo-, lo que hace es fortalecerlas y mantenerlas. De manera que el individuo promedio, no necesariamente "normal", se verá en la necesidad de adoptar formas de ser y de actuar ficticias o distorsionadas que le resulten útiles como mecanismos de defensa para mantener su precario equilibrio y representar una aparente adaptación.

Pero, en cambio, será una empresa relativamente sencilla cuando se le dé la oportunidad de sumergirse en una situación facilitadora de ese cambio perceptual necesario para la generación de una reestructuración al autoconcepto que, a la vez, permita o dé pie a una modificación en el comportamiento.

Hasta el momento, el mecanismo más idóneo que conozco y, quizá deba decir, el que refleja más fielmente mi propia filosofía del ser humano y mi particular concepción de la psicología y de la terapia, es el enfoque personalizado, propuesto por Rogers y seguidores.

Ya Rogers presentó en muchos de sus trabajos (1989a, caps. 11 y 12; 1990, cap. IV y 1989c, cap. tercero) pruebas suficientes para apoyar su idea de que cuando ocurren cambios en la percepción del *self* y en la percepción de la realidad, ocurren también cambios en la conducta.

"El fenómeno de cambio observado -dice- parece explicarse de modo más adecuado por medio de la hipótesis de que dadas ciertas condiciones psicológicas, el individuo tiene la capacidad de reorganizar su campo perceptual, incluyendo la manera en que se percibe a sí mismo, y que una consecuente modificación de la conducta es un concomitante o resultante de esa reorganización perceptual" (Rogers, 1989d, p. 68).

Las "condiciones psicológicas" a que se refiere han sido ya enunciadas con anterioridad. Son los principios básicos sobre los que se sustenta el enfoque personalizado, el cual tiene implicaciones no únicamente en la terapia, sino además, en la educación, en la industria, en la religión y en todo aquel ámbito en donde sea posible la relación entre personas reales.

Los rogerianos sostienen que cuando, ante la presencia de tales condiciones, la persona llega a verse a sí misma como el agente perceptor organizador, entonces tiene lugar la reorganización de la percepción y el consecuente cambio en los patrones de reacción. Esto se explica por el hecho de que, cuando el *self* se vé a sí mismo como capaz de reorganizar su propio campo perceptual, ocurre un marcado cambio en su confianza básica. Esta confianza básica en su propio potencial capacitará a la persona para conocerse mejor y aceptarse a sí misma, para ver con claridad sus pros y sus contras, y para dirigir su conducta en la dirección elegida por ella misma.

Aquí se observa una relación estrecha entre la conducta y la forma en que el individuo ve la realidad. Cuando el individuo adquiere una visión diferente de su mundo experiencial, incluyéndose a sí mismo, ello no significa necesariamente que haya un verdadero cambio en la realidad; este cambio en la manera de percibir puede ser producto de una reorganización interna. La persona adquiere conciencia de su capacidad para re-percibir su experiencia, de esa manera la conducta modificada ocurre casi automáticamente.

El resultado principal de la reorganización perceptual a que se ha hecho alusión no es necesariamente la solución de problemas; es, más bien, una liberación de tensión, un nuevo y perceptiblemente diferente sentimiento acerca de la imagen de uno mismo y, en consecuencia, una forma distinta de autopercepción.

Es esta nueva forma de percibirse a sí misma lo que da a la persona una sensación de comodidad y libertad de tensión que se experimenta como adaptación psicológica (Rogers, 1989d, p. 73). Aun cuando la nueva percepción del *self* que se logra pueda ser, en

ocasiones, más negativa que positiva, particularmente cuando es percibida por otros y cuando el concepto de "adaptación" que se tiene es el de ser dependiente y sumiso.

La adaptación o desadaptación debe ser, más bien, entendida en su sentido psicológico. Esto es, en función de la congruencia existente entre la experiencia y la conciencia del *self*, o -como dijera Rogers (1989d)- entre las percepciones como son experimentadas y el *self* como es percibido.

La congruencia entre los elementos citados es favorecida por la reorganización de las autopercepciones. De ahí que resulten significativos los factores que permiten tal reorganización.

Uno de ellos, y quizá el más importante, es la ausencia de cualquier amenaza al autoconcepto.

Se sabe que el *self* se resiste a incorporar aquellas experiencias que son inconsistentes con su funcionamiento o que implican amenaza para su equilibrio. Mas, cuando está libre de cualquier amenaza, le es posible entonces considerar las percepciones que antes rechazara, a fin de hacer nuevas diferenciaciones y de reintegrar al *self* de forma tal que pueda incluirlas.

Al ofrecer sólo comprensión, sin ningún indicio de evaluación, el terapeuta o facilitador se destituye a sí mismo como objeto de actitudes, convirtiéndose en una expresión alterna del *self* de la otra persona. Al proporcionar una atmósfera consistente de permisividad y comprensión, elimina cualquier amenaza que impida que todas las percepciones del *self* aparezcan como figura. De ahí que en esta situación puedan apreciarse abiertamente todas las formas en que el *self* ha sido experimentado y puedan ser organizadas dentro de una unidad compleja (Rogers, 1989d).

Esta concepción *rogeriana* de la reorganización del *self* guarda relación con algunas corrientes paralelas en el pensamiento teórico (por ejemplo, con la Psicología de la Gestalt y la Teoría del Campo de Lewin), que señalan el hecho de que para una psicología efectiva se requiere comprender completamente el mundo privado del individuo y aprender maneras de penetrar y estudiar ese mundo desde dentro.

D. EL AUTOCONCEPTO Y SU RELACIÓN CON EL APROVECHAMIENTO ESCOLAR Y EL AJUSTE ACADÉMICO.

Aun cuando ya se dijo que el autoconcepto y la conducta total del individuo están íntimamente relacionados, en este apartado se considerará una variable del comportamiento sobre la cual no se ha hecho aquí el énfasis suficiente.

En la literatura psicológica, teórica y de investigación, actual existe una cantidad considerable de información relacionada con variables sobre las cuales tiene influencia el autoconcepto. Se le ha asociado, por ejemplo, con la elección vocacional (V. Oñate, 1989, cap. 5), el aprovechamiento escolar y el ajuste académico (V. Hamachek, 1981, cap. 6), con la apariencia personal y el desarrollo físico (Ibid, cap. 4) y con la habilidad e inteligencia (V. Shu-ping Lu, 1990), entre otras.

En lo que respecta a la relación del autoconcepto con el aprovechamiento escolar y el ajuste académico, que es lo que aquí particularmente interesa, no hay objeción.

Es bien sabido que el concepto que un estudiante tiene sobre sus potencialidades académicas, sean o no reales, puede limitar o favorecer su rendimiento. Pero también es cierto que el autoconcepto total del individuo, incluyendo cualquier ámbito, tiene importantes repercusiones sobre el mismo.

Para Oñate (1989), el rendimiento es un producto de la personalidad total del alumno, no sólo de sus capacidades intelectuales. Entiendo que quiere decir que un rendimiento adecuado sólo será posible en un individuo con una organización adecuada de la personalidad. Pero, aun cuando en ocasiones el individuo ingresa a la escuela con un autoconcepto devaluado, es más triste cuando el autoconcepto se va devaluando precisamente en la escuela.

Hamachek (1981) cita los resultados de estudios experimentales que demuestran que muchos jóvenes desertan de la escuela para poder tener una opinión más favorable de sí mismos, y que atribuyen su deserción a las experiencias y sentimientos negativos experimentados durante los años de instrucción.

No obstante, aunque no es posible precisar si el aprovechamiento escolar satisfactorio es anterior o posterior a un concepto positivo de sí mismo, sí puede decirse que ambos se refuerzan mutuamente, de manera que el cambio favorable en uno facilita el cambio favorable en el otro. Esto implica que si nos preocupásemos por modificar los autoconceptos de nuestros estudiantes que están actuando como limitantes para su desenvolvimiento académico, podremos obtener resultados favorables. Lo cual, de acuerdo con mi propia experiencia como estudiante y docente, resultaría de suma utilidad.

El autoconcepto de un individuo se considera importante también en las teorías de elección vocacional. Se dice que los individuos ejercen profesiones coherentes con su propio autoconcepto, lo cual es profundamente cierto. De ello puede obtenerse evidencia exacta en nuestra propia situación y en la de muchos de nuestros conocidos.

Con esto queda comprendido lo que pretendí abarcar con este primer capítulo. Confío en que haya quedado clara la importancia del autoconcepto y su relación con la conducta total del individuo.

En el siguiente capítulo se abordará otra de las variables importantes de este estudio: el trabajo con grupos; enfatizando en los grupos de desarrollo humano.

CAPÍTULO 2. EL TRABAJO PSICOLÓGICO EN "PEQUEÑOS GRUPOS".

No debe extrañar la ausencia de una teoría unitaria del grupo si se tiene en cuenta que tanto sociólogos como terapeutas de grupo y psicólogos intentan explicar, cada uno a su manera, los fenómenos observados o supuestamente existentes en el grupo (Sbandi, 1977, p.70).

A. DEFINIENDO EL TÉRMINO "GRUPO".

Siempre que se desea iniciar con una definición, se enfrenta uno a los mismos problemas: la multiplicidad de enfoques y elementos contemplados. Lo cual es obvio, o por lo menos permisible, dada la variedad de individuos que toman en sus manos el estudio de cierto fenómeno.

En el caso particular de este trabajo, se considera necesario, sin embargo, partir de una definición de grupo. Para ello se retomarán los elementos pertinentes de algunos de los personajes más populares en el campo que nos ocupa.

Así, puede decirse, retomando a Cartwright y Zander (1983), que el grupo es una entidad social que es, a la vez, objeto de la experiencia diaria. Esto quiere decir que el grupo existe, invariablemente, en la sociedad y que todos los individuos formamos siempre parte de uno o más grupos, empezando por la familia.

La entidad social llamada grupo está compuesta, entonces, por individuos que comparten ciertas relaciones entre sí y que son mutuamente interdependientes.

Para Lewin, la palabra clave para definir un grupo es la interacción que existe entre los miembros.

Si un conjunto de personas interactúa con frecuencia y por largos periodos de tiempo, es probable que sus interacciones adquieran un patrón, que desarrollen esperanzas respecto a la conducta mutua y que lleguen a identificarse entre sí como miembros de la misma entidad social.

Además, la interacción común lleva casi siempre a desarrollar normas de convivencia, que pueden ser explícitas o implícitas, pero que servirán como guía de interacción y comunicación.

Las características expuestas hasta aquí para definir un grupo, no diferencian entre tipos de grupos. Valen igual para un gran grupo que para uno pequeño; para designar una clase social o categoría socioeconómica que para un equipo de foot-ball o un grupo de tratamiento. Por ello estoy parcialmente de acuerdo con Anzieu y Jacques-Yves (1971) en que sería conveniente reservar el uso del vocablo "grupo" para designar conjuntos de personas reunidas. Pero, dado que una muchedumbre es también un conjunto (aunque bastante numeroso) de "personas reunidas", se precisa ir aún más lejos.

Homans (*cit. pos.* Sbandi, 1977, cap. segundo) resulta entonces mucho más adecuado al referirse al grupo como

una serie de personas que, durante un lapso de tiempo, tienen un trato mutuo frecuente, y cuyo número es suficientemente reducido como para que cada uno pueda entrar en relación con todos los demás cara a cara.

Es precisamente esta relación cara a cara *-face to face-*, la que permite la relación funcional en un grupo, la cual parece ser posible sólo en un grupo pequeño. De ahí la propuesta de Sbandi de que "por grupo debe entenderse un grupo pequeño".

Dicho autor propone que el término "grupo" se reserve exclusivamente para esta figura social y se designe a las otras como "organización o agregado de grupos". En lo particular, me manifiesto de acuerdo con dicha propuesta.

Pero, ¿qué se entiende por grupo pequeño?

1. EL GRUPO PEQUEÑO.

De acuerdo con Homans,

Un grupo pequeño consta de determinado número de personas que se comunican entre sí y el número es lo suficientemente pequeño como para que cada una de ellas pueda comunicarse con todas las otras, no mediante interpósita persona, sino frente a frente (Anzieu y Jacques-Yves, 1971).

Aquí, nuevamente, aparece como característica definitoria de un grupo pequeño (o grupo solamente), la posibilidad de comunicación cara a cara entre todos los miembros.

La siguiente definición de Bales, privilegia también dicha característica:

Se define un grupo pequeño como cualquier número de personas que interactúan entre sí en un encuentro cara a cara o en una serie de tales encuentros, en que cada miembro recibe alguna impresión o percepción de todos los otros miembros lo bastante distintiva para que pueda, en ese momento o en un interrogatorio posterior, dar alguna reacción a cada uno de los otros como persona individual, aunque sólo sea recordar que el otro estaba presente (Cartwright y Zander, 1983).

En ambas definiciones, la cantidad de miembros necesarios para definir un grupo pequeño resulta secundaria y supeditada a lo que parece ser el requisito básico: la relación cara a cara y la interacción mutua entre todos los miembros.

Para Sbandi, por su parte, grupos pequeños son aquellas figuras sociales en que tanto las interacciones de los miembros como el entramado total de interacciones son susceptibles de ser abarcados por cada uno de los miembros en una visión global. En esa figura social, en virtud de las interacciones que se desarrollan entre los miembros, éstos llegan a obtener una creciente aclaración de las relaciones de cada uno con todos los demás y con otras figuras sociales.

Si bien se ha dicho que el número de miembros resulta secundario para definir un grupo pequeño, es de utilidad mencionar algunas de las consideraciones que al respecto se han hecho, aunque sólo sea para valorar la disparidad de opiniones.

Algunos autores consideran como límite entre los grupos pequeños y los grandes un número que oscila entre los 25 y los 30 miembros, en algunos grupos de entrenamiento, los grupos suelen comprender entre 10 y 12 miembros, mientras que en algunos grupos terapéuticos suelen ser menos: entre seis y ocho.

De acuerdo con Shaw (1989), el grupo se define como dos o más personas que interactúan mutuamente, de modo tal que cada persona influye en todas las demás y es influida por ellas. Un pequeño grupo es un grupo que posee un máximo de 20 miembros, aunque la mayoría tienen cinco integrantes o menos.

Sbandi hace referencia a un estudio de Slater (1968), en el cual, de 24 grupos investigados con un número de miembros que oscilaba entre dos y siete, los que mejores resultados dieron -desde el punto de vista de la unidad y de la satisfacción de los miembros-, fueron los de cinco. En los grupos con un número mayor de miembros, éstos encontraban dificultades para organizarse. Se descubrió que existía entre ellos un comportamiento cada vez más agresivo y competitivo. En los grupos con menos de cinco miembros se observaban ciertas inhibiciones en la comunicación, se interpreta que por miedo a la disolución que amenazaba al grupo.

En contraposición, autores como Borgatta y Bales (en Sbandi, 1977) consideran que cuando aumenta el número de miembros, disminuyen las tensiones en el grupo y aumenta la participación de aquellos en las actividades comunes.

Estos mismos autores estudiaron las consecuencias de que el número de miembros en un grupo sea par o impar. Encontraron que, a excepción de la constelación de dos, en los grupos con número par de miembros (4 ó 6) hubo fuertes desavenencias y corrientes opuestas. El número impar, por el contrario, facilitó la formación de una mayoría y con ello contribuyó a que el grupo llegara más fácilmente a tomar decisiones.

Tales resultados no permiten, sin embargo, sacar conclusión alguna acerca de cuál sea el número ideal de miembros para el mejor funcionamiento de un grupo. Pero sí permiten afirmar que los grupos pequeños ejercen una poderosa influencia sobre casi todas las facetas de la vida de sus miembros, dada la estrecha relación que se da entre ellos.

B. TIPOS DE GRUPOS.

Los grupos han sido estudiados desde una variedad de aproximaciones teóricas. Cartwright y Zander (1983) mencionan ocho, entre ellas la Teoría del Campo, la Teoría de la Interacción, la Teoría de Sistemas, la Teoría de Orientación Sociométrica, la Teoría de Orientación Psicoanalítica, la Orientación de la Psicología General, la Orientación Empírico-Estadística y la Orientación de los Modelos Formales, sin contar el enfoque de la Dinámica de Grupos.

De acuerdo con Sbandi, las teorías de mayor influencia en el estudio de los grupos son: la Teoría de Campo, de Kurt Lewin; el Enfoque Interaccional, representado por Bales; las Teorías de Orientación Freudiana, incluyendo la concepción de grupo fundada en las ideas de Bion, y la Teoría de las Relaciones Afectivas, de Pagès.

El enfoque de la Teoría del Campo deriva de la tesis fundamental de que la conducta, tal como en la física, es producto de un campo de fuerzas interdependientes, llamado espacio vital o social. Postula que el grupo es un todo dinámico en cuanto que se halla constantemente sometido a la influencia de diversas fuerzas, que a su vez están en continuo cambio, sin que por ello deje de ser un todo. Esta concepción del grupo como un todo dinámico está basada en la mutua interdependencia de los miembros, es decir, de las partes del todo.

El Enfoque Interaccional concibe al grupo como un sistema de individuos que interactúan; la observación de esas interacciones permitirá comprender mejor la vida grupal. Conceptos fundamentales en este enfoque son la actividad, la interacción y el sentimiento.

Las Teorías de Orientación Freudiana centran su atención en los procesos motivacionales y defensivos que ocurren en el individuo que forma parte del grupo. Retoman, además, las ideas fundamentales planteadas por Freud en su trabajo *Massenpsychologie und Ich-Analyse*

para explicar la cohesión de una masa, éstas son: la identificación, de origen libidinoso, de cada individuo con el jefe o líder (que representa la figura del padre) y la reducción de la unidad social al modelo de la familia, como en la horda primitiva.

De entre las Teorías de Orientación Psicoanalítica, sobresale la concepción "bioniana" del grupo, enfocada básicamente desde un punto de vista terapéutico. De acuerdo con Rioch (1975), Bion define un grupo como una función o una serie de funciones de un agregado de individuos. No es una función de alguna parte por separado, tampoco es un agregado sin función alguna.

Bion desarrolló una teoría para explicar las relaciones existentes entre los miembros de un grupo pequeño, que asume como idea central la presencia, en cada grupo, de dos grupos: "el grupo de trabajo" y "el grupo de supuestos básicos". Es decir, que en todo grupo existen dos aspectos o dos formas diferentes de comportamiento.

El grupo de trabajo, es ese aspecto del funcionamiento grupal que tiene que ver con la tarea real del grupo. La actividad del grupo -dice Bion (1990)- se ve obstruida, diversificada y en ocasiones asistida por algunas otras actividades mentales que tienen en común el atributo de numerosas tendencias emocionales. Estas actividades, que a primera vista parecen caóticas, adquieren cierto grado de cohesión si se admite que surgen de supuestos básicos comunes a la totalidad del grupo.

El primer supuesto consiste en que el grupo se reúne a fin de lograr el sostén de un líder, de quien depende para nutrirse material y espiritualmente, y para obtener protección. Este es el *supuesto básico de dependencia*.

El segundo supuesto básico es el de *apareamiento o emparejamiento*. Éste se caracteriza por la existencia en el grupo de una atmósfera de expectación llena de promesas. Prevalece el supuesto de que el grupo se ha reunido para propósitos de reproducción. La formación de una pareja corresponde al intento de dar al grupo una nueva dirección, mucho más productiva. La esperanza es la característica de este grupo de supuestos básicos. Para que estos sentimientos de esperanza se sostengan es esencial que el líder del grupo no haya nacido, la esperanza mesiánica no debe verse realizada.

El tercer supuesto básico es que el grupo se ha reunido para luchar por algo o para huir de algo. A este estado emocional se le llama grupo de *ataque-fuga*. Dentro de un grupo en tal estado se aceptará a aquel líder capaz de dirigir al grupo, ya sea para escapar o agredir.

Finalmente, la Teoría de las Relaciones Afectivas propuesta por Pagès, parte del supuesto de que la existencia de la afectividad en los grupos es un hecho innegable. De acuerdo con él, en todo grupo y en todo tiempo existe un sentimiento predominante que es compartido por todos los miembros del grupo; es ese sentimiento, con frecuencia inconsciente, quien dirige la vida del grupo en todos sus planos. En lo particular, no me queda duda alguna sobre la veracidad de tales afirmaciones.

Ahora, partiendo de tal diversidad de enfoques en el estudio de los grupos, se han propuesto muy diferentes esquemas de clasificación. Un procedimiento común, de acuerdo con Cartwright y Zander, ha sido seleccionar algunas propiedades y definir tipos de grupos según se presentan o no tales propiedades. Entre las propiedades más a menudo utilizadas se encuentran el número de miembros, el grado de interacción física entre ellos, el grado de intimidad, el nivel de solidaridad, el lugar donde se controlan las actividades del grupo, el grado de formalización de las reglas y la tendencia de los miembros a reaccionar entre sí como personas individuales o como ocupantes de papeles o roles.

De la combinación de tales propiedades, por lo común sólo han resultado dicotomías; así, se habla, por ejemplo, de grupos formal e informal; primario y secundario; pequeño y grande; autónomo y dependiente; temporal y permanente; consensual y simbiótico (Cartwright y Zander, 1983).

Otro procedimiento, consiste en clasificar a los grupos de acuerdo con los objetivos que persiguen y los ambientes en que se desarrollan. En ese sentido, se habla de grupos de trabajo, grupos de terapia, grupos sociales, grupos religiosos, etc.

Sbandi (1977), retomando las tipologías mencionadas, presenta la siguiente clasificación con respecto a los grupos:

- **Grupos organizados.**- Son aquellos en que las funciones necesarias para realizar las tareas del grupo han sido distribuidas y aceptadas por sus miembros.
- **Grupos no organizados.**- En éstos, las funciones no son específicas de cada miembro, pueden ser desempeñadas por personas diferentes.
- **Grupos estructurados.**- En forma similar a los grupos organizados, en este tipo de grupos se han dado normas fijas, se han repartido las funciones y cada miembro ha aceptado la que le corresponde, a fin de llegar a la consecución de la meta común.
- **Grupos formales.**- Su estructura depende hasta tal punto de otras instituciones, organizaciones o grupos, que pueden ser difícilmente modificados sin que se lleven a cabo reformas en aquellos.
- **Grupos informales.**- Éstos pueden disponer con mayor facilidad de sus estructuras y organización.
- **Grupos primarios.**- Este tipo de grupos son siempre pequeños. Las relaciones mutuas entre los miembros son intensas, cara a cara y emocionales.

De acuerdo con Anzieu y Jacques-Yves (1971), la distinción entre el grupo primario y el grupo secundario pertenece al sociólogo norteamericano Charles H. Cooley. Él entendía por grupos primarios aquellos en que se encuentra una asociación y cooperación íntimas y frente a frente. Son grupos que se caracterizan por los lazos personales íntimos, cálidos, cargados de emoción, que se establecen entre todos los miembros. Por el contrario, en los grupos secundarios, las relaciones entre los miembros son frías, impersonales, contractuales y formales; las comunicaciones por escrito son más importantes que los intercambios orales.

Tenemos con esto, el séptimo tipo de grupos, prosiguiendo con la clasificación de Sbandi:

- **Grupos secundarios.**- Sistema social que funciona regido por instituciones dentro de un segmento particular de la realidad social. Es, a la vez, un conjunto de personas que persiguen fines determinados; un conjunto de estructuras de funcionamiento que rigen las interrelaciones de las partes componentes, y que más o menos determinan los roles de las personas (Anzieu y Jacques-Yves, 1971).
- **Grupos abiertos y cerrados.**- Dependen de la constancia o variabilidad de la estructura del grupo por lo que respecta a sus miembros.
- **Grupos propios y ajenos.**- Dependen de cómo los miembros consideran su grupo y el de los demás.
- **Grupos de pertenencia.**- Todos aquellos en que uno se halla en un momento dado.
- **Grupos de relación.**- Aquellos a los que el individuo se siente unido al menos por el sentimiento, aunque de hecho no pertenezca a ellos.
- **Grupos homogéneos y heterogéneos.**- Dependen del número de caracteres comunes de los miembros.
- **Grupos pasajeros y permanentes.**- Éstos dependen de la duración del grupo.
- **Grupos autónomos o dependientes.**- Se clasifican así de acuerdo con el grado de dependencia de un grupo respecto de otras figuras sociales.
- **Grupos de autoexperiencia.**- Son aquellos en que, por lo general, se reflexiona sobre el propio comportamiento del grupo y de sus miembros. Aquí entran, como se verá más adelante, los grupos de encuentro o de desarrollo humano, en los cuales se basa este estudio.
- **Grupos de trabajo.**- Se caracterizan por el objetivo principal que se proponen y que es realizar una labor productiva.

- **Grupos terapéuticos.** - Tienen como finalidad la "curación" de sus miembros.

Cartwright y Zander, por su parte, incluyen otras clases de grupo no contempladas por Sbandi. Entre ellas las que se anotan a continuación:

- **Grupos de referencia.** - Se denominan así todos aquellos grupos con los que el individuo relaciona sus actitudes.
- **Grupos para resolver problemas.** - La base para formar estos grupos es creer que así se logrará con mayor eficiencia una solución, se eliminará antes por otra mejor o se adoptará con mayor rapidez si un conjunto de personas trabajan unidas en el problema.
- **Grupos de acción social.** - Todos aquellos grupos creados con el deseo de influir en el curso de los acontecimientos sociales.
- **Grupos de clientes.** - Estos grupos se reúnen con el propósito de "mejorar" de alguna forma a sus miembros, quienes pueden buscar ayuda para algún problema, desear aumentar su sensibilidad a las relaciones humanas, mejorar su habilidad como líderes, aprender cómo ganar amigos o influir sobre la gente.

Los últimos tres tipos de grupos corresponden a aquellos cuya formación es deliberada, persiguiendo un propósito no posible de otra manera.

Una vez que ha sido contextualizado el objeto que nos ocupa en el presente capítulo, pasemos a considerar cuál ha sido su utilización en el campo psicológico.

C. UTILIZACIÓN DE LOS PEQUEÑOS GRUPOS CON PROPÓSITOS PSICOLÓGICOS.

Aun cuando, de acuerdo con Howard (1977), el uso de los grupos humanos a nivel de práctica popular es tan viejo como la vida humana sobre la tierra, por lo que carece de sentido preguntarse quién los inventó, sí resulta de utilidad, para los efectos de este apartado, averiguar los orígenes del trabajo en grupos con propósitos psicológicos o terapéuticos.

1. SUS ORÍGENES.

Según parece, desde fines del siglo pasado, 1880 para precisar, el sociólogo alemán Ferdinand Tönnies planteó los fundamentos sobre los que descansa la importancia del estudio y el trabajo con grupos al establecer la diferencia entre la jerarquía burocrática e impersonal y la definida como comunidad íntima y personal. No obstante, es hasta 1905 cuando el

grupo comienza a utilizarse con propósitos curativos. El médico americano Joseph Pratt fue el osado experimentador.

Más propiamente, y ya como campo identificable de investigación, surge en Estados Unidos hacia fines de los años 30, lo que se ha llamado Dinámica de Grupo, movimiento dedicado a obtener conocimientos sobre la naturaleza y funcionamiento de los grupos. Centra su atención con mayor intensidad en los problemas sobre la dinámica de la vida en grupo, investigando aspectos tales como el cambio, la resistencia al cambio, las presiones sociales, la influencia, la coerción, el poder, la cohesión, la atracción, el rechazo, la interdependencia, el equilibrio y la inestabilidad, entre otros.

Los orígenes de este movimiento se asocian con Kurt Lewin (1890-1947), quien popularizó el término dinámica de grupo y aportó significativas contribuciones a la investigación y la teoría de los grupos (Cartwright y Zander, 1983).

En 1945, Lewin establece la primera organización dedicada exclusivamente a investigar la dinámica de grupo: el "Centro de Investigación de la Dinámica de Grupos del Instituto Tecnológico de Massachussets". Fue ahí donde inició su trabajo con Grupos de Entrenamiento en Habilidades Básicas, grupos éstos de donde se acuñó el término Grupos T, por *training*, que significa entrenamiento, en inglés.

Al principio, tales grupos se orientaron a la capacitación en habilidades vinculadas con las relaciones humanas. A través de ellos se enseñaba a los individuos a observar la índole del proceso grupal y sus interacciones con otras personas. Se creía que, a partir de ello, estarían mejor preparados para comprender cómo funcionaban ellos mismos dentro de un grupo y en el desempeño de sus tareas, así como para comprender la influencia que ejercían en otros, adquiriendo de esta manera mayor competencia para encarar situaciones interpersonales difíciles.

Bradford, Benne y Lippitt experimentaron con grupos de laboratorio, a los que consideraban poderosos medios para trasladar la teoría científica al cambio social. Ellos consideraban que los grupos podían servir para reeducar la conducta, las actitudes y los valores de las personas. Bajo el auspicio de Lewin, fundaron en 1947 el National Training Laboratories Institute for Applied Behavioral Science, conocido como N.T.L., lugar en donde, desde entonces, se empezaron a conducir grupos t.

Aproximadamente al mismo tiempo, la UCLA y la Universidad de California, en Berkeley, estaban desarrollando un instituto conjunto de relaciones industriales. Acuñaron, en 1956, el término *Sensitivity Training* (entrenamiento sensorial) para designar programas encaminados a mejorar la eficiencia de administradores y ejecutivos.

También por la misma época, se desarrollaba en la Universidad de Chicago otra fase del movimiento hacia la experiencia grupal intensiva. Inmediatamente después de la Segunda Guerra Mundial, en 1946 y 1947, Rogers y algunos colegas del Centro de Asesoramiento Psicológico de la Universidad de Chicago, se dedicaron a la capacitación de consejeros psicológicos para la dirección de veteranos de guerra.

Tenían la tarea de crear un grupo intensivo pero breve que preparara a algunos hombres para convertirse en eficaces consejeros psicológicos, que supieran encarar los problemas de los soldados que regresaban del campo de batalla. Consideraban que ninguna formación de tipo cognoscitiva bastaría, de manera que ensayaron una experiencia grupal intensiva, con reuniones diarias de varias horas de duración, en las cuales los integrantes trataban de comprenderse mejor, de tomar conciencia de las actitudes que podrían resultar autodestructivas en la relación de asesoramiento psicológico, y de establecer entre sí un vínculo productivo que pudieran transferir luego a su labor como consejeros.

Este intento de ligar el aprendizaje cognoscitivo con el experiencial, demostró tener valor terapéutico para el individuo, ofreció una cantidad de experiencias profundas y significativas y tuvo tanto éxito que se continuó aplicando en seminarios de verano.

Este tipo de grupos se orientó básicamente al desarrollo personal y al aumento y mejoramiento de la comunicación y las relaciones interpersonales. Tuvieron una orientación más experiencial y terapéutica que los grupos de entrenamiento nacidos en Bethel.

A comienzos de la década del 60, el movimiento cobró forma definida. En 1959 se fundó el Instituto de Ciencias de la Conducta del Oeste, en la Jolla, atrayendo a algunos de los seguidores del trabajo en pequeños grupos. El NTL crecía rápidamente. Seguidores de Maslow y Rogers fundaban el Instituto Americano de Psicología Humanística. Mientras Michael Murphy y Richard Preis concebían un grandioso proyecto a desarrollar en Big Sur. Establecieron en ese lugar "un centro para explorar, expandir y enaltecer el potencial humano", al cual llamaron Esalen (Howard, 1977).

2. ALGUNAS VARIEDADES.

A medida que crecía la popularidad de los llamados "pequeños grupos" o "grupos experienciales", también fueron apareciendo una gran variedad de modalidades de los mismos. La década de los 70's fue el escenario que los vio multiplicarse.

Estos grupos, cuya finalidad fue básicamente práctica, surgieron como alternativa a los grupos de tratamiento o terapéuticos. También se les llamó "grupos para gente sana" o "normal" y, aunque con un origen común, cada uno de ellos adoptó características particulares.

Quizá sea conveniente, antes de hacer referencia explícita a las diferentes variedades que adoptaron los pequeños grupos, estipular algunas características que permitan diferenciar entre los grupos de terapia y lo que se ha llamado "grupos de entrenamiento", entre los cuales se incluyen los grupos a los que aquí se hace referencia.

Para Gibb (1990), el entrenamiento en relaciones humanas suele implicar algún tipo de experiencia intensiva con un grupo pequeño. Y aun cuando existe una importante sobreposición entre las actividades de los "grupos de terapia" y los "grupos de

entrenamiento", la mayoría de los individuos que trabajan con ellos encuentran diferencias entre ambos.

El entrenamiento se caracteriza, de acuerdo con dicho autor, por implicar las siguientes condiciones:

- El enfoque recae en el análisis de los datos perceptuales disponibles, llamados del aquí y ahora, más que en datos históricos o en la vida organizativa o familiar.
- Se centra en el crecimiento personal y el desarrollo del potencial humano, más que en el tratamiento reparador o correctivo.
- Se analizan los datos interpersonales accesibles, más que el material inconsciente o motivacional.
- Se enfatiza el proceso grupal, el funcionamiento del mismo y la interacción entre los miembros.
- El enfoque recae en el intento de nuevas formas de conducta, más que en el logro de un nuevo *insight* o una nueva motivación.
- La atención inmediata y primordial es mejorar la efectividad o cambiar la conducta de las personas en el marco organizativo o del grupo natural, en vez de aliviar la aflicción o cambiar las estructuras de la personalidad o el carácter.
- Los participantes generalmente se ven a sí mismos como gente normal que intenta funcionar más efectivamente en los niveles interpersonales, como grupo o miembros de una organización, más que como una persona enferma que busca un tratamiento para liberarse del sufrimiento.

Una vez hechas las aclaraciones pertinentes, pasemos ahora a considerar las diferentes modalidades en grupos de entrenamiento (o experienciales, como también se les conoce), desarrolladas bajo el ámbito de lo que se ha llamado Movimiento de Desarrollo del Potencial Humano.

El Movimiento de Desarrollo del Potencial Humano, en su época de auge, fue muchas cosas a la vez. Howard lo describe como

Un negocio, una forma de recreación, una subcultura, una contracultura, una forma de teatro, una filosofía de la educación, una especie de psicoterapia y una religión subterránea con sus propios sinodos, sectas, profetas, cismas y herejías (1977).

Para algunos, no ha sido más que una moda, y como tal, pasajera; para otros, "una bobada urdida por charlatanes"; incluso, hay quien llegó a considerarlo una amenaza pública. Del lado contrario están aquellos para quien ha sido un movimiento reivindicador de la persona humana, una excelente forma de lograr el autoconocimiento y el mejoramiento de las relaciones interpersonales, sin necesidad de acudir a terapia...

Sea lo que cada quien considere, lo cierto es que dicho movimiento fue ilustrado por la aparición de un sinnúmero de "centros de crecimiento" y asociaciones, principalmente en Estados Unidos, que se dieron a la tarea de conducir -y formar personal para conducir- grupos, cuya característica fundamental fue el ser experienciales, de corta duración y estar enfocados en los sentimientos y emociones de las personas participantes, en el aquí y ahora; con miras a lograr un mejor aprovechamiento y desarrollo de las potencialidades humanas.

La amplia variedad, en cuanto a extracción social y profesional, de los dirigentes de este movimiento -pues lo mismo se trataba de respetados psiquiatras o psicólogos, que de docentes, médicos, teólogos, sociólogos, empresarios, e incluso de líderes legos, sin entrenamiento profesional-, fue una de las razones que explican la proliferación de métodos y técnicas desplegados. Por ello se dice, de acuerdo con Gibb (1990), que la metodología empleada fue una novedosa y a menudo mal estructurada combinación de varias fuentes, entre ellas la medicina somatopsíquica, el yoga, el psicodrama, la psicología clínica y la danza interpretativa, por mencionar algunas. Las actividades incluyeron teatro cinético, caligrafía, maratones nudistas, pintura con los dedos, experiencias psicodélicas, hipnosis, despertar sensorial, terapia de respiración, análisis bioenergético, meditación y experiencias trascendentales, retomadas de la cultura oriental.

a) Grupos T o de Entrenamiento en Sensibilización.

El método clásico de entrenamiento en relaciones humanas profundas en pequeños grupos, es el grupo T. La finalidad principal de este tipo de grupos fue la capacitación o entrenamiento en habilidades básicas. Se utilizaron especialmente en la industria para mejorar las relaciones entre el personal, para formar líderes y, de paso, para aumentar la productividad.

En la primera década posterior a su invención (por los Laboratorios Nacionales de Entrenamiento, en 1947), estos grupos siguieron un modelo bastante claro y congruente. El líder era un observador e informador del proceso de grupo, un entrenador relativamente inactivo que intentaba mantener tanto su atención en el proceso, más que en el contenido, como la interacción en el aquí y ahora, tratando continuamente con las percepciones y sentimientos que se generaban entre los miembros dentro del marco del grupo. A partir de entonces, el modelo ha sido ampliado considerablemente para incluir una extensa variedad de estilos de intervención, teorías del liderazgo eficaz y del cambio de conducta, así como diferentes métodos y técnicas de trabajo.

El grupo T, generalmente, se constituye por 12 ó 15 personas con la ayuda de un instructor especializado. A estas personas se les deja en una situación de casi falta de estructura. El entrenador o coordinador no señala objetivos ni condiciones. La sesión dura aproximadamente de dos a tres horas y durante ella los miembros del grupo, con una mínima ayuda del coordinador, le otorgan al grupo su propia estructura. Así, y de acuerdo con Castaño, Sánchez y Wicab (1981), nacen metas específicas, se establecen normas, se desarrolla un liderazgo e interactúan los miembros en forma dinámica y espontánea, libremente, sin ninguna consigna previa. Durante esta experiencia, es el proceso, más que el contenido, el que recibe más atención. Los participantes son animados a enfrentarse con sus propios sentimientos acerca de sí mismos y acerca de los demás, y a explorar el impacto que tienen uno sobre el otro. De esta forma examinan sentimientos, expresiones y conductas que en la vida diaria, con frecuencia, no son tomados en cuenta.

Con respecto a los objetivos del grupo T, Shaw (1989) comenta que si bien resulta bastante claro para los responsables del grupo el propósito de llegar a una comunicación válida, es decir, de lograr que los miembros del grupo sean capaces de expresar libremente sus opiniones sobre sí mismos y sobre los demás, así como de aceptar a los otros como individuos que también tienen el derecho de expresar sus sentimientos, creencias y valores, éstos no suelen definirse con precisión a los participantes, por lo que aquellos se encuentran ante una situación ambigua, diferente de cualquier otra experimentada con anterioridad.

Los grupos T son aún ampliamente utilizados tanto en la industria como en la educación, en su modalidad de laboratorios de entrenamiento, en ellos se ofrecen al participante ocasiones para cobrar una mayor lucidez, tanto sobre su propio comportamiento como sobre el de los demás.

Luft (1986) describe los siguientes elementos como característicos del "método de laboratorio", el cual sólo puede aplicarse en un clima de tolerancia:

La sala está dispuesta como para un seminario o un taller. No hay en ella ni cátedra ni lugares asignados a los participantes. Se aconseja esta disposición para facilitar la discusión libre. Además, alienta el ejercicio de la iniciativa de cada miembro, en vez de la dependencia habitual.

El monitor detenta ciertas funciones y responsabilidades especiales, pero participa en el grupo como los demás miembros y los alienta a tomar parte en aquel lo más libre y activamente posible. Evita la imposición de un modelo de trabajo que no se desprenda de las características singulares de ese particular conjunto de personas. De ahí que los miembros deban enfrentar desde el principio el problema de cómo conducirse personalmente en el seno del grupo.

b) Grupos o juegos Synanon.

Estos grupos fueron desarrollados por la organización Synanon para el tratamiento de individuos adictos a las drogas. Tienen como objetivo principal enfrentar y atacar de manera casi violenta las defensas de los participantes, a fin de confrontarlos con la realidad y llevarlos a tomar responsabilidad sobre sí mismos.

c) Grupos Maratón.

El formato de Maratón fue diseñado, en parte, para intensificar la experiencia de grupo y para ayudar a las personas que presentan gran resistencia a desprenderse de sus máscaras sociales y sus defensas. El método original utiliza contactos sin interrupción y profundamente personales durante periodos de 24 a 36 horas. La idea rectora de estos grupos es que la experiencia de maratón prolongado resulta mucho más eficaz como agente inductivo de cambio que lo que sería un lapso comparable, distribuido en sesiones periódicas de entrenamiento.

Para explicar la eficacia del método, se han formulado las hipótesis de que la fatiga genera una intensidad en la interacción y reduce la inhibición en la revelación personal; que las personas que persistentemente gastan energías en el mantenimiento de falsas imágenes son fisiológicamente incapaces de mantener esta energía durante todo el tiempo que dura el maratón, y que el contacto interpersonal profundo y prolongado crea presiones intrínsecas hacia la revelación personal.

El objetivo de este tipo de grupos (González, Monroy y Silberstein, 1994), es que a través de los procesos psicosociales y los efectos terapéuticos que proporciona la autovivencia y la experiencia intensa entre todos los integrantes del grupo, éstos se involucren como personas a fin de mejorar sus estilos de vida.

Los autores aludidos dividen el proceso que se desarrolla en los grupos Maratón, en cuatro etapas. En la primera de ellas, la **etapa de apertura**, los participantes se identifican o conocen. En la segunda etapa, **de hostilidad**, los sentimientos de coraje o aburrimiento se expresan abiertamente. En la siguiente fase, llamada **de dependencia**, los participantes suelen expresar su necesidad de ser amados, así como los temores relacionados con el sentimiento de ser objeto de rechazo; aquí, generalmente, los miembros del grupo se aceptan y confortan mutuamente. Por último, en la cuarta etapa, **de terminación de la experiencia**, se presentan a la vez sentimientos de integración y de ansiedad por la próxima separación.

De acuerdo con González Núñez, **et al.** (1994, pp. 70-71), los participantes de un grupo tipo Maratón deben cumplir con las siguientes reglas:

- Mantenerse unidos y no retirarse hasta que el grupo se desintegre en el tiempo previamente fijado.

- Todos los miembros del grupo deben actuar de acuerdo con ciertas bases y reglas preestablecidas.
- El coordinador del grupo debe observar las mismas reglas que los demás participantes.
- Se prohíbe cualquier amenaza o ataque físico. Los ataques se deben limitar a procesos verbales.
- Los procedimientos de grupo tales como el psicodrama, juegos transaccionales y otros, deben usarse sólo excepcionalmente.
- El proceso experiencial se compone de las siguientes fases:
 - a) reacción hacia las expresiones individuales;
 - b) compartir las reacciones;
 - c) retroalimentar y generar contrareacciones.
- Cada miembro debe sentir su presencia en el grupo y permitir que el impacto de los otros llegue a él.
- Tener presente que como se es en el grupo, así se es en el mundo.
- Los cambios y mejoras en la participación de los miembros del grupo están atendidos por el grupo mediante el reconocimiento a dichas mejoras.
- La información que se conoce en el grupo, no debe ser revelada afuera.

Si estas reglas son satisfechas, los grupos tipo Maratón tendrán como resultado el desarrollo de nuevas maneras de actuar y sentir, pues al transparentarse el auténtico yo, se conduce a la intimidad psicológica.

d) Grupos Gestálticos.

Teniendo como base el enfoque terapéutico Gestalt, que supuestamente deriva de la escuela teórico-psicológica de la configuración o de la forma -traducciones que se han hecho del término alemán Gestalt-, desarrollada por Wertheimer, Köhler y Koffka, estos grupos enfatizan la vivencia en el aquí y ahora de la situación, así como la toma personal de responsabilidad. La conducción y ritmo del grupo recaen en la figura de un terapeuta experto que se dedica por entero a un individuo por vez, tal como si se tratara de terapia individual en grupo, desde un punto de vista diagnóstico y terapéutico, sin ser propiamente grupos de tratamiento.

Este tipo de grupos aún se desarrollan regularmente, sobre todo en instituciones educativas y de terapia orientadas desde el enfoque Gestalt.

e) Grupos de Conciencia Sensorial, de Conciencia Corporal y de Movimiento Corporal.

Esta variedad de grupos se fundamenta en los principios de la terapia bioenergética, según la cual todo problema de índole psíquico tiene su contraparte corporal, por ello el contacto con el cuerpo es un elemento importante. Buscando integrar ambas esferas, la corporal y emocional, tienden a poner de relieve la conciencia física y la expresión por medio del movimiento o la danza.

f) Grupos de Encuesta.

Gibb (1990) llama grupos de encuesta a aquellos grupos relativamente estructurados, que se centran en la oportunidad de practicar las habilidades interpersonales e integrar dentro de la experiencia total aproximaciones de teorías de la personalidad. Estos grupos suelen utilizar cierto número de diseños de entrenamiento, entre ellos la estimulación, la representación de papeles, las sesiones estructuradas de práctica y las demostraciones.

En este tipo de grupos, se enfatiza la adquisición de habilidades de encuesta o indagación en situaciones de grupo o equipo, tales como acumular datos, recibir ayuda, comunicarse bien, diagnosticar las fuerzas del grupo y ejercer y recibir influencia.

g) Grupos de Autenticidad, de Crecimiento o Encuentro.

Estos grupos tienden a hacer hincapié en el desarrollo personal y en el aumento y mejoramiento de la comunicación y las relaciones interpersonales, a través de un proceso experiencial. Son una extensión de los métodos que han sido efectivos en la terapia diádica de orientación rogeriana; algunos los han considerado "grupos de terapia para normales". Los métodos que se utilizan en este tipo de grupos se caracterizan por la expresión de sentimientos, la retroalimentación personal, el reflejo de sentimientos y emociones, la representación de papeles, la confrontación y el análisis de fantasías. Sin embargo, las técnicas no son importantes en sí mismas si no están supeditadas a las actitudes de la persona del terapeuta, que son las realmente importantes.

Para algunos (V. González, Monroy y Silberstein, 1994), los grupos de encuentro son considerados como un proceso de reeducación emocional, a través del cual se aprende a reconocer, experimentar y a controlar las propias emociones. En cierto sentido, así es, ya que la finalidad más importante de este tipo de grupos es contribuir a que los participantes encuentren nuevas maneras de relacionarse consigo mismos y con los demás, partiendo de una honesta y profunda exploración de sentimientos y actitudes, a la vez que se busca eliminar las fachadas o máscaras con las que el individuo ha vivido, a manera de defensas, para ocultar su auténtico sí mismo.

El siguiente capítulo se dedica exclusivamente a este tipo de grupos, dado que son ellos los que sirven de base a la realización de la presente tesis.

Las variedades mencionadas aquí no agotan la, todavía, gran cantidad de modalidades grupales que pueden encontrarse (se habla también de laboratorios de expresión creativa, de grupos de desarrollo organizacional, de grupos de integración de equipos, e incluso de grupos de terapia nudista); no obstante, sí son los más representativos de lo que se ha denominado Movimiento de Desarrollo del Potencial Humano.

Aún con su diversidad, todas estas experiencias pueden clasificarse en la categoría de actividades centradas en la vivencia grupal intensiva. Poseen, a pesar de todo, algunas características similares. La primera de ellas es el tamaño de los grupos, generalmente se trata de grupos pequeños (de seis a quince miembros aproximadamente), cuya duración es breve. Otras características que comparten son el carecer de estructura formal impuesta de antemano, el elegir sus propias metas y directivas personales, y el centrarse en la expresión de sentimientos y emociones.

Los grupos a que se hace referencia aquí pueden adoptar, de acuerdo con Rogers (1978a), diferentes formas. Existen grupos de extraños; grandes laboratorios en los que se manejan varios grupos pequeños al mismo tiempo, manteniendo cada uno su propia continuidad, en tanto que el laboratorio en su conjunto se reúne a menudo para realizar una experiencia común; se pueden encontrar también grupos de parejas, donde los matrimonios se reúnen con la esperanza de ayudarse en forma mutua a mejorar sus relaciones conyugales; grupos familiares, constituidos por varias familias, donde los progenitores extraen enseñanzas de sus hijos y de los hijos ajenos, y viceversa. La mayoría de los grupos tienen sesiones intensivas durante un fin de semana o a lo largo de una o varias semanas. En determinados casos, las sesiones de grupo se realizan una o dos veces por semana.

Y, aun cuando, de acuerdo con la literatura (V. Goodstein y Davico, 1979), el estudio investigativo acerca de los pequeños grupos, así como el trabajo práctico con ellos, ha declinado -argúyanse las razones que se arguyan-, en la actualidad dichos grupos continúan realizándose, quizá no en las dimensiones en que lo hicieron más de dos décadas atrás, pero siguen demostrando ser satisfactorios para la mayoría de las personas que acuden a ellos (para mí lo han sido, así como para la mayoría de las personas que han asistido a los que he coordinado o he ayudado a coordinar).

Han demostrado ser efectivos en promover el desarrollo personal de los participantes, haciéndolos más capaces de expresar y aceptar incondicionalmente sus sentimientos, valores, actitudes y conductas; así como de desarrollar ellos mismos las cualidades de la personalidad consideradas por Rogers como necesarias para promover y facilitar el cambio: aprenden a ser congruentes, empáticos y a aceptar positivamente en forma incondicional a los demás (Torres, 1992).

D. HIPÓTESIS QUE GUÍAN EL TRABAJO CON GRUPOS DE DESARROLLO HUMANO.

1. ACUSACIONES MÁS FRECUENTES.

A la par que crecía la popularidad de los grupos que se arremolinaron bajo el aura del Movimiento de Desarrollo del Potencial Humano, y en tanto se investigaba en torno a sus beneficios y limitaciones, se desencadenó también una ola de desacreditación con respecto a los mismos.

Así, fueron objeto de un sinnúmero de acusaciones, unas más injustas y mal fundadas que otras. Se ha dicho, por ejemplo, que tales grupos son dirigidos por charlatanes, corruptos o mediocres; que invaden la intimidad; que favorecen la promiscuidad sexual; que facilitan la violencia física; que causan daño psicológico; que hipnotizan a sus miembros; que son anti-intelectuales; que "abaratán la auténtica emoción" y conducen al "elitismo emocional"; e, incluso, que pueden ser fatales.

Si bien, es cierto que, dada la amplitud del movimiento, los grupos se salieron del control de psicólogos clínicos o cualquier otro tipo de profesionales, por lo que todo individuo que se sintiera preparado pudo anunciar la realización de este tipo de grupos; ello no significa que todas las personas que dirigen grupos estén en el mismo caso.

También es cierto que, en algunas ocasiones, los participantes llegan a experimentar el sentimiento de invasión a su intimidad, esto tiene mucho que ver con la actitud de las personas que dirigen los grupos y, sobre todo, con la filosofía del ser humano que sustentan.

Lo que es casi absolutamente falso es la acusación de que los grupos promueven la violencia física, pues en la mayoría de los grupos las confrontaciones no pasan del nivel verbal o imaginario (golpear cojines, gritar...). Aun cuando Howard (1977) se refiera a "unos pocos y excepcionales testimonios de auténtica violencia que provienen, sobre todo, de California del Norte".

Con respecto a la afirmación de que los grupos causan daño psicológico, se encuentran en la literatura opiniones contrarias. Algunos (por ejemplo Cappon, 1984) consideran que después de la participación en un grupo de la naturaleza de los aquí contemplados, los miembros quedan confundidos y sin saber qué hacer con todo lo concientizado en el grupo; otros, entre ellos Howard (1977) piensan que los grupos pueden causar daño cuando quienes los dirigen son ineptos. Sin embargo, aun cuando es cierto que algunos individuos, después de participar en un grupo de desarrollo humano, han recurrido a la psicoterapia individual o grupal, Rogers (1978) reporta que en los centenares de grupos que ha conducido, sólo dos individuos manifestaron lo que podría considerarse un cambio negativo, uno de ellos sufrió un brote psicótico temporario y el otro, quien ya antes del grupo había mostrado síntomas de alteración mental, padeció una verdadera psicosis. A este respecto, Charles Seaford (cit. pos. Howard, 1977) estima que la incidencia de disturbios mentales y

depresiones graves es menor del uno por ciento, y casi siempre se manifiesta en personas que tienen una historia previa de perturbaciones nerviosas.

Aun así, sería conveniente preguntarse si la participación en un grupo de desarrollo humano no es, más bien, un paso muy positivo en el camino de convertirse en personas más integras, y si para algunas personas la experiencia no implica un cambio demasiado rápido y, por lo tanto, doloroso, como para verse obligados a buscar ayuda. Yo me inclino por la idea de que el aparente daño que sufren algunas personas no es más que un paso en el camino de avanzar hacia la vida plena, que, como ya se analizó en el capítulo anterior, es muchas veces doloroso, pero, al final de cuentas, gratificante para aquellos que desean desarrollarse óptimamente.

La afirmación de que los grupos hipnotizan a sus miembros es verdadera en cierto sentido, pues la hipnosis resulta facilitada en el contexto de grupos humanos (ya Freud se refirió a este fenómeno; Bion lo hace en su libro **Experiencias en grupos**, cuando dice "En la mentalidad grupal el individuo encuentra un medio de expresar las contribuciones que desea hacer en forma anónima y, al mismo tiempo, el mayor obstáculo para la realización de los objetivos que desea obtener a través de su pertenencia al grupo". Jung, por su parte, fue quizá más extremista al decir "Cuando cien cabezas inteligentes forman un grupo, resulta una gran tontería, pues cada individuo es obstaculizado por la 'otredad' de los otros" (Cartwright y Zander, 1983).

Más particularmente, Howard (1977) reporta que algunos dirigentes de grupos con orientación psicoanalítica utilizan la "hipnoplastia sensorial", es decir, hacen trabajar a los participantes con arcilla a fin de intensificar la experiencia y ayudarles a regresar a ciertos episodios dolorosos reprimidos.

Decir que los grupos son anti-intelectuales, aunque cierto casi en su totalidad, no es un hecho que deba reprocharse, pues se ha demostrado que al centrarse en el intelecto se impide la vivencia de la emoción y, por tanto, la auténtica implicación en el proceso o experiencia.

Cuando se dice que los grupos abaratan la auténtica emoción, es quizá porque algunas técnicas que pretenden favorecer la intimidad, tienden a destruirla o a promover el fingimiento, sobre todo cuando los dirigentes no respetan ni valoran a los participantes y, en su lugar, tienden a actuar de un modo amenazante, crítico e interpretativo.

Finalmente, la afirmación más impactante: decir que los grupos pueden ser fatales, es demasiado difícil de probar. Howard cita dos casos ocurridos en Esalen, un suicidio y una persona ahogada, en apariencia por accidente. No obstante, aun cuando, hablando a mi parecer bastante extremistamente, tales muertes puedan tener algo que ver con la participación en encuentros grupales, también es posible que se hubieran producido de cualquier modo.

2. IMPLICACIONES POSITIVAS.

Así como en el contexto de los pequeños grupos se habla de implicaciones, en cierto sentido, negativas, también suele hablarse de implicaciones positivas.

Gibb (1990), después de hacer un análisis de las investigaciones sobre los efectos de los grupos de entrenamiento, señala que a pesar de las controversias y de las múltiples interpretaciones, éstos producen cambios en la sensibilización, el manejo de sentimientos, la direccionalidad de la motivación, las actitudes hacia el *self* y hacia los otros, y la interdependencia.

"Sensibilización" implica, para Gibb, una mayor sensibilidad con respecto a uno mismo, a los sentimientos y percepciones de otros y al ambiente interpersonal general. Implica también mayor accesibilidad al *self*, transparencia, apertura, autenticidad y espontaneidad.

Por "manejo de sentimientos" entiende la conciencia de los propios sentimientos, la autoaceptación del componente sentimental en las propias acciones y el lenguaje, la consonancia entre los sentimientos y la conducta, la claridad de expresión de los sentimientos y la integración de la emocionalidad en los diversos procesos vitales.

Cuando habla de "manejo de motivaciones", se refiere a aspectos como la autorrealización, la conciencia de los propios motivos y su comunicación clara a los demás, compromiso, mayor nivel de energía, y dirección interior.

Entre las "actitudes funcionales hacia el *self*" menciona la aceptación del sí mismo, la autoestima, la congruencia entre el *self* real y el ideal, y los sentimientos de confianza. En tanto que "las actitudes funcionales hacia otros" comprenden cambios tales como disminución del autoritarismo, mayor aceptación con respecto a los demás, reducción de prejuicios, así como del interés por la estructura y el control.

Por último, Gibb señala que la "conducta interdependiente" puede ser descrita como competencia interpersonal, efectividad en la tarea, trabajo en equipo, conducta positiva como miembro del grupo, liderazgo democrático y efectividad en la solución de problemas.

Además, concluye Gibb, el hecho de que estos aspectos se relacionen cercanamente con resultados terapéuticos esperados, aporta pruebas fehacientes de que las experiencias intensivas de entrenamiento tienen efectos terapéuticos. ¡Y vaya que los tienen!

No obstante, a fin de que la experiencia grupal resulte significativa para los participantes y pueda promover en ellos los cambios mencionados, se precisa que los dirigentes orienten su intervención de acuerdo a las siguientes hipótesis mencionadas por Rogers (1978a).

3. HIPÓTESIS ORIENTADORAS.

- El facilitador de un grupo que se reúne en forma intensiva puede desarrollar un clima psicológico de seguridad, donde se genere en forma gradual libertad de expresión y disminución de las actitudes defensivas.
- En un clima psicológico semejante, tienden a expresarse muchas reacciones de sentimiento inmediato de cada miembro hacia los demás y hacia sí mismo.
- De esa libertad mutua para expresar los sentimientos reales, positivos y negativos, nace un clima de confianza recíproca. Cada miembro se orienta hacia una mayor aceptación de la totalidad de su ser -emocional, intelectual y físico- tal cual es, incluidas sus potencialidades.
- Con individuos menos inhibidos por la rigidez defensiva, se vuelve menos amenazadora la posibilidad de un cambio en las actitudes y el comportamiento personales, en los métodos profesionales y en los procedimientos y relaciones administrativas. Al disminuir la rigidez defensiva, los individuos pueden, en mayor grado, escucharse mutuamente y aprender unos de otros.
- Se crea retroalimentación de una persona a otra, en forma tal que cada individuo llega a saber cómo aparece ante los demás y qué huella deja en las relaciones interpersonales.

Con esto queda claro que cuando el entrenador, coordinador o facilitador de un grupo actúa en forma tal que optimice el crecimiento del grupo, las propiedades de inducción de cambio llegan a niveles óptimos.

De acuerdo con Gibb, hay pruebas de que la conducta y actitud del coordinador puede hacer una diferencia. Su influencia está determinada, en parte, por el grado de autorrevelación, de orientación hacia la ayuda, de participación en la retroalimentación orientada hacia la persona y por sus intervenciones en el proceso.

Hurley (1986) también ha demostrado que distintas escalas de autoaceptación y aceptación de los otros se asocian sustancial y apropiadamente con la efectividad de los líderes de pequeños grupos, tanto de estudiantes no graduados como de profesionales de la salud mental; y que la conducta de aceptación de los otros de parte de los líderes se encuentra con frecuencia ligada sustancialmente a los beneficios de los miembros del grupo.

Schacht, Howe y Berman (1989) por su parte, en un estudio en donde se investigó la relación entre las condiciones facilitadoras del supervisor y la efectividad, según es percibida por supervisados de diferentes tipos de personalidad ("*feeling and thinking*") y orientaciones teóricas, encontraron que los supervisores percibidos como los que más contribuyeron a la efectividad terapéutica de sus supervisados fueron evaluados consistente y significativamente

más altos en las condiciones de consideración, empatía, congruencia, incondicionalidad y disposición a ser conocidos, que los supervisores que, según se percibió, contribuyeron menos a dicha efectividad. Además, las condiciones facilitadoras diferenciaron significativamente a los supervisores más y menos útiles para los supervisados, los cuales ostentaban diferentes orientaciones teóricas: conductual o cognoscitivo-conductual, psicoanalítica y centrada en el cliente.

Estos factores de la personalidad del terapeuta, supervisor o facilitador, están considerados entre los más importantes determinantes del cambio terapéutico -más importantes aún que la técnica terapéutica- y son de importancia fundamental al establecer un clima o atmósfera grupal propicio para el crecimiento. Este clima, como se vio, debe caracterizarse mínimamente por las tres condiciones que han demostrado (Lafarga, 1990; Pervin, 1979) trascender a todas las psicoterapias y ser independientes de la orientación teórica del terapeuta: empatía, aceptación incondicional y la autenticidad o congruencia que el terapeuta o facilitador muestre en la relación. Estas condiciones resultan básicas para generar la afiliación o el sentido de pertenencia a un grupo, la cual fue considerada como la dimensión primaria del clima grupal en una revisión (cit. pos. Hurley, 1989) de estudios sobre el clima emocional de los pequeños grupos y fue encontrada también asociada en forma importante con la efectividad de los grupos terapéuticos (*ibid.*) y los grupos de encuentro (*ibidem*).

En el siguiente capítulo se hará alusión, un tanto más ampliamente, sobre el caso específico de los grupos de encuentro orientados desde el enfoque personalizado propuesto por Carl Rogers, dado que este tipo de grupos es el que se pretende realizar para probar la hipótesis que se ha planteado en la presente investigación.

CAPÍTULO 3. LOS GRUPOS DE ENCUENTRO ORIENTADOS SEGÚN EL ENFOQUE PERSONALIZADO DE CARL ROGERS.

Carl Rogers es el creador y principal promotor de los grupos de encuentro; su teoría, así como su peculiar manera de trabajar en grupo sirve de base a esta investigación. De ahí que se dedique al tema un capítulo especial.

Los grupos de encuentro o de encuentro básico, si bien han sido ubicados dentro de lo que se ha denominado Movimiento de Desarrollo del Potencial Humano, a mi parecer merecen un tratamiento especial debido a la amplitud de sus esferas de aplicación -se han utilizado exitosamente en ámbitos tan diversos como la industria, la iglesia, el gobierno, las relaciones raciales, las tensiones internacionales, la familia y la educación-, así como al movimiento psicológico dentro del cual se inscriben: el existencialista.

Se le dio el nombre de "grupos de encuentro" a los grupos conducidos por Rogers y sus seguidores, quienes consideraban, extrapolando las ideas fundamentales de la terapia rogeriana, que el elemento primordial para favorecer el cambio en actitudes y conducta así como para promover el desarrollo óptimo del potencial individual, radica en la posibilidad de lograr un "encuentro", a la manera buberiana, entre la persona del terapeuta o facilitador y la persona del paciente, cliente o participante de un grupo. Es decir, un "encuentro entre personas, cuya cualidad esencial sea la sinceridad y autenticidad existenciales" (Gondra, 1978, p. 174).

En este encuentro, se considera fundamental la capacidad de establecer una verdadera y profunda relación entre personas, fundada en la autenticidad, espontaneidad y comunión interpersonales, en vez de una relación dispar o desigual que otorgue el poder al terapeuta o facilitador y que se establezca a partir de "fachadas". En esta relación, las técnicas, por sí solas, pierden su efectividad y se preconiza la relación personal como el agente causal del cambio, el cual no consiste ya en el paso de una etapa a otra, sino en el cambio en el modo de experienciarse a sí mismo. Esta vivencia de la relación es considerada, también, como elemento esencial para el cambio.

Así, los grupos de encuentro rogerianos difieren sutilmente de otros grupos considerados también experienciales, y en donde se considera, de igual forma, la importancia de la honestidad y apertura de sentimientos, pero en los que tal honestidad y apertura se exige de parte de los participantes en el grupo, no así de parte del coordinador.

En los grupos de encuentro, el coordinador es también un participante, igual a cualquier otro. No le importa asumir el papel de líder o autoridad. En vez de ello, prefiere mostrarse sólo como una persona, imperfecta quizá, pero real; y en esta medida se relaciona con las demás personas que forman el grupo. Lo único que le interesa es facilitar el desarrollo de los

demás, sin juzgar, valorar condicionalmente o interpretar palabras o acciones, así como mostrarse congruente con lo que él mismo es y experimenta en el momento.

A. EL PROCESO DE DESARROLLO DE UN GRUPO DE ENCUENTRO.

De acuerdo con Shaw (1989), hay ciertos elementos que son comunes a todos los grupos experienciales, entre ellos se menciona 1) la facilitación de la expresividad emocional, la generación de sentimientos de pertenencia, 3) el fomento de la norma de apertura como condición de la participación en un grupo, 4) el "muestreo" de conductas personales, 5) el establecimiento de legítimas comparaciones interpersonales y 6) el compartir la responsabilidad del liderazgo y de la dirección con el líder asignado.

En los grupos de encuentro, dada su cualidad experiencial, también se generan los fenómenos apuntados con los números 1 a 4 y 6, pero no puedo decir lo mismo con respecto al punto 5, dado que ni siquiera queda claro a qué se refiere.

Los aspectos mencionados se desarrollan en el grupo de encuentro en forma gradual, a medida que se va desplegando el proceso que ha caracterizado a dichos grupos, el cual se divide en las siguientes etapas:

Al principio, dice Rogers (1978a), aparece como primera fase la **etapa de rodeos**. Ésta se caracteriza porque, desde el momento en que el facilitador aclara que se trata de un grupo que gozará de un grado desacostumbrado de libertad, y no de uno donde él asumirá la responsabilidad de la dirección, tiende a producirse un periodo de confusión, de silencio embarazoso, con una interacción de superficial cortesía, charla de *cocktail-party*, frustración y gran discontinuidad. Los participantes enfrentan el hecho de la falta de estructura, no hay ninguna, excepto la que ellos mismos creen. Ignoran sus propósitos, en la mayoría de las ocasiones ni siquiera se conocen mutuamente y se han comprometido a permanecer juntos durante un lapso considerable.

Una situación parecida a esta fue descrita por Bion (1990), en sus *Experiencias en grupos*. Él encuentra evidente que cuando se forma un grupo, los individuos que lo constituyen esperan obtener cierta satisfacción a través de él, por lo que también es evidente que lo primero que se les revela es un sentimiento de frustración producido por la presencia del mismo grupo y por la "ineptitud" del coordinador, de quien esperan una guía y dirección.

Sbandi (1977), por su parte, citando a Bennis, quien alude a las fases del desarrollo del grupo de instrucción, señala como primera fase la dependencia unilateral de los miembros respecto del instructor y respecto de otros miembros. El comportamiento característico de la misma es la huida (de la situación y de las discusiones). Se habla de problemas y situaciones externas y completamente ajenas a los participantes. Según Bennis, esta huida se debe sobre todo al comportamiento del instructor; a un comportamiento que no corresponde a lo que los miembros esperaban.

Tuckman (V. Sbandi, 1977) también considera estos problemas en lo que denomina *forming* (fase de formación) y *storming* (fase conflictiva). La primera se caracteriza porque existe miedo, dependencia con respecto a un líder, y porque se examina la situación y la cuestión de un comportamiento adecuado. En la segunda, se presenta la rebelión contra el líder, aparecen opiniones opuestas y existe oposición a ser controlado por el grupo.

Como puede verse, las características de lo que Rogers denomina primera fase en el desarrollo de los grupos de encuentro, se presentan, por lo regular, en todos los grupos, llámense experienciales, de instrucción, orientados hacia el trabajo o terapéuticos, pero que se caracterizan por carecer de estructura previa y porque los objetivos no se explicitan a los participantes. Sin embargo, en los grupos de encuentro, la ambigüedad y confusión iniciales son consideradas como situación deseable, dado que facilitan la implicación de los participantes en la planificación y estructuración del grupo, y promueven, asimismo, la consecución de uno de los objetivos no explícitos, a saber, la adquisición de una mayor autoconciencia, mejor sensibilidad a los sentimientos y reacciones de los demás, y un mayor aprendizaje sobre el proceso del grupo.

Una segunda etapa, descrita por Rogers, en el proceso de desarrollo de un grupo, es la **resistencia a la expresión o exploración personal**. Ésta se caracteriza porque los miembros tienden a mostrar unos a otros su yo público, y sólo de forma gradual, con temor y ambivalencia, se disponen a revelar parte de su yo privado.

Luego, en una tercera etapa, a pesar de la ambivalencia en cuanto a la confianza que merece el grupo y del peligro de desmascararse uno mismo, la expresión de sentimientos es cada vez mayor en las conversaciones de los miembros, pero es, más bien, una descripción de sentimientos que, aun cuando sean a todas luces actuales, se ubican en el pasado y se describen como si no correspondieran al espacio y al tiempo (aquí y ahora) en que se reúne el grupo. Esta fase se caracteriza, entonces, por la **descripción de sentimientos del pasado**.

La primera expresión de un sentimiento significativo, que surge en el momento, tiende a manifestarse en actitudes negativas hacia otros miembros o hacia el coordinador del grupo. Al coordinador se le ataca muchas veces por no brindar una orientación "adecuada" a la actitud dependiente y demandante de los participantes.

Esta cuarta etapa, que Rogers denomina **expresión de sentimientos negativos**, ha sido descrita por Bennis como etapa de lucha o contradependencia, y se asemeja a lo que Bion denomina supuesto básico de ataque y fuga. De acuerdo con Bennis (V. Sbandi, 1977), una vez que el instructor ha defraudado las esperanzas que los miembros del grupo habían puesto en él, la sobredependencia es poco a poco suplantada por la contradependencia.

Después de experiencias negativas, tales como la confusión inicial, la resistencia a la expresión personal, el énfasis en los acontecimientos externos y la manifestación de sentimientos de censura o enojo, es muy probable, dice Rogers, que algún individuo se revele ante el grupo en forma significativa. Surge así la quinta etapa del proceso que se caracteriza por la **expresión y exploración de material personalmente significativo**.

Esta expresión y exploración de material personalmente significativo, no siempre constituye un proceso fácil; tampoco el grupo, en su conjunto, se muestra receptivo ante semejante revelación. Pero tarde o temprano, entra en el proceso la manifestación explícita de los sentimientos inmediatos que un miembro experimenta hacia otros. Aparece así la **expresión de sentimientos interpersonales inmediatos dentro del grupo**; en ocasiones estos sentimientos son positivos, en otras negativos, pero cada uno de ellos puede explorarse, y por lo general lo es, en un clima de creciente confianza.

Con la expresión de sentimientos interpersonales inmediatos, se desarrolla en los miembros del grupo la **capacidad de aliviar el dolor ajeno**. Ciertos miembros muestran una actitud natural y espontánea para encarar en forma útil, facilitadora y terapéutica el dolor y el sufrimiento de otros.

A medida que se desarrolla el grupo, es común que los participantes experimenten la sensación de mayor realidad y autenticidad. Parecería que están aprendiendo a ser ellos mismos y a aceptarse, sentando así las bases para una transformación. Están más ligados con sus propios sentimientos; de ahí que éstos ya no se encuentren organizados de manera tan rígida, y por consiguiente sean más susceptibles al cambio. Rogers se refiere a esta característica como **aceptación de sí mismo y comienzo del cambio**, lo cual inaugura la sexta etapa del proceso.

Con el correr del tiempo, se presenta el **resquebrajamiento de las fachadas**. Al grupo, que está aprendiendo a ser él mismo y a aceptar sus sentimientos, le resulta intolerable que algún miembro viva detrás de una máscara o apariencia. "Las palabras corteses, el entendimiento intelectual y la comprensión de las relaciones mutuas, el tacto y el disimulo hábilmente forjados, que resultan satisfactorios en las interacciones externas, no bastan en este caso" (Rogers, 1978a, p.34). El hecho de que algunos participantes hayan expresado sus sentimientos honestamente, prueba que es posible un encuentro más básico, y el grupo en su conjunto parece esforzarse, en forma intuitiva, por alcanzar esa meta. Exige, a veces de manera amable y otras más bruscamente, que el individuo sea él mismo, que no oculte sus sentimientos actuales, que se despoje de la máscara del trato social común.

En el proceso de esta interacción, el individuo es muy pronto retroalimentado. Recibe gran cantidad de datos acerca de la forma en que aparece ante los demás. Esto puede resultar perturbador, pero, mientras la **retroalimentación** se da en el contexto de preocupación y respeto por los demás que se desarrolla en el grupo, resulta bastante constructivo.

En ocasiones las interacciones van más allá de la simple realimentación y se convierten en abiertos **enfrentamientos**. Confrontaciones entre los miembros que pueden ser positivas o negativas.

En el proceso de la experiencia grupal, se llega a desarrollar una **relación asistencial** entre los participantes del grupo que va más allá de las sesiones grupales.

Llega el momento en que los miembros del grupo establecen entre sí un contacto más íntimo y directo que en la vida común. Son capaces de experimentar el **encuentro básico**. Uno de los aspectos más centrales, intensos y generadores de cambio de la experiencia grupal.

Cuando los sentimientos se expresan y pueden aceptarse en una relación, es parte inevitable del proceso grupal que se genere un gran acercamiento y sentimientos positivos. Así, a medida que transcurren las sesiones, se va gestando una cada vez más profunda sensación de cordialidad y confianza, así como un espíritu de grupo, que no surge sólo de las actitudes positivas, sino de una autenticidad que incluye, al mismo tiempo, sentimientos positivos y negativos.

Llegado este momento, se generan en el grupo muchos **cambios de conducta**. Rogers reporta que los gestos se modifican, así como el tono de voz (que a veces se intensifica y otras se vuelve más suave, y en general es más espontáneo, menos impostado, más emotivo). Los individuos manifiestan una asombrosa capacidad para brindarse mutua solicitud y asistencia.

B. EL CAMBIO PRODUCIDO POR LOS GRUPOS DE ENCUENTRO DESPUÉS DE LA EXPERIENCIA GRUPAL.

Se ha discutido mucho acerca de si la experiencia grupal intensiva produce o no algún cambio significativo en los participantes y, especialmente, si genera o no un cambio perdurable de conducta.

Aun cuando el mismo Rogers considera que, con respecto a los cambios de conducta que ocurren después de la experiencia grupal, se precisa ser cuidadoso, su propia experiencia le permite afirmar que algunos individuos modifican en mucho el concepto de sí mismos, a medida que exploran sus sentimientos en un clima de aceptación y en tanto reciben retroalimentación de los miembros del grupo que se interesan por ellos. También manifiesta haber presenciado cómo las personas comienzan a comprender e incorporar en sí mismas una cantidad mayor de sus propias potencialidades. Además, como resultado de sus experiencias en el grupo de encuentro, muchos individuos escogen un rumbo totalmente nuevo para sus vidas, en los aspectos filosófico, vocacional e intelectual. A algunos, la experiencia los deja intactos, no experimentan, en el presente o en el futuro, ningún cambio

significativo. Otros, que aparentemente no se comprometen en un grupo de esta naturaleza, manifiestan el cambio más tarde, en formas de conducta muy interesantes (Rogers, 1978a, cap. 6).

El cambio en el concepto de uno mismo y en la conducta nunca ocurre sin tropiezos. Toda transformación implica desasosiego y diversos grados de dolor, a veces intenso. Cuando aprendemos algo significativo respecto de nosotros mismos y obramos de acuerdo con ese nuevo saber, ello pone en marcha consecuencias que jamás podemos prever por entero. Cada persona tiene la sensación de ser sacudida con violencia, como un barco en la tormenta, en especial si el cambio es profundo.

En ocasiones la experiencia en un grupo de encuentro suele trastornar a la persona; hacerla infeliz o deprimirla. Puede también causar fricciones en algunas de sus relaciones íntimas y provocar en ella inestabilidad emocional.

Algunos individuos, después del grupo de encuentro, han recurrido a la psicoterapia. En algunos casos esto prueba ser un paso positivo, que refleja su interés por seguir conociéndose y desarrollándose, pero en otros la experiencia puede implicar un cambio doloroso que no están preparados para afrontar solos.

No obstante, dice Rogers, es indudable que en una experiencia de grupo de encuentro el individuo halla, a menudo, cura para su soledad, alienación o falta de relación con los demás. Esto se produce de diversas maneras. Con frecuencia, el primer paso consiste en la experiencia "visceral" -a nivel organísmico, sin ocultamientos ni defensas- del aislamiento que se ha ocultado a sí mismo.

La decisión de correr el riesgo es una de las enseñanzas que deja la experiencia en los grupos de encuentro. Y, de acuerdo con Rogers, esta disposición a arriesgarse a ser el sí mismo interior de cada uno, es uno de los pasos que llevan a aliviar la soledad del individuo, poniéndolo en genuino contacto con otros seres humanos, ya que únicamente cuando una persona percibe que es amada por ser como es, y no por ser lo que pretende, por las máscaras tras las que se oculta, puede comenzar a sentir que merece, en verdad, respeto y amor. Es esto lo que la pone y mantiene en contacto con los demás. Constituye, por otra parte, uno de los resultados más comunes de un grupo de encuentro; en él la persona llega a adquirir un nuevo respeto por su sí mismo verdadero. Ya no siente que deba engañar o fingir ante los otros para ganar simpatía y aceptación.

Al parecer, creamos un medio para que un individuo real establezca contacto con otros. A mi juicio, se trata de una de las invenciones modernas más fructíferas para encarar el sentimiento de irrealidad, impersonalidad, distanciamiento y separación que priva en tantas personas de nuestra cultura (Rogers, 1978a, p. 127).

Y aun cuando, sobre la base de lo que indican las pruebas y los testimonios aportados por Rogers en su libro **Grupos de encuentro**, así como por los resultados de investigación presentados por Dies (1979), parece que la experiencia grupal es casi siempre un proceso positivo para la mayoría de los participantes, no puede dejarse de lado el hecho de que en los grupos de encuentro también se producen fracasos y se corren riesgos.

La deficiencia más obvia de la experiencia de encuentro grupal, parece ser que, con frecuencia, los cambios de conducta, si tienen lugar, no llegan a ser perdurables.

A este respecto, Howard (1977) afirma que los grupos pueden hacer que ocurran cosas maravillosas, pero estos efectos no son válidos porque no son duraderos. Argumenta que para algunos de los participantes es duro reingresar a la realidad después de la embriagadora comunión de un exitoso encuentro. La dificultad de enfrentar el mundo real parece radicar en el hecho de que en los grupos la gente aprende a ser honesta y abierta, y desea seguir siéndolo todo el tiempo, sin embargo, cuando se da cuenta que la gente que le rodea sigue utilizando defensas y máscaras para relacionarse interpersonalmente, prefiere volver a cerrarse. Sin embargo, creo firmemente que las personas que realmente aprovechan la experiencia grupal, que se comprometen con ella y se permiten experimentar el cambio, estarán capacitadas para enfrentarse a cualquier ambiente y, como personas que actúan de acuerdo con su verdadero sí mismo, estarán en posibilidad de elegir el comportamiento que su propio organismo considere más adecuado a la situación.

Por otro lado, un factor que parece ser responsable de la perdurabilidad de los cambios conductuales experimentados en un grupo de encuentro, es la duración total de la experiencia. Se ha comprobado que los grupos más prolongados producen más cambios en la conducta que los más cortos.

Aunque existe una amplia variación en la cantidad de tiempo que se emplea en la experiencia de grupo, el tiempo total de duración, que puede distribuirse de múltiples maneras, varía desde un mínimo de 12 horas hasta un máximo de 150.

Burker y Knowles (V. Gibb, 1990), demostraron que tres semanas es un tiempo claramente superior a uno de dos semanas, para producir, después del grupo, cambios de conducta apreciados tanto por los participantes como por un jurado constituido por compañeros de trabajo. Sin embargo, no se especifica el número de horas óptimo, ni la distribución de las mismas a lo largo de cada semana. A pesar de ello, los estudios sugieren, de acuerdo con Gibb, que puede ser que las experiencias de corta duración no lleven los cambios a un punto crítico. Cuando tales cambios son inestables e inadecuadamente integrados en el sistema conductual de la persona, es probable que con el paso del tiempo se presente una pérdida rápida. En contraposición, cuando éstos se integran en sistemas conductuales que son congruentes con el nuevo sustrato actitudinal de la persona, pueden realmente aumentar con el paso del tiempo.

Gibb (1990) alude a una de sus investigaciones, cuyos resultados informan que muchos de los cambios inducidos en los grupos de entrenamiento aumentan con el tiempo, especialmente cuando la experiencia ha sido de larga duración.

Un segundo peligro potencial de los grupos de encuentro, es que el individuo puede enfrascarse en la revelación de sí mismo y quedar con problemas sin elaborar por completo. No obstante, cuanto más positivo es el desenvolvimiento del proceso grupal, menos probabilidades hay de que la participación en el grupo genere en el individuo un daño psicológico.

A este respecto, Shaw (1989), citando a Shein y Bennis, describe las condiciones que favorecen un ambiente psicológicamente seguro:

- 1) Un grupo que se reúne durante un lapso relativamente prolongado en un lugar aislado.
- 2) Una escasa probabilidad de que el grupo vuelva a reunirse.
- 3) Una continuada garantía, por parte de los responsables del grupo, de que se trata de una situación de respaldo, no evaluadora ni amenazadora.
- 4) Una actitud, por parte de los participantes, de que el grupo es algo temporal y parecido a una especie de juego.

De acuerdo con los autores citados, si no se tiene cuidado de crear las condiciones mencionadas, aumenta el riesgo de que el grupo produzca consecuencias no deseadas. Con esto se demuestra la necesidad de proceder con extremo cuidado al usar el grupo, instrumento psicológico potencialmente poderoso. Su poder radica tanto en su capacidad de producir fenómenos positivos que enriquezcan a los participantes, como de producir los efectos contrarios, que más bien resultan destructivos y aniquilantes.

La base de su éxito, sin embargo, radica a mi parecer en la filosofía del ser humano que guíe las actitudes y actuación en el grupo de la persona que tome el riesgo -porque verdaderamente lo es- de coordinar un grupo.

En primer lugar, dicha persona debe tener plena conciencia de que lleva dentro de sí el potencial para crear y para destruir. Pero es menester que se desprenda de ese poder. Su actitud no debería ser la de un líder que desee guiar o manipular, sino la de una persona que prefiera facilitar y promover la emergencia y desarrollo de su sí mismo y del sí mismo de los otros.

Debe confiar en las potencialidades de las personas con quienes intenta establecer una relación. En su capacidad para autodirigirse y autorresponsabilizarse de sus propios actos, así como para elegir el camino mejor para su autodesarrollo, siempre que se establezca el clima adecuado para ello. Pero, antes que nada, debe confiar en sí mismo, en sus sentimientos, ideas y propósitos, en sus valores y conductas. Esta confianza debe ser tal que lo haga libre, auténtico, y comprensivo al entrar en relación con los demás.

Sólo así estará en condiciones de delegar la autoridad y la responsabilidad en el grupo como un todo, como un solo organismo que asumirá la responsabilidad, en representación de cada uno de los individuos, de explorarse y comprenderse a sí mismo, de estudiar y comprender sus propios problemas y de buscarles solución, escogiendo su propio camino y valorando sus progresos en función de su propia elección.

En esta medida, el facilitador de grupos se adaptaría a lo que Lao-tsé (cit. pos. Rogers, 1989b) describió tan acertadamente de la siguiente manera:

*El líder es mejor
cuando las personas apenas saben que existe.
No tan bueno cuando las personas lo obedecen y aclaman,
y aún peor cuando lo desprecian.
Pero del buen líder, que habla poco,
terminado su trabajo y cumplido su objetivo,
todos dirán: 'esto lo hicimos nosotros mismos'.*

El mismo Lao-tsé previó y describió tan simplemente, las características actitudinales que facilitan el desarrollo del sí mismo verdadero, en una máxima que Rogers (*ibid.*) reconoce como su favorita y que, en una forma demasiado simplista, expresa una verdad a la que aún no se concede el suficiente valor en nuestra cultura:

*Si yo dejase de estorbar a las personas,
ellas se ocuparían de sí mismas.
Si yo dejase de mandar a las personas,
ellas obrarían por sí mismas.
Si yo dejase de sermonear a las personas,
ellas se perfeccionarían por sí mismas.
Si yo dejase de imponerme a las personas,
ellas se convertirían en sí mismas
(Friedman, 1972; cit. pos. Rogers, 1989b,
p. 225. El subrayado es mío).*

C. CONSIDERACIONES FINALES EN RELACIÓN CON EL DESARROLLO HUMANO Y EL PODER DE LAS PERSONAS.

Valgan las consideraciones hechas con respecto a los grupos de encuentro en el contexto del enfoque personalizado, para justificar la inserción de un apartado destinado a considerar el tema del desarrollo humano en la política de las relaciones de ayuda.

Si bien es un tema que ha sido considerado ampliamente por Rogers en muchos de sus trabajos (V. Rogers, 1980, 1987 y 1989c); y aun cuando tiene aplicación en diversos ámbitos, sobre todo en el terapéutico y en el educativo, el ser considerado en el ámbito de los pequeños grupos que no tienen expresamente un fin terapéutico ni educacional, y que se pueden llevar a cabo con una amplia variedad de individuos de todas las edades y niveles escolares, que no manifiestan tener "problemas psicológicos" obvios, me parece justificable dados los resultados que pueden lograrse.

Partiendo del hecho de que el desarrollo humano, de acuerdo con Estrada (1995), supone un proceso integrativo de lo que es la persona, de lo que ha vivido, de lo que vive actualmente y de cómo toda esta experiencia de vida reflexionada, asimilada, le permite aceptar su propia realidad, lo que es y cómo es y, siendo lo que es, cómo se relaciona con los demás y con el medio ambiente, es claro que tal desarrollo responde a una necesidad del ser humano, necesidad inherente de la propia autorrealización y actualización del ser.

Responde también a una necesidad de avanzar en el camino de llegar a ser una persona plena, que vive plenamente, de acuerdo a los dictados de su experiencia visceral y orgánica.

En este desarrollo juega un papel fundamental la comprensión de la propia vida y el propio ser, lo que tiene como punto de partida la vivencia de las experiencias particulares y, después, gradualmente, la aceptación de tales vivencias, con lo cual llega casi por sí solo, como de la mano, el cambio esperado.

La experiencia, entonces, resulta importante en el desarrollo humano -otra vez de acuerdo con Estrada- "por su característica de hecho confrontativo, el cual genera conflicto interno, produce crisis, enjuicia sobre lo que se es y lo que se experimenta en el momento de la experiencia dentro de la perspectiva de lo que se quiere ser." Estas crisis, como los procesos de ajuste que son -recuérdese a Erikson-, son también una ley de la vida, a través de las cuales se aprende real y significativamente.

La vivencia de la experiencia es, así, un instrumento de aprendizaje, que se posibilita en los grupos de encuentro -aunque no exclusivamente en ellos-, y puesto que, dadas las condiciones tan impersonales y mecánicas que caracterizan a la mayoría de las "relaciones personales" actuales, se va por la vida, generalmente, causando más daño que bien (me refiero en este caso, a las relaciones familiares, educativas y laborales, principalmente), los

grupos de encuentro se presentan como una opción de gran peso para contribuir a una labor que, si bien es digna de consideración, es también -o debería ser- una obligación de todos aquellos que por vocación y convicción estamos en contacto con otros, por ejemplo en la docencia.

Pero, ¿qué tiene que ver en el desarrollo humano el poder de las personas?

Pues bien, cuando lo que se pretende es favorecer el desarrollo humano, lo que menos debe existir es el poder. El poder unilateral, auto-otorgado impositivamente y centralizado en una sola persona que actúa coercitiva o controladoramente. El tipo de poder que se precisa es un poder compartido, autocontrolado, lo que equivale a ausencia de poder, tal como es entendido comúnmente.

Una concepción centrada en la relación de persona a persona. Una filosofía de conducción de grupos centrada en la persona que, como dijera Rogers (21), haga hincapié en el hecho de que tanto el grupo como el facilitador obtienen un crecimiento máximo cuando este último, en vez de participar como experto en el grupo, lo hace en calidad de persona, confiando en y respetando a cada una de las otras personas con quienes comparte.

Buber es por demás explícito a este respecto cuando dice:

*Inmiscuirse en la vida de las cosas significa violentarlas y violentarse a sí mismo...
Quien se impone tiene un poder débil, aparente;
quien no se impone tiene un poder grandioso,
secreto... (cit. pos. Rogers, 1989b, p. 224).*

Además, continúa Buber:

*El hombre que se perfeccionó... no se interfiere
en la vida de los seres, no se impone a ellos, sino que
'ayuda a llevar a todos los seres a su liberación'
(ibidem).*

Al liberar a los seres humanos de su necesidad, forjada culturalmente, de dependencia, se les hace libres porque se les otorga confianza en su propio poder. Ese poder constructivo que existe dentro de todo organismo y que se manifiesta en una corriente subyacente que se mueve hacia la realización plena y constructiva de sus posibilidades inherentes, que tiende, en forma natural, al crecimiento.

Esta corriente -dice Rogers- puede ser reprimida, desviada, pero no se le puede destruir sin destruir a todo el organismo; por ello, cuando las personas entran en contacto con su fuerza interior, la hacen suya y la aceptan, entonces surgen nuevas y estimulantes formas de

vida. Cuando se confía en ellas para que hagan elecciones y encuentren el valor para tomar decisiones responsables, empieza a cambiar su mundo. Asimismo, cuando los grupos descubren su poder interior, se pone en marcha una revolución silenciosa, que hace a las personas capaces de liberar su poder, superando obstáculos y convirtiéndose en personas autónomas, creativas y llenas de vida.

Por todo esto, los grupos de encuentro sólo encuentran su lugar y pueden prosperar en un ambiente de base democrática, aun cuando la filosofía del ser humano y de las relaciones interpersonales que le subyacen se aplican a todas las situaciones en que intervengan personas.

Sin embargo, es importante considerar que la eficacia del facilitador disminuye cuando presiona al grupo, lo manipula, le fija reglas e intenta conducirlo hacia sus propias metas inexpresadas. Incluso un ligero matiz de esta índole puede reducir o destruir la confianza que el grupo deposita en él, o bien convertir a los miembros en fervorosos seguidores suyos, ambos aspectos no recomendables. Por ello, estoy plenamente de acuerdo con Rogers (1989b) en que si el facilitador tiene metas específicas, es mejor que las explicita. También estoy de acuerdo con él, en que no resultan recomendables los facilitadores que juzgan el éxito o el fracaso de un grupo por sus aspectos dramáticos, o que creen en un solo método, como si se tratara del único elemento esencial del proceso grupal.

Creo, en cambio, y junto con Rogers, que si después de un grupo de encuentro, dos, tres o cinco personas (por muy pocas que sean) manifiestan una transformación notoria y perdurable, que las convierta en seres dotados de mayor conciencia y cuyo funcionamiento sea más cabal, ese hecho basta para que uno, como facilitador, se sienta conmovido, aunque los cambios en los demás integrantes no sean tan profundos.

Con respecto al método, lo verdaderamente esencial es ser auténtico y espontáneo. El propio desarrollo del grupo exigirá el que, en el momento, sea el más adecuado. Incluso si se trata de ejercicios o técnicas estructuradas.

METODOLOGÍA

En este apartado se describe lo relacionado al estudio experimental que se llevó a cabo, con objeto de averiguar las implicaciones que sobre el autoconcepto tiene la participación en un grupo de desarrollo humano, orientado de acuerdo al enfoque personalizado, a la manera de los grupos de encuentro.

La investigación, propiamente, se divide en dos fases. La primera consistió en la elaboración del instrumento que evaluaría la variable autoconcepto. La segunda, en la puesta en práctica del grupo de desarrollo, a fin de probar la hipótesis que guía esta investigación.

A. PRIMERA FASE.

1. SELECCIÓN DE LAS FRASES O REACTIVOS QUE INTEGRARÍAN EL INSTRUMENTO.

En primera instancia, se seleccionaron algunas frases que, de acuerdo a la teoría rogeriana, fueran representativas del autoconcepto (entendido como la imagen que cada persona tiene de sí, en la cual se refleja lo que ella cree ser y lo que piensa de sus propios actos; así como el conjunto de ideas y actitudes de las que tiene conciencia en un momento determinado), a las cuales se sumaron otras que algunos colegas y estudiantes consideraron pertinentes. Con ellas se tuvo un total de 100 frases, que representaban los ámbitos individual y social del autoconcepto, en los niveles físico, ético, axiológico y racional.

Las frases fueron redactadas tanto en términos positivos como negativos. Cada una de ellas se escribió en una tarjeta. Con las 100 tarjetas, se tuvo un instrumento similar al utilizado por Rogers y algunos de sus colaboradores -entre ellos Butler y Haigh (1954) y Rogers y Dymond (1954)- que se conoce como la técnica Q de Stephenson, tradicionalmente empleada para el estudio del sí mismo.

Cuando se utiliza dicha técnica, se entregan las 100 tarjetas a cada participante y se le pide que las disponga de manera que lo describan tal como se siente en ese momento, distribuyéndolas en nueve grupos que vayan desde las frases que más lo representen hasta las que menos relación guarden con su forma de ser. Se le indica, además, que coloque un número determinado de tarjetas en cada grupo, a fin de obtener una distribución aproximadamente normal, de manera que las tarjetas queden distribuidas en los grupos de la siguiente forma: 1, 4, 11, 21, 26, 21, 11, 4 y 1.

2. APLICACIÓN PILOTO DE LA PRIMERA VERSIÓN DEL INSTRUMENTO.

La primera versión del instrumento fue una adaptación, casi sin cambios, de la técnica Q ya mencionada.

Se aplicó a una población de 30 estudiantes de licenciatura, varones y mujeres, de la ENEP Acatlán, cuyas edades oscilaban entre los 20 y los 27 años.

De ellos, 15 eran hombres y 15 mujeres, de 10 diferentes licenciaturas (del área de Ciencias Jurídicas: la carrera de Derecho; del área de Ciencias Socioeconómicas: Ciencias Políticas y Administración Pública, Economía y Sociología; del área de Diseño y Edificación: Arquitectura y Diseño Gráfico; del área de Humanidades: Pedagogía y Periodismo, y del área de Matemáticas e Ingeniería: Matemáticas Aplicadas y Computación.

A cada participante se le dieron las 100 tarjetas con las frases relacionadas con el concepto de sí mismo, junto con un formato de instrucciones, cuyo contenido fue el siguiente:

INSTRUCCIONES

De las 100 afirmaciones contenidas en las tarjetas, selecciona las que más te representen en este momento y distribúyelas en nueve grupos que vayan desde las frases más características de ti mismo, hasta las menos características.

Cada grupo, de los nueve que hagas, debe contener el número de tarjetas que a continuación se anota:

	GRUPO	NO. DE TARJETAS
Más característico	1	1
	2	4
	3	11
	4	21
	5	26
	6	21
	7	11
	8	4
Menos característico	9	1

Véase anexo número I.

Con esta aplicación se detectó que la mayoría de los participantes emplearon una cantidad considerable de tiempo en realizar la prueba, ya que quien menos tiempo se llevó, ocupó 30 minutos, y quien más tardó, necesitó por encima de dos horas para concluir. Además, sólo se contaba con tres juegos de tarjetas, por lo que no fue posible hacer aplicaciones en masa. Se tuvo que proceder, casi, en forma individual, lo que representó también un gran consumo de tiempo; por otro lado, si se hubiesen hecho tantos juegos de tarjetas como sujetos que participaron en el piloteo, hubiese representado, de igual manera, un gran desperdicio económico.

Por tales motivos, se optó por presentar el instrumento de forma tal que resultase más económico. Así que se eligió el formato tipo cuestionario.

3. SEGUNDA VERSIÓN DEL INSTRUMENTO.

En la segunda versión del instrumento, las afirmaciones se presentaron listadas en forma sucesiva, a manera de inventario, lo que permitiría su aplicación colectiva.

Se incluyeron las mismas 100 afirmaciones utilizadas en la primera versión, así como las nueve posibles formas de respuesta, con las instrucciones que se indican:

"El presente inventario contiene una serie de frases que pueden estar muy cerca o muy lejos de lo que usted es. Delante de cada frase encontrará una numeración que va del 1 al 9. Por favor, piense qué tan característico de usted mismo es cada frase y marque con una "X" un sólo número según su preferencia. El número 1 representaría lo más, más característico de usted y el 9 lo menos, menos característico. Los números intermedios representan niveles dentro de los mismos. Mientras mayor es el número, menos característico de uno es esa frase.

El siguiente ejemplo le permitirá comprender mejor la forma en que deberá dar sus respuestas.

EJEMPLO:

- "Soy una persona chismosa"

1 2 ~~X~~ 4 5 6 7 8 9

Esta persona indica con su respuesta que se considera chismosa. Si se considerara muy chismosa hubiera marcado así: ~~X~~ 2 3 4 5 6 7 8 9. En cambio, si considerara que no es para nada chismosa, marcaría como sigue: 1 2 3 4 5 6 7 8 ~~X~~. Si creyera que es chismosa en una pequeña cantidad, marcaría así: 1 2 3 4 5 6 ~~X~~ 8 9 ó así: 1 2 3 4 5 6 7 ~~X~~ 9.

Si el ejemplo le ha quedado claro, por favor proceda a contestar de la manera más honrada posible. No se tome demasiado tiempo para hacerlo, marque lo que se le ocurra primero. No hay respuestas buenas ni malas, lo que usted conteste será muy particularmente suyo."

Después de estas indicaciones, se incluyeron, en una columna, las afirmaciones sobre el concepto de sí mismo, y en otra, una numeración del 1 al nueve, en donde los sujetos deberían marcar con una X su respuesta, tal como se muestra en el anexo número 2.

Esta versión del instrumento se aplicó a una población de 60 individuos, también estudiantes de licenciatura en la ENEP Acatlán, de los cuales, 36 eran mujeres y 24 hombres, de las carreras de Arquitectura, Derecho, Diseño Gráfico, Historia, Matemáticas Aplicadas y Computación, Pedagogía, Periodismo, Relaciones Internacionales y Sociología. Sus edades oscilaban entre 19 y 26 años.

Una vez piloteado este instrumento, y habiendo comprobado que todos los reactivos discriminaban y tenían una distribución normal, lo cual se detectó por medio de un análisis de frecuencias, se procedió a hacer una aproximación para determinar su validez de constructo. A pesar de que se sabe que el número de sujetos no es el más idóneo para probar la validez del instrumento, el reporte del análisis factorial realizado a los datos no señala que la matriz de correlaciones inicial sea inadecuada. Este mensaje se obtiene, por lo general, cuando la matriz reporta valores en la determinante que impiden su adecuado uso para este tipo de análisis. Además, no aparece la leyenda que señala que los resultados obtenidos no sean confiables por ser inestables (Norusis, 1993).

Dado lo anterior, se decidió continuar con el procedimiento de confiabilidad, para lo cual se evaluó la consistencia interna del instrumento utilizando el coeficiente Alpha de Cronbach.

B. SEGUNDA FASE

Esta fase se refiere, propiamente, a la realización de la investigación que tuvo como punto de partida la pregunta acerca de si sería posible fortalecer el autoconcepto de los individuos por medio de la participación en un taller que funcione como grupo de encuentro o de desarrollo humano.

Se planteó como hipótesis, que un autoconcepto débil, caracterizado por sentimientos de inadecuación, inseguridad y dependencia, puede fortalecerse participando en un grupo de desarrollo humano.

Para determinar si, en efecto, la participación en un grupo de desarrollo humano es capaz de modificar el autoconcepto de los participantes, se utilizó la versión validada y confiabilizada del instrumento diseñado, el cual se denominó Inventario de Autoconcepto.

1. INSTRUMENTO.

La presentación final del Inventario de Autoconcepto, incluyó un espacio para datos generales, como nombre, edad, carrera y teléfono; una sección de instrucciones, que fueron las mismas que se utilizaron en la segunda versión, y el listado, en forma sucesiva, de las 73 frases resultantes después de que el instrumento fue sometido a una aproximación al procedimiento de validación y, posteriormente, confiabilizado (Véase anexo número 3), las cuales se agruparon en cuatro factores: 1) Autoimagen Social, 2) Autoimagen Individual, 3) Estado Anímico y 4) Sentimientos de Rechazo.

2. POBLACIÓN.

Los individuos que integraron el grupo experimental fueron seis mujeres y un hombre, estudiantes de la carrera de Diseño Gráfico de la ENEP Acatlán, cuyas edades se distribuían en un rango de 20 a 24 años.

Los que integraron el grupo control fueron nueve mujeres y un hombre, también de la carrera de Diseño Gráfico, con edades de 20 a 24 años.

3. PROCEDIMIENTO.

Se invitó a los sujetos a participar en una investigación relacionada con el autoconcepto de los estudiantes. Se les preguntó quiénes estaban en disposición de participar en un grupo extraclase, de carácter vivencial. Aquellos que aceptaron participar en el grupo, fueron asignados al grupo experimental. El resto de consideró grupo control.

A ambos grupos se les aplicó, antes de iniciar el grupo de desarrollo humano, el Inventario de Autoconcepto. El grupo experimental participó durante dos semanas, un promedio de tres horas diarias, en el grupo de desarrollo, el cual se realizó a la manera de los grupos de encuentro orientados de acuerdo con el enfoque personalizado propuesto por Rogers.

No hubo planeación ni estructura previa, el único objetivo, que se explicitó a los participantes, fue promover el desarrollo del grupo en su conjunto, enfatizando las relaciones humanas y el crecimiento como personas íntegras.

Se tuvo cuidado, sin embargo, de procurar la creación y establecimiento del clima psicológico que, se sabe, puede facilitar la implicación de los participantes en la comprensión de sí mismos y de los demás.

El grupo control, mientras tanto, continuó con sus clases normales.

Al concluir el grupo de desarrollo, volvió a aplicarse a ambos grupos el Inventario de Autoconcepto.

Los datos reportados por ambas aplicaciones (Antes-Después) para ambos grupos (Experimental-Control), fueron sometidos a análisis estadístico, utilizando la prueba T para muestras independientes y apareadas, ya que éstas permiten comparar medias para comprobar si la diferencia es lo suficientemente grande como para no deberse al azar.

RESULTADOS

A. PRIMERA FASE

1. PRIMERA APROXIMACIÓN A LA VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO.

Dada la irrefutabilidad del hecho de que todo instrumento de evaluación debe medir lo que se dice o se pretende que mide, es básico que siempre que se elabore un instrumento sea sometido a un proceso de validación. En el caso específico del instrumento diseñado para los fines de esta investigación, se decidió hacer una primera aproximación a la validez de constructo, ya que, de acuerdo con Kerlinger (1975, p. 476), es -probablemente- "la forma más importante de validez, desde el punto de vista de la investigación científica". Cuando se investiga la validez de constructo (o construcción) de una prueba es, generalmente, porque se desea conocer qué propiedad o propiedades pueden explicar su varianza, cuál es su significado o qué factores se encuentran detrás de su ejecución. Es decir, el interés es casi siempre mayor por la propiedad que se mide que por la prueba misma.

El método elegido para realizar este proceso de validación fue el análisis de factores, considerando que "es quizá el método más poderoso de validación de construcción" (Cronbach, *cit. pos.* Kerlinger, 1975, p. 487).

Este método permite reducir un gran número de medidas o reactivos a un número menor, estableciendo factores que "van juntos" o que miden lo mismo, así como conocer las relaciones entre los grupos que van juntos. Además, ayuda a localizar e identificar unidades o propiedades fundamentales que sirven de base a pruebas y medidas.

Un factor, de acuerdo con Kerlinger, es una construcción, una entidad hipotética, que se supone es la base de pruebas, escalas, datos y medidas de casi cualquier clase.

Previo al análisis factorial, se realizó un análisis de agrupamiento rápido, con objeto de establecer grupos de reactivos empíricamente determinados, para llevar a cabo análisis factoriales parciales. Lo anterior se realizó en virtud de que: a) el número de reactivos iniciales (100) no pudo ser procesado en el equipo de cómputo con que se contaba; b) el número de sujetos de la muestra piloto, no era el idóneo; y c) se insistió en realizar, por lo menos, una aproximación al proceso de determinación de la validez de constructo del instrumento que sería empleado para poner a prueba la hipótesis de investigación, que era el objetivo fundamental del presente estudio.

Este procedimiento reportó tres grupos, en los cuales se distribuyeron los reactivos de la manera siguiente:

GRUPO I

G	<i>Soy una persona sumisa</i>
Q	<i>Me siento incómodo hablando con la gente</i>
W	<i>Hay cosas de mí que me disgustan</i>
AA	<i>Me cuesta trabajo expresar mis pensamientos</i>
AC	<i>Soy poco afecto a expresar mis emociones y sentimientos</i>
AE	<i>Me desagrada hablar de mí</i>
AO	<i>Hay veces que me resulta difícil entenderme</i>
AP	<i>Me parece que los demás rehuyen mi compañía</i>
AQ	<i>Tengo muy pocos amigos</i>
AW	<i>Me gusta que otros decidan por mí</i>
BB	<i>Me preocupo por los demás</i>
BC	<i>Generalmente me importa poco lo que digan los demás</i>
BI	<i>Soy inflexible</i>
BJ	<i>Me siento abatido</i>
BK	<i>Me disgusta el egoísmo</i>
BQ	<i>Me considero flojo e irresponsable</i>
BR	<i>Soy impredecible</i>
BS	<i>Pocas veces sé cómo voy a reaccionar</i>
CE	<i>Me considero un perdedor</i>
CF	<i>Acepto mis errores</i>
CK	<i>Me siento hastiado de todo</i>
CT	<i>A veces me siento fuera de la realidad</i>
CV	<i>Me siento confundido</i>
CW	<i>Creo que los demás abusan de mí</i>
CZ	<i>Soy impulsivo</i>
DA	<i>Me siento desesperado a menudo.</i>

GRUPO II

I	<i>Me siento tranquilo y nada me molesta</i>
K	<i>En general me gusta la gente</i>
L	<i>Tengo una personalidad atractiva</i>
O	<i>Soy sexualmente atractivo</i>
R	<i>Tengo confianza en mí mismo</i>
S	<i>Me gusta enfrentar los retos</i>
V	<i>Me siento cómodo conmigo mismo</i>
X	<i>Puedo expresar con seguridad mis ideas y pensamientos</i>
Y	<i>Expreso libremente mis sentimientos y emociones</i>
Z	<i>Acepto mis limitaciones</i>
AD	<i>Puedo decir a las personas lo que siento de ellas</i>
AF	<i>Me cuesta trabajo tomar decisiones</i>
AG	<i>Puedo elegir cuando así se requiere</i>
AH	<i>Me siento seguro de mí mismo</i>
AI	<i>Pienso que los demás encontrarán cosas interesantes en mí</i>
AJ	<i>Me gusta ayudar a los demás</i>
AR	<i>Me considero una persona agradable</i>
AV	<i>Soy responsable</i>
AZ	<i>Me gusta estar en contacto con la gente</i>
BA	<i>Soy muy popular</i>
BD	<i>Detesto la irresponsabilidad</i>
BF	<i>Soy alegre</i>
BG	<i>Trato de comprender a mis semejantes</i>
BL	<i>La gente se dirige a mí con frecuencia para solicitar mi ayuda</i>
BM	<i>Me gusta que la gente confíe en mí</i>
BO	<i>Acepto críticas</i>
BT	<i>Siempre actúo en forma ordenada y sistemática</i>
BU	<i>Soy idealista</i>
BV	<i>Confío siempre en los demás</i>
BW	<i>Me incomoda la gente falsa</i>
BY	<i>Creo que puedo aprender de la gente</i>
CA	<i>Me considero un triunfador</i>
CB	<i>Soy realista</i>
CC	<i>Me gusta compartir con los demás</i>
CD	<i>Me da rabia la injusticia</i>
CG	<i>Me gusta soñar que la vida puede ser mejor</i>
CH	<i>Me gusta ser original</i>
CJ	<i>Me considero una persona independiente</i>
CL	<i>Generalmente trato de superarme</i>

CM	<i>Valoro la rectitud</i>
CN	<i>Siempre estoy seguro de lo que hago</i>
CO	<i>Busco siempre la perfección</i>
CQ	<i>Me siento parte de mi grupo de compañeros</i>
CR	<i>Me gusta sobresalir</i>
CS	<i>Respeto la libertad</i>
CU	<i>Me gusta ponerme metas y cumplirlas</i>
CX	<i>Quisiera tener mucho prestigio</i>
CY	<i>Tengo fé en los demás</i>
DB	<i>Creo que soy un tanto inmaduro para mi edad</i>

GRUPO III

H	<i>Pocas veces confío en mis emociones</i>
J	<i>El sexo me inspira temor</i>
M	<i>Tengo miedo de lo que los demás piensen de mí</i>
N	<i>A menudo me siento resentido</i>
P	<i>En realidad estoy alterado</i>
T	<i>Confío en mis emociones</i>
U	<i>Me siento culpable</i>
AB	<i>Me siento insignificante</i>
AK	<i>Quisiera ser más alto</i>
AL	<i>Quisiera ser diferente de lo que soy</i>
AM	<i>Me siento a disgusto conmigo mismo</i>
AN	<i>Quisiera ser mejor de lo que soy</i>
AS	<i>La gente me admira</i>
AT	<i>A veces siento que no soy yo</i>
AU	<i>Me preocupa lo que los demás piensen de mí</i>
AX	<i>Las críticas me hacen sentir mal</i>
AY	<i>Me siento incómodo cuando los demás hablan de mí</i>
BE	<i>Soy una persona aprensiva</i>
BH	<i>Soy irritable</i>
BN	<i>Me siento a disgusto en contacto con los demás</i>
BP	<i>Me gusta recibir halagos</i>
BX	<i>Muchas veces me siento solo</i>
BZ	<i>Me disgusta compartir mis cosas</i>
CI	<i>Hay personas a quienes me gusta parecerme</i>
CP	<i>Me considero inferior a mis compañeros</i>

El análisis factorial se realizó con base en estos grupos. Así, los reactivos del grupo I, se distribuyeron en 10 factores cuyos valores Eigen fueron de 1.01 a 5.19, los cuales explicaron el 74.3% de la varianza total (Véase cuadro 1.2).

Los reactivos del grupo II se organizaron en 13 factores con valores Eigen de 1.08 a 12.96, el porcentaje de varianza explicada por estos factores fue de 77.4% (Ver cuadro 2.2).

Por último, los reactivos que integraron el grupo III se agruparon en 8 factores con valores que iban de 1.09 a 6.37, éstos explicaron el 72.5% de la varianza total (Ver cuadro 3.2).

Las matrices factoriales, que expresan las relaciones entre los reactivos y los factores subyacentes, para todos los grupos, se indican en los cuadros 1, 2 y 3. En ellas se evidencia claramente qué reactivos cargan en cada uno de los factores respectivos.

Thurstone (V. Kerlinger, 1975, p. 699) manifestó que era necesario rotar las matrices factoriales si se deseaba interpretarlas adecuadamente, debido a que las matrices originales de factores son arbitrarias en el sentido de que pueden hallarse un número infinito de marcos de referencia para reproducir cualquier matriz dada. Se dice que una matriz de factores principal y sus cargas explican la varianza de factores comunes de las puntuaciones de los reactivos o pruebas, pero que en general no proporcionan estructuras científicamente significativas, por ello resulta fundamental rotar los ejes para buscar mejores posiciones en el espacio factorial.

Bajo tal marco de referencia, las matrices factoriales encontradas para cada grupo fueron sometidas a rotación varimax. Los resultados pueden observarse en los cuadros 1.1, 2.1 y 3.2, para los grupos I, II y III, respectivamente. De esta manera resultan más localizables los factores principales.

Una vez determinados los factores, se hizo necesario interpretar el significado de cada uno de ellos. Es decir, valorar qué miden. Sin embargo, dado que algunos reactivos seguían cargándose hacia más de un factor, hubo que reducir algunos, de manera que el reactivo sólo apareciera en un factor. Para esta operación se tomaron en cuenta las cargas de los factores y la confiabilidad resultante a raíz de la eliminación o adición de reactivos a cada factor.

Así, el número de factores se redujo considerablemente. De 31 factores, sumando los tres grupos, se seleccionaron 12, cuya composición se muestra en los cuadros 4 a 15. El resto de los factores fueron eliminados, ya sea porque se superponían con otros factores o porque su grado de confiabilidad era muy bajo. De esta manera, el proceso de aproximación a la validación del instrumento obligó a eliminar 27 reactivos, de los 100 originales, con lo que su versión final quedó constituida por 73 afirmaciones sobre el autoconcepto o concepto del sí mismo, los cuales demostraron estar fundamentados en tres variables: 1) Estado Anímico, 2) Autoimagen o Identidad, y 3) Relación con Otros.

La variable denominada "Estado anímico", se refiere al estado de ánimo general que la persona percibe como característico de sí misma y que se manifiesta en todos los ámbitos de su experiencia inmediata.

La "Autoimagen o Identidad", hace alusión al concepto que la persona tiene de lo que ella es, la forma en que se percibe a sí misma en los diversos ámbitos de su vida, como ser individual y diferenciado. Los ámbitos de la vida del ser humano que se consideraron fueron: 1) el individual, que incluye aspectos físicos, axiológicos y racionales, y 2) el social. Además, tomando en cuenta el hecho de que toda autoimagen lleva implícito un sentimiento de la propia identidad, una conciencia o vivencia de uno mismo como persona única y especial, así como un sentido valorativo, dentro de esta variable se incluyeron tres dimensiones vivenciadas como sentimientos, las cuales son: 1) sentimientos de seguridad e inseguridad, 2) sentimientos de dominancia y sumisión, y 3) sentimientos de autoaceptación o rechazo. Todos considerados para los ámbitos individual y social de la autoimagen.

La variable "Relación con otros", se refiere a la percepción que el individuo tiene de sí mismo en interacción con otros, así como a los sentimientos de adecuación y valor propio que experimenta como consecuencia de dicha interacción.

Adicionalmente al análisis factorial, ya mencionado, se realizó un análisis de factores de segundo orden, a fin de descubrir qué factores se encontraban detrás de los factores de primer orden detectados.

Dicho análisis arrojó los datos que se muestran en los cuadros 16, 16.1 y 16.2.

Como se indica en el cuadro 16.2, resultaron cuatro factores de segundo orden, cuyos valores Eigen fueron de 1.04 a 4.51, y que explicaron el 69.3 % de la varianza total de los datos.

La matriz factorial rotada (cuadro 16.1) muestra claramente la forma en que están cargados los factores de primer orden hacia cada uno de los factores de segundo orden resultantes.

Así, se tiene que los factores de primer orden F9, F7, F5, F10 y F3 correlacionaron significativamente con el factor I, de segundo orden, ya que las cargas más altas están representadas en dicho factor; sin embargo, el hecho de que algunos de esos factores, tales como F7, F3 y F5, estén cargados, aunque mínimamente, hacia los factores II, III y IV, respectivamente, indica que ninguno de estos factores es "puro" (Kerlinger, 1975, p. 691). Por otro lado, debido a que este factor de segundo orden contiene cargas tanto positivas como negativas, ello significa que es un factor bipolar. Esto quiere decir que F9, F7, F5, F10 y F3 miden lo mismo, pero F5 y F3 miden los aspectos negativos de lo que miden los otros. Se dio el nombre de Autoimagen Social a este factor I. Su composición por reactivos puede verse en el cuadro 17.

En el factor II* quedaron incluidos los factores 12, 4 y 8, dado que son los que correlacionaron más alto. Este factor también es bipolar, F4 mide el aspecto negativo de lo que miden F12 y F8. Se le dio el nombre de Autoimagen individual. Su composición por reactivos puede observarse en el cuadro 18.

En el factor III se agruparon F1, F11 y F2, dado que sus correlaciones son significativas. F1 y F2 miden la variable Estado Anímico, en tanto que F11 mide el aspecto negativo de dicha variable. Para conocer los reactivos que integran este factor, véase el cuadro 19.

Finalmente, el factor IV quedó integrado sólo por el factor 6, que evalúa los Sentimientos de Inconformidad con respecto a la Autoimagen Física. Los reactivos correspondientes pueden observarse en el cuadro 9.

Antes de terminar con este apartado, es conveniente hacer referencia a las comunalidades reportadas, las cuales se indican en las columnas finales de los cuadros 1.1 (para los factores de primer orden del grupo I original), 2.1 (para los factores de primer orden del grupo II original, y 3.1 (para los factores de primer orden del grupo III original), así como en la primera columna del cuadro 16.2 (para los factores de segundo orden). Todas ellas son significativas, lo que implica que todos los factores están altamente correlacionados, es decir, que son comunes.

Aun cuando para probar la validez del instrumento se requiere una muestra mayor, la aproximación al procedimiento de validación realizado sugiere que el instrumento no es del todo inadecuado y puede utilizarse con cierto grado de seguridad, por lo cual se pasará a analizar su confiabilidad.

2. CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO.

Es requisito indispensable que a fin de que los datos obtenidos con diferentes instrumentos de medición puedan utilizarse en situaciones prácticas, éstos deben satisfacer ciertas condiciones. La primera, que el instrumento mida realmente lo que pretende medir, y la segunda, que el instrumento aporte medidas confiables, es decir, que permita obtener los mismos resultados al volver a medir el aspecto en cuestión, bajo condiciones similares, esto es, que aporte datos que sean reproducibles. Además, conociendo su confiabilidad, es posible interpretar los datos arrojados por el instrumento con un grado conocido de confianza.

* De aquí en adelante, los factores de segundo orden se indicarán con números romanos y los de primer orden, con arábigos.

Para satisfacer esta condición, los datos obtenidos con la aplicación del instrumento fueron sometidos a análisis de confiabilidad mediante el coeficiente Alpha de Cronbach, que evalúa la consistencia interna del instrumento. Se eligió este coeficiente debido a que el instrumento está constituido por afirmaciones que poseen más de dos opciones de respuesta, y todos los reactivos tienen el mismo número de opciones.

En el cuadro 20 pueden verse las confiabilidades obtenidas para cada uno de los factores de primer orden encontrados. Como ahí se indica, las confiabilidades para todos los factores, excepto para el 12, fueron significativas, lo cual significa que eliminando dicho factor, el instrumento es, considerablemente, confiable.

B. SEGUNDA FASE.

Una vez que el instrumento diseñado probó aproximarse a la validez y ser confiable, fue utilizado para "medir" el autoconcepto de los participantes en esta pequeña investigación que pretendió probar la efectividad de un grupo de desarrollo humano para generar o favorecer cambios en el autoconcepto.

Se planteó como hipótesis que un autoconcepto débil, caracterizado por sentimientos de inadecuación, inseguridad y dependencia, puede fortalecerse a través de la participación en un grupo de desarrollo humano.

Para probar esta hipótesis se utilizó un diseño antes-después con grupo control. Los datos resultantes fueron analizados utilizando pruebas T, dado que son pruebas paramétricas adecuadas para grupos pequeños, que permiten analizar datos que se distribuyen normalmente y corresponden a un nivel de medición intervalar.

En primer lugar, se compararon los datos reportados por la aplicación del instrumento a ambos grupos, experimental y control, antes de la introducción de la variable experimental, que en este caso fue el grupo de desarrollo, a fin de corroborar que no existían diferencias previas entre los grupos que pudieran distorsionar los resultados.

Los datos obtenidos utilizando pruebas T para muestras independientes, se reportan en el cuadro 21. En la fase 1 del cuadro 22 pueden observarse también las probabilidades de la diferencia entre medias. Es evidente que no hay diferencias entre las medias de los grupos control y experimental. Lo que significa que antes de la introducción de la variable experimental, los grupos eran iguales.

Después de la participación del grupo experimental en el grupo de desarrollo humano, el instrumento volvió a aplicarse a ambos grupos a fin de evaluar el grado en que pudieran haber cambiado como consecuencia de la variación experimental. Los datos reportados por la aplicación de las pruebas T para muestras apareadas, se indican en el cuadro 22.1. Las medias para cada grupo en la fase Después, pueden observarse en el cuadro 21.1.

De acuerdo con ellos, las medias de un sólo factor, el 5, que evalúa los sentimientos de rechazo con respecto a la autoimagen individual, fueron lo suficientemente diferentes, a un nivel de significancia incluso menor a .01, como para poder afirmar que hubo cambio en este aspecto del autoconcepto, y que dicho cambio puede confiabilmente atribuirse a la influencia del grupo de desarrollo. En el grupo control, en cambio, ninguna probabilidad resultó significativa, lo cual quiere decir que este grupo, que no se sometió al grupo de desarrollo, se mantuvo sin cambios. No obstante, la comparación general entre los grupos, antes y después del tratamiento, indica que los grupos se mantuvieron iguales (véase cuadros 21.2, 21.3 y 22).

Cuadro 1. Matriz Factorial para el Grupo I.

REACTIVOS	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10
BJ	.75	-.33								
CK	.71									
CV	.64			.40	-.28					
AE	.63	.41	.24					.29		
DA	.61	-.26		.44						.27
AP	.57				.54	.28			.26	
BQ	.55		-.32	-.28		-.23		-.24		.30
BI	.54		-.23		-.20	-.32		.29		-.26
CW	.52	-.34	.27				.26	.23		
BR		.69	-.42			.22				
AA	.21	.61	.24	-.23	-.23		.35			
W	.46	.58						-.26		
BS	.20	.53			.45	-.26			-.31	
G			.63	-.26				-.33	.36	
CZ		.42	-.57			.51				
AO		.32	.51			.38				-.34
AW	.26		.44	.42				-.21		.34
Q	.56			-.58		-.20				
CT	.31	.20		.49		-.38				-.43
AC	.45			-.45				.26		
BC			-.21	.39	.54					
AQ	.48	-.30			.53	.32	.21			
BB		.31	.40			.46			.31	.26
CE	.48				.31		-.55			-.26
CF		.36		.40				.51	.33	
BK	-.27	.24	.37		.35			.35	-.41	

Las cargas de los reactivos que son significativas ($> \text{ó} = .30$) se anotan en cursivas.

Cuadro 1.1. Matriz Factorial Rotada para el Grupo I.

REACTIVOS	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	COMUNALIDADES
DA	.78										.77
BJ	.78	.25									.77
CV	.75									.30	.73
CK	.62	.29		.45							.74
CW	.61	.29		-.30							.62
AW	.45	-.44	.45	-.20			.25				.73
AC		.69									.55
BI	.24	.67								.35	.74
Q		.60	.42		.28			-.26	.24		.79
BS			.78						-.21		.77
AA		.27	.66		-.23	.35	-.22		.24		.76
W		.20	.52	.35		.28				.22	.67
AE	.39	.30	.46			.25		.36			.75
CZ				.88					.20		.86
BR			.25	.77				.20			.73
AQ	.26				.80			-.25			.81
AP	.21	.24			.80						.84
BC		-.36			.51	-.35		.24			.61
AO				-.49		.79					.73
G						.60			.27		.74
CE		.21			.31		.76				.80
CF								.82			.76
BK			.25						-.78		.75
BQ		.40	.33						.62		.76
CT	.24		.20							.80	.81
BB						.54		.26		-.57	.73

Cuadro 1.2. Estadísticas finales para el Grupo I.

FACTOR	VALOR EIGEN	% DE VARIANZA	% ACUMULADO
1	5.19278	18.5	18.5
2	2.95058	10.5	39.1
3	2.25572	8.1	37.1
4	2.14193	7.6	44.8
5	1.81547	6.5	51.3
6	1.64139	5.9	57.1
7	1.43565	5.1	62.3
8	1.24551	4.4	66.7
9	1.10905	4.0	70.7
10	1.01672	3.6	74.3

Cuadro 2. Matriz Factorial para el Grupo II.

REACTIVO	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11	F12	F13
AH	.79												
CN	.75												
AJ	.75												
CM	.73												
BY\$.73												
CS	.72					-.30							
BM	.71												
R	.69			.30							-.32		
CD	.68			-.42									
BO	.67		.30										
CU	.67												
X	.66												-.30
CO	.63												.37
CQ	.63		-.38			.32		-.32					
CR	.60				.31		.33						
AZ	.59		-.44				-.31						
CG	.58			-.46									
CL	.58												
V	.58							.39				-.37	
AG	.57				-.33								
I	.55					.31							
CH	.54			-.34									
CC	.53						-.46						
BF	.51								.40				
S	.49			.41									
Z	.48		.38		.35					.42			
AV	.35	-.34											
L		.66											
O		.56						-.35					
BD	.41	-.55											
AI	.49	.52									.32		
DB	-.31	.35	-.32							.34			
CJ			.73					.32					
CY	.38		-.65				-.33						
BG	.39		-.46		.39								
Y	.31	.39	.42			.40		.38					
BW	.47			-.57									
BA		.54		.55									
BT		-.36		.52									
BU		.37		-.51		-.30							
BV		.34		.46		-.44						.37	
AR	.48	.47			-.55								
K	.33	.33	-.38		-.42				-.31				
CA	.30		.31			.60							
BL				.42	.36	-.51							
AF					.56				.56				
CX	.36		-.41				.32		-.41				
AD		.41	.45							-.53			
CB	.38		.33		-.30							.48	

Todas las cargas son significativas.

Cuadro 2.1. Matriz Factorial Rotada para el Grupo II.

REACTIVO	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11	F12	F13	COMUNALIDADES
CG	.81													.78
BW	.67											.34		.71
CD	.67		.47											.86
AJ	.64	.31	.32											.77
CS	.63	.36						.35					.34	.79
CM	.59							.30					.42	.80
CH	.57											.37		.75
BU	.56													.74
BM	.48		.45											.72
R		.70												.82
AH	.37	.69												.83
S		.68				.33								.68
DB		-.64											-.30	.72
AG	.34	.61												.65
CU		.61	.34				.39							.78
CR		.45						.44						.70
I		.44											.32	.63
CL	.36	.42								.34			.35	.60
AZ			.79	.31										.86
CY			.69					-.42						.81
CQ			.67											.81
X		.54	.58											.80
BY\$.41		.52									.30	.35	.86
CN	.35		.41		.34		.37		.32					.79
CC	.37		.39				.32						-.38	.79
AR				.80										.84
BF				.75										.79
AI			.35	.55			.39	.34						.84
L				.42						.36	.33			.65
Y					.83									.86
Z					.68								.30	.81
CJ			-.31	.68										.77
CA				.67	-.37									.83
BV					.86									.81
BL			.35		.60									.78
BA	-.44			.42	.49									.71
AV							.74							.73
BO					.32		.61							.77
AD								.79						.77
BT								-.71						.72
BG			.50						.67					.82
BD		.50							.60					.80
CO	.40								.56					.75
O				.39			.34			.49				.69
AF											-.81			.84
CX			.41						.30	.57				.81
K					.32						.50	.47		.85
V			.31									.69		.82
CB							.31						.70	.77

Todas las cargas son significativas.

Cuadro 2.2. Estadísticas finales para el Grupo II.

FACTOR	VALOR EIGEN	PORCENTAJE DE VARIANZA	PORCENTAJE ACUMULADO
1	12.96988	25.9	25.9
2	3.92797	7.9	33.8
3	3.56678	7.1	40.9
4	3.36752	6.7	47.7
5	2.44192	4.9	52.5
6	2.13900	4.3	56.8
7	1.92664	3.9	60.7
8	1.68415	3.4	64.0
9	1.58757	3.2	67.2
10	1.44684	2.9	70.1
11	1.38452	2.8	72.9
12	1.15610	2.3	75.2
13	1.08290	2.2	77.4

Cuadro 3. Matriz Factorial para el Grupo III.

REACTIVO	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8
AL	.73		.40					
AM	.71	-.25	.35	-.21				-.21
U	.67		.29				.36	
BN	.67		.20					-.29
AY	.66	.30	-.37					
AU	.66		-.41	-.29				
AT	.64	.40			.27			-.22
AX	.63		-.48		-.23	-.29		.22
BE	.58	.36	.24		-.35			
N	.58			.43		.20	.35	
BZ	.57	.34		-.24		-.20		
BX	.53		.20			.50		.24
CI	.53			.32	.32	-.35		.48
CP	.27	-.74				-.30		
AB	.37	-.67			.28	-.21		
BH		.49	.46	.48				
AK	.26	-.46			-.27	.31	.36	
M	.37		-.62	-.21		.25		
AN	.35		-.27	.59	-.20		-.29	
BP	-.35	.47	-.20	.47			.28	
AS	-.32	.21		-.44	.40	.25	.39	
T			.36		-.60			.51
P	.47	.30			.50			.23
J			-.41		.48	.45		.30
H	.32	.23				.47	-.47	

Cuadro 3.1. Matriz Factorial Rotada para el Grupo III.

REACTIVO	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	COMUNALIDADES
AU	.81								.75
AX	.78				.23		.39		.86
AY	.75			.24	.24		.20		.76
M	.70					.32			.68
BH	-.49	-.33	.40		.29		.23		.74
AB		.80							.74
CP		.76		-.33					.80
BP		-.68		-.29		.23		.23	.70
AM		.66	.38	.41					.80
AL		.55	.33	.38	.37	.20			.75
BN	.20	.47	.35	.45					.66
J			-.77	.20	.23				.76
BE	.26		.69		.28				.72
BZ	.39		.53		.27				.59
U		.35	.49		.25	.39	-.23		.71
H				.80					.66
BX				.54	.25	.41		-.28	.66
CI		.23			.84				.86
P				.40	.67			.25	.69
AK		.26			-.22	.66		-.20	.64
N	.24		.25		.36	.66			.74
AS							-.83		.76
AN						.39	.70		.73
T								-.91	.89
AT	.42		.36	.27	.30			.46	.73

Cuadro 3.2. Estadísticas finales para el Grupo III.

FACTOR	VALOR EIGEN	PORCENTAJE DE VARIANZA	PORCENTAJE ACUMULADO
1	6.37937	24.5	24.5
2	2.65468	10.2	34.7
3	2.23929	8.6	43.4
4	1.89652	7.3	50.7
5	1.72295	6.6	57.3
6	1.60427	6.2	63.5
7	1.24784	4.8	68.2
8	1.09321	4.2	72.5

Cuadro 4. Reactivos agrupados en el Factor 1.

Porcentaje de varianza explicada: 18.5

Valor Eigen: 5.19278

Interpretación: Estado Anímico.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
DA	Me siento desesperado a menudo	.78699
BJ	Me siento abatido	.78586
CV	Me siento confundido	.75699
CK	Me siento hastiado de todo	.62858
CW	Creo que los demás abusan de mí	.61458
AE	Me desagrada hablar de mí	.39845
AW	Me gusta que otros decidan por mí	.45181

Cuadro 5. Reactivos agrupados en el Factor 2 ⁽¹⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 8.1

Valor Eigen: 2.25572

Interpretación: Autoimagen Individual. Sentimientos de Inseguridad.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
Q	Me siento incómodo hablando con la gente	.42013
BS	Pocas veces sé cómo voy a reaccionar	.78342
AA	Me cuesta trabajo expresar mis pensamientos	.66661
W	Hay cosas de mí que me disgustan	.52564
BQ	Me considero flojo e irresponsable	.33310

(1) Originalmente, factor 3 del grupo I.

Cuadro 6. Reactivos agrupados en el Factor 3 ⁽²⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 6.5

Valor Eigen: 1.81547

Interpretación: Autoimagen Social. Sentimientos de Rechazo.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
AQ	Tengo muy pocos amigos	.80802
AP	Me parece que los demás rehuyen mi compañía	.80207
CE	Me considero un perdedor	.31744

(2) Originalmente, factor 5 del grupo I.

Cuadro 7. Reactivos agrupados en el Factor 4 ⁽³⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 24.5

Valor Eigen: 6.37937

Interpretación: Autoimagen Social. Sentimientos de Inseguridad.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
AU	Me preocupa lo que los demás piensen de mí	.81389
AX	Las críticas me hacen sentir mal	.78040
AY	Me siento incómodo cuando los demás hablan de mí	.75216
M	Tengo miedo de lo que los demás piensen de mí	.70724
BZ	Me disgusta compartir mis cosas	.39274
AT	A veces siento que no soy yo	.42587

(3) Originalmente factor 1, del grupo III.

Cuadro 8. Reactivos agrupados en el Factor 5 ⁽⁴⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 10.2

Valor Eigen: 2.65468

Interpretación: Autoimagen Individual. Sentimientos de Rechazo

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
BH	Soy irritable	-.33377
AB	Me siento insignificante	.80982
CP	Me considero inferior a mis compañeros	.76336
AM	Me siento a disgusto conmigo mismo	.66330
AL	Quisiera ser diferente de lo que soy	.55878
BN	Me siento a disgusto en contacto con los demás	.47175
U	Me siento culpable	.35829

(4) Originalmente factor 2, del grupo III.

Cuadro 9. Reactivos agrupados en el Factor 6 ⁽⁵⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 6.2

Valor Eigen: 1.60427

Interpretación: Autoimagen Física. Sentimientos de Inconformidad.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
BX	Muchas veces me siento solo	.41403
AK	Quisiera ser más alto	.66571
N	A menudo me siento resentido	.66227
AN	Quisiera ser mejor de lo que soy	.39177

(5) Originalmente factor 6, del grupo III.

Cuadro 10. Reactivos agrupados en el Factor 7 ⁽⁶⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 25.9

Valor Eigen: 12.96988

Interpretación: Autoimagen Individual. Nivel Axiológico. Sentimientos de Autoaceptación.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
CG	Me gusta soñar que la vida puede ser mejor	.81072
BW	Me incomoda la gente falsa	.67606
CD	Me da rabia la injusticia	.67478
AJ	Me gusta ayudar a los demás	.64982
CS	Respeto la libertad	.63180
CM	Valoro la rectitud	.59105
CH	Me gusta ser original	.57273
BU	Soy idealista	.56839
BM	Me gusta que la gente confie en mí	.48604
AH	Me siento seguro de mí mismo	.37294
AG	Puedo elegir cuando así se requiere	.34249
CL	Generalmente trato de superarme	.36058
BY\$	Creo que puedo aprender de la gente	.41387
CN	Siempre estoy seguro de lo que hago	.35067
CC	Me gusta compartir con los demás	.37404
CO	Busco siempre la perfección	.40177

(6) Originalmente factor 1, del grupo II.

Cuadro 11. Reactivos agrupados en el Factor 8 ⁽⁷⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 7.9

Valor Eigen: 3.92797

Interpretación: Autoimagen Individual. Sentimientos de Dominancia

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
R	Tengo confianza en mí mismo	.70615
S	Me gusta enfrentar los retos	.68025
CU	Me gusta ponerme metas y cumplirlas	.61851
CR	Me gusta sobresalir	.45043
I	Me siento tranquilo y nada me molesta	.44509
X	Puedo expresar con seguridad mis ideas y pensamientos	.54716
BD	Detesto la irresponsabilidad	.50284

(7) Originalmente factor 2, del grupo II.

Cuadro 12. Reactivos agrupados en el Factor 9 ⁽⁸⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 7.1

Valor Eigen: 3.56678

Interpretación: Relación con Otros. Sentimientos de seguridad.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
AZ	Me gusta estar en contacto con la gente	.79994
CY	Tengo fé en los demás	.69161
CQ	Me siento parte de mi grupo de compañeros	.67866
BL	La gente se dirige a mí con frecuencia para solicitar mi ayuda	.35649
BG	Trato de comprender a mis semejantes	.50625
CX	Quisiera tener mucho prestigio	.41925
V	Me siento cómodo conmigo mismo	.31783

(7) Originalmente factor 3, del grupo II.

Cuadro 13. Reactivos agrupados en el Factor 10 ⁽⁹⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 6.7

Valor Eigen: 3.36752

Interpretación: Autoimagen Individual. Nivel Físico. Sentimientos de Autoaceptación.

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
AR	Me considero una persona agradable	.80795
BF	Soy alegre	.75170
AI	Pienso que los demás encontrarán cosas interesantes en mí	.55169
L	Tengo una personalidad atractiva	.42230
O	Soy sexualmente atractivo	.39383

⁽⁹⁾ Originalmente factor 4, del grupo II.

Cuadro 14. Reactivos agrupados en el Factor 11 ⁽¹⁰⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 4.9

Valor Eigen: 2.44192

Interpretación: Autoimagen Individual. Sentimientos de Seguridad

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
Y	Expreso libremente mis sentimientos y emociones	.83973
Z	Acepto mis limitaciones	.68861
CA	Me considero un triunfador	.67064

⁽¹⁰⁾ Originalmente factor 5, del grupo II.

Cuadro 15. Reactivos agrupados en el Factor 12 ⁽¹¹⁾.

Porcentaje de varianza explicada: 3.9

Valor Eigen: 1.92664

Interpretación: Autoimagen Individual. Nivel Racional. Sentimientos de Seguridad

REACTIVO	NOMBRE	CARGA
AV	Soy responsable	.74495
BO	Acepto críticas	.61537
CB	Soy realista	.31653

⁽¹⁰⁾ Originalmente factor 7, del grupo II.

Cuadro 16. Matriz Factorial de los Factores de Segundo Orden.

FACTORES DE PRIMER ORDEN	FACTORES DE SEGUNDO ORDEN			
	I	II	III	IV
F8	.77328		.24530	
F5	-.74237	-.37088	.25222	.26387
F9	.72562	.39492		-.22401
F7	.71507		.51997	
F3	-.71134			
F4	-.64319	.41929		
F1	-.62855		.54153	-.35982
F10	.54330	.38567		
F12	.39047	-.66324	.33310	-.33119
F2	-.32163	.55181	.31221	-.20925
F6	-.44110		.62871	.44517
F11	.52057			.65510

Cuadro 16. 1. Matriz Factorial Rotada de los Factores de Segundo Orden.

FACTORES DE PRIMER ORDEN	FACTORES DE SEGUNDO ORDEN			
	I	II	III	IV
F9	.80714			-.27342
F7	.73613	.44100		
F5	-.70612			.54807
F10	.68653			
F3	-.53169	-.25799	.38258	
F12		.89157		
F4	-.22032	-.61342	.36017	
F8	.53642	.56848	-.27969	
F1	-.23031		.75544	.44088
F11	.33036		-.73296	.24175
F2	.22848	-.42294	.49969	.26160
F6				.86998

Cuadro 16. 2. Estadísticas finales arrojadas por el Análisis Factorial de Segundo Orden.

FACTORES DE PRIMER ORDEN	COMUNALIDAD	FACTORES DE SEGUNDO ORDEN	VALOR EIGEN	PORCENTAJE DE VARIANZA	PORCENTAJE DE VARIANZA ACUMULADA
F1	.81854	I	4.51832	37.7	37.7
F2	.54920	II	1.42709	11.8	49.5
F3	.51742	III	1.34103	11.2	60.6
F4	.59008	IV	1.04023	8.7	69.3
F5	.82190				
F6	.79966				
F7	.78690				
F8	.69149				
F9	.73585				
F10	.48400				
F11	.70859				
F12	.81300				

Cuadro 17. Factores de primer orden agrupados en el Factor I de segundo orden.

Valor Eigen: 4.51832

Porcentaje de varianza explicado: 37.7

Interpretación: Autoimagen Social.

FACTOR	REACTIVO	NOMBRE
Factor 9	AZ	Me gusta estar en contacto con la gente
Carga: .80714	CY	Tengo fé en los demás
	CQ	Me siento parte de mi grupo de compañeros
	BL	La gente se dirige a mí con frecuencia para solicitar mi ayuda
	BG	Trato de comprender a mis semejantes
	CX	Quisiera tener mucho prestigio
	V	Me siento cómodo conmigo mismo
Factor 7	CG	Me gusta soñar que la vida puede ser mejor
Carga: .73613	BW	Me incomoda la gente falsa
	CD	Me da rabia la injusticia
	AJ	Me gusta ayudar a los demás
	CS	Respeto la libertad
	CM	Valoro la rectitud
	CH	Me gusta ser original
	BU	Soy idealista
	BM	Me gusta que la gente confie en mí
	AH	Me siento seguro de mí mismo
	AG	Puedo elegir cuando así se requiere
	CL	Generalmente trato de superarme
	BY\$	Creo que puedo aprender de la gente
	CN	Siempre estoy seguro de lo que hago
	CC	Me gusta compartir con los demás
	CO	Busco siempre la perfección
Factor 5	BH	Soy irritable
Carga: -.70612	AB	Me siento insignificante
	CP	Me considero inferior a mis compañeros
	AM	Me siento a disgusto conmigo mismo
	AL	Quisiera ser diferente de lo que soy
	BN	Me siento a disgusto en contacto con los demás
	U	Me siento culpable
Factor 10	AR	Me considero una persona agradable
Carga: .68653	BF	Soy alegre
	AI	Pienso que los demás encontrarán cosas interesantes en mí
	L	Tengo una personalidad atractiva
	O	Soy sexualmente atractivo
Factor 3	AQ	Tengo muy pocos amigos
Carga: -.53169	AP	Me parece que los demás rehuyen mi compañía
	CE	Me considero un perdedor

Cuadro 18. Factores de primer orden agrupados en el Factor II de segundo orden.

Valor Eigen: 1.41709

Porcentaje de varianza explicado: 11.8

Interpretación: Autoimagen Individual.

Factor	Reactivo	Nombre
Factor 12	AV	Soy responsable
Carga: .89157	BO	Acepto críticas
	CB	Soy realista
Factor 4	AU	Me preocupa lo que los demás piensen de mí
Carga: -.61342	AX	Las críticas me hacen sentir mal
	AY	Me siento incómodo cuando los demás hablan de mí
	M	Tengo miedo de lo que los demás piensen de mí
	BZ	Me disgusta compartir mis cosas
	AT	A veces siento que no soy yo
Factor 8	R	Tengo confianza en mí mismo
Carga: .56848	S	Me gusta enfrentar los retos
	CU	Me gusta ponerme metas y cumplirlas
	CR	Me gusta sobresalir
	I	Me siento tranquilo y nada me molesta
	X	Puedo expresar con seguridad mis ideas y pensamientos
	BD	Detesto la irresponsabilidad

Cuadro 19. Factores de primer orden agrupados en el Factor III de segundo orden.

Valor Eigen: 1.34103

Porcentaje de varianza explicado: 11.2

Interpretación: Estado Anímico.

Factor	Reactivo	Nombre
Factor 1 Carga: .75544	DA	Me siento desesperado a menudo
	BJ	Me siento abatido
	CV	Me siento confundido
	CK	Me siento hastiado de todo
	CW	Creo que los demás abusan de mí
	AE	Me desagrada hablar de mí
	AW	Me gusta que otros decidan por mí
Factor 11 Carga: -.73296	Y	Expreso libremente mis sentimientos y emociones
	Z	Acepto mis limitaciones
	CA	Me considero un triunfador
Factor 2 Carga: .49969	Q	Me siento incómodo hablando con la gente
	BS	Pocas veces sé cómo voy a reaccionar
	AA	Me cuesta trabajo expresar mis pensamientos
	W	Hay cosas de mí que me disgustan
	BQ	Me considero flojo e irresponsable

Cuadro 20. Confiabilidad de los Factores de Primer Orden.

FACTOR	CONFIABILIDAD
1	.8058
2	.7025
3	.7057
4	.8081
5	.7330
6	.6050
7	.9040
8	.8266
9	.7437
10	.7082
11	.6733
12	-.0918*

* Factor eliminado.

Cuadro 21. Medias obtenidas para cada factor al comparar los grupos Experimental y Control, en la fase Antes.

FACTOR											
GRUPO	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
1	5.9762	5.7429	6.1905	5.2286	6.2653	3.9643	3.3500	3.9796	4.2143	4.6571	5.3333
2	5.8857	5.5000	6.8000	5.5000	6.2143	4.1750	2.9250	4.3857	4.5238	4.7800	5.3000

Grupo 1= Experimental

Grupo 2= Control

Cuadro 21.1. Medias obtenidas para cada factor al comparar los grupos Experimental y Control, en la fase Después.

FACTOR											
GRUPO	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
1	6.5102	6.2333	6.8571	5.1714	7.5714	4.9643	2.9792	3.2857	3.8163	4.2857	4.1905
2	5.5714	5.7200	6.0667	5.9000	6.5079	4.4250	2.9500	3.9571	4.0635	4.3800	4.4333

Grupo 1= Experimental

Grupo 2= Control

Cuadro 21.2. Medias obtenidas para cada factor en la comparación Antes-Después, para el Grupo Experimental.

FACTOR											
FASE	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
1	5.4694	5.7429	6.1905	5.2286	6.2653	3.9643	2.9732	3.9796	4.0000	4.6571	4.9286
2	6.5102	5.9429	6.8571	5.1714	7.5714	4.9643	2.8036	3.1837	3.8163	4.2857	4.1905

Fase 1= Antes

Fase 2= Después

Cuadro 21.3. Medias obtenidas para cada factor en la comparación Antes-Después, para el Grupo Control.

FACTOR											
FASE	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
1	5.8857	5.5000	6.8000	5.5000	6.2143	4.1750	2.9250	4.3857	4.3286	4.7800	4.6750
2	5.5714	5.7200	6.0667	5.5400	6.4857	4.4250	2.9500	3.9571	3.9857	4.3800	4.4333

Fase 1= Antes

Fase 2= Después

Cuadro 22. Probabilidades encontradas para cada factor al comparar los grupos Experimental y Control, en las fases Antes y Después.

FACTOR											
FASE	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
1	.90	.641	.511	.779	.927	.831	.425	.490	.684	.889	.967
2	.276	.434	.353	.434	.214	.578	.950	.351	.659	.901	.732

Fase 1= Antes

Fase 2= Después

Cuadro 22.1. Probabilidades encontradas para cada factor en la comparación Antes-Después, para cada uno de los grupos: Experimental y Control.

FACTOR											
GRUPO	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
1	.210	.776	.334	.947	.009*	.163	.567	.077	.750	.430	.129
2	.499	.577	.080	.945	.471	.596	.940	.086	.347	.093	.363

* Indica la probabilidad considerada significativa.

Grupo 1= Experimental

Grupo 2= Control.

ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En términos de los resultados generales obtenidos a raíz de esta investigación, aparece como obvio el hecho de que la hipótesis que la guió no fue satisfecha en su totalidad. Según parece, un autoconcepto débil, caracterizado por sentimientos de inadecuación, inseguridad y dependencia, no puede fortalecerse *-únicamente-* a través de la participación en un grupo de desarrollo humano.

Se afirma que el autoconcepto no puede fortalecerse por medio de la participación en un grupo de desarrollo humano, porque la aplicación del instrumento utilizado para medir el autoconcepto no reportó diferencias estadísticamente significativas entre el grupo experimental, que fue el que estuvo sometido al grupo de desarrollo, y el grupo control, que no participó en dicho grupo.

Sin embargo, se agrega el "únicamente" porque, al haber en el grupo experimental un cambio importante, estadísticamente significativo, con una probabilidad de error menor al uno por ciento, en un factor de los once que integraron el instrumento, significa que el grupo de desarrollo tuvo algún impacto en las personas que participaron en él. Y dado que este cambio no fue observado en el grupo control, puede decirse con un buen grado de seguridad que tal impacto fue importante porque ayudó a fortalecer la autoimagen individual. Los sentimientos de rechazo, de inseguridad, insignificancia y culpabilidad con respecto a uno mismo se modificaron en términos positivos, pues los participantes, después del grupo de desarrollo, se percibieron a sí mismos como más alejados de todos los reactivos que integraron este factor (véase cuadro 8).

Además, los autoinformes proporcionados por los participantes al concluir la experiencia grupal, proporcionan evidencia sustancial para apoyar esta aseveración.

Un participante escribió:

"Me sentí mejor conmigo mismo. Antes sentía que era una persona inferior a los demás, pero poco a poco he estado reflexionando sobre mi forma de pensar y de ser, y he tratado de superarme...Ver que no soy el único que tiene problemas, me hace sentir más relajado...me siento bien conmigo mismo".

En este extracto de las opiniones de un participante varón, es clara la evolución experimentada con respecto a la autoimagen individual. Se evidencia una reorganización en la forma de percibirse a sí mismo, que redundó en una mayor aceptación de su propia individualidad.

Otro participante, esta vez mujer, declaró:

"Me sirvió muchísimo porque antes me afectaba lo que la gente pensara de mí, después de esto me puse a pensar que siempre hay que ser uno mismo, porque así uno se siente mejor. Empecé a reflexionar en que tengo muchísimas cosas muy buenas y no hay por qué ocultarlas... Mi meta es, y lo voy a conseguir, ser yo misma, porque me voy a sentir muy bien".

Aquí también resulta evidente la reorganización de la percepción que tuvo lugar durante la experiencia grupal, que como ya se consideró en el capítulo I, resulta crucial para la reorganización del autoconcepto y de la conducta que se adoptará en consecuencia.

Esta participante, como resultado de su participación en el grupo, tomó la decisión de reformular las concepciones que con respecto a sí misma mantuvo durante años, a partir de las cuales rigió su actuación en el mundo; también a partir del grupo decidió empezar a ser ella misma y reestructurar su comportamiento, teniendo como único centro de valoración su experiencia orgánsmica.

Hechos como este me parecen justificables para afirmar que los grupos de crecimiento orientados desde el enfoque personalizado, en los que la persona encargada de su coordinación, guiándose por una filosofía del ser humano orientada existencialmente, se preocupa por ser facilitadora del desarrollo de las potencialidades de las personas con las que se encuentra en relación, y enarbolando como principios básicos orientadores de su actuación en el grupo las tres actitudes de la personalidad consideradas fundamentales para promover el cambio y desarrollo, pueden realmente promover una reorganización en el foco perceptivo que favorezca el surgimiento de la confianza básica en la persona de cada participante, que lo capacite, a su vez, para verse a sí mismo de manera diferente, más realístamente, sin las distorsiones o defensas que ha aprendido a lo largo de su vida y que, aun cuando les hayan servido para sobrevivir en el mundo social, no le hacen del todo feliz.

Con esto se apoya también la idea planteada acerca de que cuando se da a las personas la oportunidad de sumergirse en una situación facilitadora del cambio perceptual, se puede generar una reestructuración en el autoconcepto, en la manera de concebirse a sí mismos, que permita una consiguiente modificación en su comportamiento.

El cambio en el autoconcepto, sin embargo, si bien fue observado fenomenológicamente (de ello queda constancia en las grabaciones videográficas realizadas al principio, a la mitad y al concluir el grupo de desarrollo humano), no fue captado en su especificidad por el instrumento diseñado. Tampoco poseo datos, de los considerados "objetivos", para afirmar que hubo modificaciones conductuales, pero si de algo sirven las propias palabras de los participantes, revisemos los siguientes comentarios externados al concluir el grupo.

En primer lugar, un comentario que da luz sobre el clima que se estableció en el grupo, cuya importancia fundamental ya fue considerada, es el siguiente:

"Es muy padre estar en grupos así. Te sientes diferente, convives diferente con la gente. Son relaciones completamente distintas. Conforme los compañeros iban platicando y externando sus sentimientos, yo los iba sintiendo por dentro, y me pasó lo que les pasa a los gemelos, que tienen el mismo sentimiento. Llegué a sentirme parte de cada uno de nosotros... Como si me transmitieran su sentimiento..."

Aquí se evidencia el fenómeno considerado por Rogers como "comprensión empática", una importante cualidad que hace las relaciones entre personas más reales y significativas al posibilitar el "encuentro existencial". Un encuentro entre personas que resulta significativo y se hace evidente por la concepción del grupo como un "nosotros". No ya como un "ustedes y yo", lejano y distante, sino como un "nosotros", que habla de intimidad, de acercamiento.

"Después de esto... ya no nos vamos a considerar de la misma manera, ya no vamos a ser ajenos".

Lo que probablemente contribuyó a afianzar este sentimiento, fue la sensación de comodidad, de confianza y aceptación que los participantes percibieron.

"Me sentí muy bien con ustedes aunque a algunos no los conocía; me dieron mucha confianza... me sentí mucho muy bien".

"Desde que empezó el grupo a ahora que termina, veo de forma diferente a las personas (del grupo) y las siento diferentes. Como que hay sentimientos que nos unen e identifican. Sentimientos nuevos y diferentes".

Nótese el énfasis puesto en los "sentimientos". Cuando las personas empiezan a centrar su atención en ellos, están más cerca de su interior, de su único y verdadero sí mismo.

Con respecto a los cambios percibidos por los propios participantes con respecto al autoconcepto, puede decirse que, en primer lugar, tuvieron la oportunidad de percibirse de una manera diferente, más plena e integrada.

En relación a esto, una participante comentó:

“Estar aquí me sirvió para recapacitar sobre muchas cosas de las que no me había dado cuenta, sobre mí y en relación con mi esposo...”

Una participante más dijo:

“Es algo que, en lo personal, no me había pasado... Haber sentido tantas cosas a la vez... Desde que estoy aquí he ido descubriendo otras cosas que no me había dado cuenta que tenía. Cosas buenas y cosas malas, como todo”.

Al estar en posibilidad de experimentar plenamente y sin distorsiones todo lo que uno realmente es, resulta más fácil acceder a una reorganización en el autoconcepto, así como establecer relaciones diferentes con las personas que nos rodean, más congruentes y realistas.

La reorganización del autoconcepto se evidencia en el siguiente comentario:

“...cuando hablé de mí, empecé a reflexionar y llegué a la conclusión de que me tenía que aceptar como soy y lo estoy asimilando, estoy empezando... Me siento muy bien. Entendí que primero me tengo que aceptar, y ahora no me importa tanto lo que diga la gente”.

De acuerdo con este comentario, en la persona se ha iniciado un cambio en su centro de valoración, producto de la reorganización que fue posibilitada, a su vez, por una modificación significativa en la forma de percibir sus experiencias. Este centro de valoración no se localiza ya en el exterior, sino dentro de ella misma. En la medida en que se acepte a sí misma y reconozca y simbolice sus propias experiencias orgánicas, avanzará en dirección a una mayor independencia y autorresponsabilidad.

El cambio en el centro de valoración, o por lo menos la conciencia de que la gente no siempre es la más adecuada para ser tomada como guía y orientación, al menos no más adecuada que uno mismo, se evidencia también en el siguiente comentario:

“Después de que entramos aquí, como que caigo en cuenta de que la gente tiene errores, y veo errores en la gente que me rodea. Esto me preocupa porque yo también los tengo y eso me puede cegar a ver los problemas que puedo estar causando o los que puedo tener”

En esta persona se hace patente también una conciencia más plena de sí, de su potencial para hacer bien o mal, a sí misma o a otros, pero -como ella misma lo percibe-

“... es parte... de un todo”.

Esta manera de percibir se caracteriza por la apertura, la “apertura a la experiencia” que Rogers consideró como característica de las personas que están en camino hacia la vida plena y autorrealizadora. Esta misma persona describe este fenómeno, experimentado en sí misma, claramente:

“Me voy con la mente abierta a que tengo que aprender cosas nuevas, a que tienen que llegar cosas nuevas a mí y las debo aceptar. Si hay golpes, también, pues tengo que seguir adelante, no decaer... Me voy afianzada de la misma persona que soy, es mi sostén. Pero voy abierta a otros cambios, a dejar que entren otras cosas, a lo que pueda pasar... Ciertamente tiendo a cerrarme mucho porque no me gusta sufrir, pero estoy también más abierta a sentir...”.

Evidencias como esta me parecen válidas para reconocer el valor de un grupo de desarrollo humano, pues, para mí, es evidente que en realidad posibilitan dicho desarrollo. Además, la disposición con que las personas acojen este tipo de grupos y el compromiso que ostentan durante el mismo, así como el deseo que muestran -una vez que han participado en uno- para seguir participando en más grupos de la misma naturaleza, por lo menos así pasó con el grupo al que aquí se hace referencia, me hace pensar que estos grupos deben fomentarse, sobre todo entre la juventud. Es tanta su necesidad de hablar, tienen tantas cosas que compartir y guardan tantos sentimientos dolorosos que los limitan y empequeñecen, así como tanta vida por delante que puede verse truncada si no aprenden una nueva manera de fortalecerse. Para mí fue impactante descubrir suicidas potenciales en cada uno de los chicos que participaron el grupo. Chicos sanos y tan normales como cualquier estudiante que va por la vida haciendo frente valerosamente a la vida, con una pesada carga de problemas ajenos, principalmente parentales. Chicos que no creo que sean la excepción, pues puedo citar a más de una docena de alumnos que al enterarse de que “la maestra es psicóloga”, acuden a verme para “platicar” conmigo. Y yo me siento obligada a hacer algo más que recomendarles una terapia que, las más de las veces, no pueden pagar o no consideran necesitarla verdaderamente, por lo que no entra en sus planes.

No obstante, a pesar de la evidencia subjetiva que poseo para apoyar la idea de que los grupos de desarrollo humano pueden promover cambios en los valores, creencias y conceptos de uno mismo suficientes como para reorganizar el campo perceptivo a partir del cual se orienta el funcionamiento de las personas, objetiva y "científicamente" no estoy en condiciones de decir lo mismo.

¿A qué puede atribuirse esta discrepancia?

En primer lugar, y desde un punto de vista que para algunos puede ser optimista, me atrevo a sugerir que posiblemente el tiempo que duró la experiencia grupal no fue suficiente para optimizar los ligeros cambios observados en el factor denominado Autoimagen Individual, así como en los restantes que integraron el Inventario de Autoconcepto.

Se dijo ya que el grupo tuvo una duración de dos semanas, con sesiones de tres horas, de lunes a viernes. Sin embargo, se recordará que Bunker y Knowles (1990) demostraron que tres semanas es un tiempo claramente superior a uno de dos semanas para producir cambios observables en el entrenamiento en relaciones humanas. Gibb (1990) también sugirió que las experiencias de corta duración no llevan los cambios a un punto crítico, pues éstos no son adecuadamente integrados en el sistema conductual de la persona.

Sin embargo, a sabiendas de esta condición, no fue posible prolongar la experiencia por factores ajenos a mi control. Mas, es de interés considerar que los participantes del grupo manifestaron en repetidas ocasiones su deseo de continuar el grupo durante un periodo más prolongado. Ellos también consideraron que necesitaban más tiempo, pues sentían que su naciente desarrollo como personas nuevas y diferentes se vería truncado terminando la experiencia tan prontamente.

Por otro lado, quizá el instrumento no fue el adecuado para captar un fenómeno tan sutil y de índole tan subjetiva como el "conjunto de ideas y actitudes que la persona tiene de sí, en la que se refleja lo que cree ser y lo que piensa de sus propios actos", tal como se definió el autoconcepto o concepto del sí mismo. Las ideas y actitudes no son fácilmente comprensibles como fenómenos fácticos. Los hechos no pueden con seguridad dar cuenta de ellos.

En este punto surge un gran dilema que tiene que ver con el significado mismo de la ciencia, particularmente con las ciencias del hombre y su pretendida, buscada y deseada "objetividad". Este dilema ha sido suficientemente discutido por el fenomenólogo Husserl y discutirlo aquí supera los alcances de este trabajo. No obstante, baste con tomar en consideración el hecho de que en psicología, en donde se revela de modo innegable el enigma de la subjetividad, resulta utópica la pretensión de utilizar los mismos criterios de objetividad que se requieren para las ciencias factuales. En las ciencias factuales, dado que son ciencias de "hechos", se hace abstracción de cualquier subjetividad y se considera que verdadero es sólo lo fáctico. Pero fenómenos psicológicos tales como la psique o el espíritu, y por ende el concepto de sí mismo, como sinónimo de la individualidad concreta, no pueden ser comprensibles a partir de tales criterios. Quien mejor puede dar cuenta de ellos es el propio individuo, en sus propios términos, no a través de instrumentos o de frases que quizá ni siquiera ha pensado. Recuérdese la discutida frase, en filosofía, de Protágoras: "*Hombre soy y humana es mi medida*" (Xirau, 1989).

Con todo esto puedo dar pie a que se objete el por qué de la elaboración de un instrumento que pretende medir un fenómeno que, al mismo tiempo, considero no puede ser medido. Sin embargo, a partir de mi precaria experiencia, y al descubrir, primero en mí misma y después en personas allegadas, así como en los reportes rogerianos, que los grupos de desarrollo humano, en donde se facilitan los encuentros existenciales ya mencionados, pueden verdaderamente formar personas nuevas; y al conocer el desprestigio de que estos grupos gozan en algunos ámbitos profesionales, quise valorar en qué medida era posible obtener resultados que al ser "estadísticamente significativos", dotaran de mayor objetividad y credibilidad esos hallazgos. Al no obtener lo esperado, no puedo más que desilusionarme, sin embargo, no por ello dejo de creer en el valor de ese tipo de grupos. Creo firmemente que pueden ser una herramienta de gran utilidad en ámbitos como el educativo, por ejemplo, para contribuir a elevar la autoestima y el valor propio de los estudiantes, el cual en muchas ocasiones se encuentra deteriorado, sobre todo por el alto nivel de exigencia y de tensión a que se ven sometidos con bastante frecuencia. Además, recuérdese lo apuntado con respecto a la estrecha relación existente entre el autoconcepto y el aprovechamiento académico.

Ahora, con respecto a las acusaciones hechas a los grupos experienciales desde que éstos crecieron en popularidad, estoy en condiciones de decir varias cosas.

Primero -y quizá éste sea mi principal aprendizaje, el más importante y significativo-, comprendí que el conducir grupos no es un negocio o una forma de ganar popularidad, tampoco es un experimento ni una actividad que deba tomarse a la ligera. Conducir grupos implica una profunda responsabilidad, pues se establece una relación con personas que confían plenamente en uno, cuyos sentimientos y actuaciones en el grupo son reales y hondamente merecedoras de respeto.

Al estar en un grupo verdaderamente comprometido, uno no puede más que comprometerse verdaderamente, también, y ser auténtico y congruente consigo mismo y con los demás. Si se desea que los participantes se despojen de sus defensas, de sus prejuicios y emerjan como personas reales, uno no puede más que respetarlos y permitir que se tomen su tiempo. Si se desea que confíen aquello que, generalmente, nunca han confiado, y que, por lo mismo, resulta doloroso, aniquilante o frustrante, uno sólo puede confiar en ellos y valorarlos incondicionalmente.

En este sentido, se ratifica la importancia de las actitudes de la personalidad consideradas fundamentales para promover el cambio en terapia y en cualquier relación en donde estén implicadas personas.

En relación con la preocupante afirmación de que los grupos causan daño psicológico, puedo decir que en verdad es posible cuando no se tiene el suficiente cuidado y la capacidad para manejar las diferentes emociones que pueden surgir en los participantes del grupo a consecuencia de la experiencia. Cuando la vivencia es tan significativa que puede provocar una crisis, un facilitador no puede dejar ir a la persona con toda la carga emotiva despertada. Si ésta lo permite, resulta imperioso "trabajar" con esas emociones, un tanto terapéuticamente. Y sólo hasta que la persona se sienta más tranquila y haya asimilado, por sí misma, la magnitud y trascendencia de la experiencia, puede darse por concluida la sesión.

Quisiera mencionar en este punto, un hecho ocurrido en una de las sesiones grupales que resultará de utilidad para apreciar una de las diferentes reacciones que puede desencadenarse en los participantes de un grupo cuando la experiencia resulta amenazante para el equilibrio personal.

Una estudiante, que había manifestado poca participación en las discusiones grupales, en una ocasión se sorprendió a sí misma -así lo manifestó- "hablando de más". Inmediatamente fue retroalimentada por sus compañeros e instada a continuar. Sin embargo, en lugar de seguir hablando, se negó a hacerlo y después de un momento llamó nuestra atención para mostrarnos una ligera parálisis en la mitad de su rostro y una desviación de su boca hacia un lado del mismo. Obviamente fue un hecho preocupante para todos porque fue algo que ocurrió en el grupo y a consecuencia de lo que ahí estaba sucediendo. Pero también es evidente que de esa manera esta persona no se vería obligada a decir algo para lo que no estaba preparada. El impedimento físico era algo que aparentemente estaba fuera de su control, aunque en realidad pudo no ser así.

Ella misma manifestó que la parálisis facial le había ocurrido en otras ocasiones y, con ayuda de los otros participantes del grupo, admitió que las situaciones de ansiedad tenían mucho que ver con ello. Ya Rogers (1990, p. 436) aportó evidencia acerca de que cualquier experiencia incompatible con la organización o estructura de la persona puede ser percibida como una amenaza, y cuanto más numerosas sean estas percepciones, más rigidamente se organizará la estructura de la persona para preservarse, pues si el yo no puede defenderse contra amenazas profundas, el resultado es un derrumbe catastrófico y una desintegración.

Sin aventurar posibles interpretaciones a esta actitud, y sin hablar tampoco de histerias o neurosis, acéptese solamente que esta persona hizo uso de un mecanismo de defensa que habitualmente utiliza para no enfrentarse con ella misma y mantener su equilibrio emocional. Un hecho que no se produjo a consecuencia del grupo, sino que éste representó el escenario ideal para manifestar un problema que ella traía consigo y que no estaba lista para afrontar.

Terminando la sesión, la parálisis desapareció y ella pudo seguir hablando normalmente. Y, por supuesto, a la siguiente sesión, que fue la última, no se presentó, aunque después acudió a disculparse argumentando "X" impedimento.

Otro hecho significativo que habla, a la vez, de la efectividad del grupo y de las consecuencias de éste, ocurrió un mes y tres días después de concluido el grupo de desarrollo. Todas las personas que participaron en él estuvieron a verme. Manifestando cierta ansiedad y sonriendo tímidamente, su primer comentario fue: "Queremos hablar contigo", y, más bajo: "Has creado unos monstruos".

Querían saber qué había pasado en el grupo que los había hecho cambiar tanto. Todos manifestaron sentirse confundidos y estar percibiendo en ellos un gran desequilibrio. Se sentían mucho muy sensibles. Todo les afectaba, lloraban y se molestaban "por cualquier cosa". Algunos tenían problemas con sus familiares y compañeros; otros se llevaban mejor con ellos, a otros todo les importaba poco. Pero, en general, todos habían cambiado drásticamente. Ese cambio, percibido por ellos, también fue percibido por la gente de su alrededor. Su familia y compañeros se los habían hecho notar.

Manifestaron no haberse imaginado que "esto" podía pasar. Creyeron que después del grupo "todo seguiría su curso", que no tendría mayor trascendencia: "había terminado y ya". Pero no fue así. Se sentían raros, diferentes; y les preocupaba cómo encauzar sus nuevas sensaciones. Se daban cuenta de que antes del grupo usaban alguna forma de defensa para que las cosas no les dañaran, pero ahora ya no podían hacerlo.

A algunos de ellos les gustaba ese cambio, hacían lo que realmente querían y se sentían bien, pero no podían dejar de sentir culpa y remordimiento. A otra persona no le gustaba el ser tan sensible, el llorar por todo cuando siempre fue tan fuerte, aunque consideró bueno el hecho de que ahora se lleva mejor con su padre.

Entre paréntesis, sería importante considerar a este respecto la importancia de la cultura en la conformación de los valores individuales. Parece ser una creencia común que en nuestro país el sentimiento de inferioridad "asume las proporciones de una deficiencia colectiva" (Ramos, 1976, p. 111). Aunque Díaz-Guerrero es más preciso al hablar de dos rasgos importantes de la psicología del mexicano: la obediencia y la abnegación. El primero, considerado una virtud, y el segundo, una reacción de todos los mexicanos.

Para este importante investigador de la psicología del mexicano, "ésta es la tendencia fundamental... y fue también la que confundió Samuel Ramos con un complejo de inferioridad y Octavio Paz con que somos hijos de la nada, que somos serviles, que somos lo

peor” (V. López, 1997, pp. 10-11). Para Samuel Ramos, el complejo de inferioridad se ha considerado resultado de un destino histórico superior a las voluntades individuales. Este sentimiento de inferioridad, con sus concomitantes reacciones corporales, que el mexicano asume y que Ramos considera ardidés instintivos para proteger al “yo” de sí mismo, se suma al sentimiento de culpa, que también parece ser un rasgo del carácter mexicano. Sentimiento que se maximiza cuando el individuo percibe estar actuando en forma contraria a los valores de sumisión y dependencia que también han sido formados culturalmente. Esta idea se ve reflejada en los sentimientos experimentados por los participantes del grupo al actuar en forma más acorde con su verdadero sí mismo. De alguna manera perciben en su inconsciente que están actuando de una forma no aceptada socialmente. Como que ser congruente con lo que uno experimenta organicamente no es “correcto”, “no está bien”. Sin embargo, el mismo Ramos (1976, p. 101) parece apoyar la idea sostenida a lo largo de este trabajo, al afirmar que “cuando los complejos depresivos se desvanecen, desaparecerá automáticamente el falso carácter que, como un disfraz, se superpone al ser auténtico de cada mexicano para compensar los sentimientos de desvalorización que lo atormentan”.

Por su parte, Díaz-Guerrero argumenta, basándose en una serie de importantes y reveladores estudios que investigadores de la Universidad Nacional Autónoma de México y del Instituto Nacional de Ciencias del Comportamiento y de la Actitud Pública, A. C. (INCCAPAC), han realizado a fin de conocer las maneras de ser típicas del mexicano, que “lo que a primera vista parecía un complejo de inferioridad, es sólo una actitud... que consiste en no saber valorar la importancia del individuo, ya que lo importante en México no es cada persona, sino la familia que éste forme” (1986).

Esta característica, de acuerdo con el autor, proviene de la filosofía de vida propia de la cultura mexicana, que se transmite de generación en generación. Y, dado que la cultura es un resultado de la historia de cada nación, Díaz-Guerrero y Ramos coinciden y aciertan al considerar los rasgos mexicanos como resultado de “un destino histórico superior a las voluntades individuales”.

En nuestra cultura, de acuerdo con Díaz-Guerrero, la mayor parte de los dichos, proverbios y moralejas que están presentes en nuestra ideología y que guían nuestro ser y hacer, así como las ideas y creencias que se tienen acerca de los “deberes” que entre sí tienen las madres y los padres, los padres y los hijos, y las hermanas y los hermanos en México, son heredadas de nuestros antepasados y conforman el amplio bagaje de la tradición mexicana.

A partir de esta premisa, que relaciona la cultura con la personalidad de los miembros de una nación, Díaz-Guerrero llevó a cabo una serie de estudios que aportan datos fundamentales para comprender la psicología del individuo, particularmente, mexicano. Así, evidenció la existencia de cuando menos ocho tipos de mexicanos y varias mezclas más de estos tipos, los cuales resultan del grado hasta el cual los mexicanos aceptamos nuestra cultura. Los nombres dados a estos tipos son: 1) el tipo de mexicano pasivo, obediente y afiliativo (afectuoso); 2) el tipo de mexicano rebelde, activamente autoafirmativo; 3) el tipo de mexicano con control interno, activo; 4) el tipo de mexicano con control externo, pasivo;

5) el tipo de mexicano cauteloso, pasivo; 6) el tipo de mexicano audaz, activo; 7) el tipo de mexicano activo autónomo, y, por último, 8) el tipo de mexicano pasivo interdependiente. De estos tipos, los cuatro primeros parecen ser los que describen a la gran mayoría de los mexicanos, y están presentes tanto en hombres como en mujeres. Para conocer las definiciones y características de cada tipo, consúltese la obra ya citada del autor, ya que en este lugar no es posible abundar más.

Lo que sí se retomará son los resultados encontrados por Díaz-Guerrero, con respecto al yo del mexicano, los cuales resultan de interés por lo reveladores que son y sirven de apoyo al intento aquí planteado de encontrar maneras de fortalecer dicho yo o autoconcepto.

De un estudio realizado en 1967, relacionado con el concepto del propio yo, en el que participaron 400 adolescentes mexicanos, estudiantes de secundaria en la capital de la República Mexicana, y que, al mismo tiempo, se realizó en 20 distintas naciones del mundo, se encontró que entre los adolescentes de las 20 naciones, los mexicanos valoran su propio yo de forma tal que ocupan el penúltimo (19º) lugar en tal valoración.

“Estos hechos -dice Díaz-Guerrero- nos obligan a tomar en serio y a estudiar más a fondo el problema del yo mexicano, no porque provoquen sorpresa en nuestro medio, ya que mucho se ha hablado del complejo de inferioridad del mexicano, de su minusvalía, de las máscaras que utiliza para esconder su yo, etc., sino porque viene a ser una confirmación, a través de metodología rigurosa, de algo que parecía característico de nuestra nacionalidad” (1986, p. 196).

La bajísima posición que ocupó la valoración del propio yo en el adolescente mexicano, se evidenció también en su relación con otros conceptos, tales como el continuo de la edad; el parentesco; la masculinidad y femineidad; el yo, el otro y los demás; así como las diversas ocupaciones, en las tres dimensiones estudiadas: evaluación, potencia y dinamismo.

El lugar que ocupa el concepto del yo dentro de la categoría de conceptos del continuo de edad es el número 16 de 18, sólo la vejez y la muerte tienen una evaluación más baja que la del yo en el mexicano.

Con relación al poder o potencia del concepto del yo, en asociación con los demás conceptos de la categoría del continuo de edad, los mexicanos ocupamos el décimoprimer lugar de los 18 conceptos, apenas arriba de conceptos de debilidad clara tales como bebé, niño, abuelo, abuela, gente vieja y vejez. La posición media a este respecto alrededor del mundo es de 7.3. La posición que tiene México no sólo está significativamente por debajo del promedio mundial, sino que apenas está arriba de tres culturas-lenguajes en el mundo.

La posición en dinamismo obtenida por México fue la número siete de 18. La posición media de dinamismo para el concepto del yo alrededor del mundo fue de 5.5; en este sentido, no andamos tan mal.

Con respecto a la intensidad del significado afectivo del yo, la media mundial es de 9.5, mientras que México, con su posición número 17, de 18 posibles lugares, tiene para el concepto del yo el más bajo significado afectivo de los 20 lenguajes-culturas utilizados en el estudio. Como dijera Díaz-Guerrero, “da tristeza ver la escasa intensidad relativa del significado afectivo del yo en nuestros jóvenes estudiantes...” (1986, p. 208).

Al examinar el concepto del yo en relación con la categoría de familiares y parientes, se encontró que el adolescente mexicano se percibe a sí mismo como un cero a la izquierda; apenas si logra superar en evaluación al, en nuestro medio, peyorativo concepto *suegra*. El promedio de la posición mundial del concepto del yo en este ámbito es de 12. México, con su décimonoveno lugar, apenas supera a los adolescentes hindúes.

En relación con el poder, el concepto que el adolescente tiene de su yo queda en décimocuarto lugar. En comparación con la posición media del yo en poder alrededor del mundo, sólo hay dos naciones en las que el poder del yo de los sujetos está más bajo que en México.

La posición del concepto del yo en dinamismo obtenida por México fue 7, la media mundial es de 6. Al menos para esta condición, los jóvenes adolescentes mexicanos ocupan una posición cercana al promedio mundial.

La intensidad del significado afectivo del concepto del yo también es mínima. En comparación con el resto del mundo (media de 9.6), nuestro lugar (17) es muy bajo.

El análisis del concepto del yo en relación con la categoría de conceptos de masculinidad y femineidad también fue bastante revelador. Una vez más, el concepto del yo caé en el décimoquinto lugar de valoración, sólo dos lugares por encima del último. La media mundial es de 9.6 y la posición que ocupan los adolescentes mexicanos es la más baja en todo el mundo.

En la dimensión de poder del concepto del yo, los adolescentes mexicanos ocuparon la posición 10 de 17, por debajo de conceptos masculinos y de la mayoría de la gente. La media alrededor del mundo para esta dimensión es de 7.4, la posición 10 que ocupa México significa que estamos a sólo dos escalones del último lugar. La situación en poder del yo de nuestros adolescentes se explica en términos de su evidente actitud de respeto y obediencia hacia los mayores, hacia las figuras que tienen autoridad dentro de la familia y hacia los padres. Esta actitud de reverencia es, según el autor, probablemente la culpable de la insignificancia de su yo.

En la dimensión dinamismo del concepto del yo, nos encontramos nuevamente en el promedio mundial, con un lugar 7 de 6.4 que es el promedio.

En intensidad afectiva del concepto del yo en el adolescente mexicano, en comparación con los conceptos de la categoría masculinidad-femineidad, se obtuvo la posición 15 de 17,

sólo arriba de conceptos como viudo y viuda. Además, el concepto que el adolescente tiene de sí mismo se parece, más que a ningún otro, al concepto de *la mayoría de la gente*. Esta es una característica más del concepto del yo mexicano, su significado afectivo es muy semejante al significado afectivo que se daría a cualquier persona.

La comparación del concepto del yo con las categorías yo, el otro y los demás, así como con las ocupaciones, siguen un patrón similar a los ya considerados. La dimensión dinamismo es la mejor parada entre las demás.

Ante datos tan reveladores, Díaz-Guerrero se cuestiona si el yo del mexicano es así por modestia y humildad o por apocamiento (complejo de inferioridad) insuficiencia e insignificancia. Su respuesta favorece la primera acepción. De acuerdo con él:

“ el valor y la potencia que los mexicanos se dan a sí mismos, parecen estar entrañablemente ligados a personas y símbolos que, en su afecto o en su fé, son milagrosamente buenos y poderosos. El mexicano, individualmente, es poco e insignificante porque por humildad se ha impuesto esta insuficiencia, escasez y reducción a fin de destacar mejor la grandeza e inmensidad de los símbolos en los que cree: Dios, la Virgen, los santos, las iglesias, la pirámide, y en personas e instituciones que lo son casi todo para él: la madre, el padre, el hermano mayor y, particularmente, la familia” (1986, p. 236)..

Las características del yo del mexicano provienen de factores históricos, culturales, sociales y económicos, más que meramente individuales, por ello Díaz-Guerrero se pregunta “¿Qué es lo que se puede hacer, qué tipo de terapia nacional o qué tipo de socioterapia tendrá que instituirse, si se considera importante -para el desarrollo de nuestro país- que se modifique la ínfima concepción de nuestro yo?” (*ibid.*, p. 238).

Obviamente, como él mismo reconoce, no es tan simple contestar preguntas como hacerlas, pero se aventura a proponer que la socioterapia debe ser dirigida específicamente a buscar maneras adecuadas para impedir que se sigan reproduciendo, generación tras generación, estas condiciones de minusvalía e impotencia en los mexicanos.

Una variable importante a este respecto, consiste en buscar maneras de intervenir en la interacción madre-hijo, así como familiar, desde la temprana infancia, ya que es ahí donde se inician y establecen las conductas y actitudes que guiarán al individuo por la vida.

Otra variable, de acuerdo con el autor, podría ser ofrecer cursos a nivel secundaria y preparatoria, “acerca de las verdades que sobre el mexicano hemos ido descubriendo y las razones de su existencia” (*ibid.*, p. 240).

Lo importante parece ser combatir la actitud irresponsable con respecto a las propias acciones y obligaciones, las cuales se hacen recaer en los padres, la familia, la divinidad o el

destino, a fin de lograr un México “verdaderamente humanista y desarrollado” (*ibid.*, p. 241).

Particularmente, me atrevo a sugerir que los grupos de desarrollo humano son también una alternativa de peso, pues se ha demostrado que a través de ellos los participantes aprenden a tomar las riendas de su vida más responsablemente. Son más capaces de tomar las decisiones que para ellos son mejores y de actuar de una manera más autodirigida.

Volviendo al análisis interrumpido por el “paréntesis cultural”, quiero decir que el hecho referido con anterioridad en relación con la visita de los participantes del grupo fue, no obstante, sorprendente para mí. Sorprendente por inesperado; pero me dio la oportunidad de evaluar desde otro punto de vista las implicaciones del grupo desarrollado, así como de concluir algo que, quizá por la premura con que finalizó el grupo, quedó truncado.

Traté de explicarles que lo que ellos estaban experimentando era, de acuerdo con la teoría planteada por Rogers, parte de un proceso; del proceso de llegar a vivir más plenamente. Y que ese proceso, por la reorganización que implica, muchas veces es doloroso, pero en ellos está la responsabilidad de sus propias acciones y emociones, así como el actuar de acuerdo a lo que orgánicamente consideren más conveniente.

Y es que, en verdad, lo que los muchachos experimentaron es algo que se ha descrito como parte del proceso de convertirse en persona. El desarrollo del grupo y el cambio sufrido ocurre realmente tal como se describe en la teoría y en la investigación (V. Rogers, 1989a).

A pesar de ello, me preocupa el pensar si tuve derecho de provocar, en cierto sentido, en los muchachos la sensación que experimentan. Me pregunté si no les habré hecho más daño que bien. Particularmente creo que es un bien, pero ellos, en el momento de acudir a verme, pudieron no experimentarlo así. Por tal motivo, les pregunté si sentían que habían sido inducidos a un cambio que no deseaban, que si sentían que se había experimentado con ellos o que de alguna manera se les manipuló. Todo lo negaron. Dijeron que ni siquiera lo habían pensado, sólo que este cambio era tan fuerte y de tal trascendencia, que los descontrolaba y confundía. No sabían explicarlo, pero dado que a todos les sucedía, se lo atribuyeron a la experiencia grupal, aún cuando no entiendan qué es lo que ahí pasó que tuvo tales consecuencias. Les gustaba ir al grupo, les hacía sentir bien, salían felices, pero ahora quizá lo extrañaran.

Esta experiencia, sin embargo, me obliga a cuestionarme qué es lo que realmente aprendieron los participantes en el grupo. ¿Aprendieron a sentir más sensiblemente? ¿A decir lo que sienten y piensan? ¿Modificaron su autoconcepto? ¿Lo desestabilizaron más que fortalecerlo?

Que aprendieron a sentir más sensiblemente, es un hecho innegable, como también lo es el haber aprendido a decir lo que realmente sienten. Esto en sí es ya un indicador de un

acercamiento a los estratos más internos del *self*, aquellos que tienen que ver con el único y verdadero sí mismo. En este sentido, están más cerca de ser verdaderas personas, con la acepción que ha dado Rogers al término (y con la que acuerdo plenamente), pues están más abiertos a sus experiencias; parecen haber aprendido a percibir las sin distorsiones debidas a la acción de mecanismos de defensa, a vivirlas plenamente sin cerrarles el paso a su conciencia. De esta manera, están en el camino de lo que Rogers llama "la vida plena", la cual, como ya se dijo, no se caracteriza por la felicidad, resignación, bienaventura o satisfacción, aun cuando todos estos sentimientos puedan experimentarse en un momento dado. Es más bien un proceso inquietante y a veces doloroso que, verdaderamente -y tal como lo dijera Rogers-, no es para cobardes, pues implica vivir más íntima y profundamente todos los sentimientos, sean de la índole que sean.

Con todo esto me resulta aceptable que, en efecto, hubo modificación en el autoconcepto, pero, al parecer, la desestabilización del mismo es un paso en el camino de su fortalecimiento.

Se precisaría un seguimiento de las personas que participaron en el grupo, para evaluar en qué medida se mantienen estos cambios, sin embargo ello no es tema de este trabajo. Lo importante es que los muchachos parecen haber aprendido el valioso consejo socrático de conocerse a sí mismos, y lo practican con honradez y valentía; de esta manera están más cerca de librar los complejos que habían cohibido el desarrollo de su ser verdadero, lo cual -de acuerdo con Ramos- se precisa para comenzar una nueva vida bajo la constelación de la sinceridad. Y, según cita de Ramos, para R. Dario "ser sincero es ser potente" (1976, p. 101), con lo cual estoy en pleno acuerdo.

Para concluir este apartado, parece necesario intentar explicar por qué razón no se modificaron las otras tres dimensiones que evaluó el Inventario de Autoconcepto: La Autoimagen Social, el Estado Anímico y los Sentimientos de Inconformidad con respecto a la Autoimagen Física.

Lo primero que se me ocurre es que para generar un cambio en todas estas dimensiones, es fundamental modificar, en primer lugar, la Autoimagen Individual. Creo que en el momento en que la imagen de uno mismo se reestructure, será posible reestructurar la propia imagen en relación con los demás, se podrá poseer un nuevo estado de ánimo y los sentimientos de inconformidad con respecto a la imagen física se desecharán gradualmente.

Como ya se discutió, parece ser que con un mayor tiempo de duración de la experiencia grupal, hubiera sido posible observar cambios más significativos.

Además, dado que el grupo se desarrolló a partir de una filosofía personalizada, en donde se privilegió el valor de la persona individual, es comprensible que los cambios más notables se dieran precisamente en este aspecto.

Personalmente puedo decir que, según mi visión fenomenológica del proceso de desarrollo de cada participante, sí observé cambios en cada una de las dimensiones

contempladas, sin embargo, éstos no fueron estadísticamente significativos. Aunque ellos hayan empezado a verse de manera diferente en relación con los demás, aunque hayan expresado ideas más positivas acerca de su sentir y aunque hayan empezado a valorarse físicamente en términos más positivos, el instrumento no captó la especificidad de tales principios.

CONCLUSIONES

Para concluir este trabajo, quisiera hacer hincapié en el valor de un autoconcepto fortalecido y congruente con la experiencia organísmica y visceral del individuo, para favorecer un desarrollo pleno de las potencialidades humanas. En términos generales, hacia allá va dirigida la labor del psicólogo en terapia, pero los psicólogos, particularmente clínicos, podríamos ser útiles no sólo a los clientes o pacientes que expresamente deciden acudir a psicoterapia, sino además a otros individuos que van por la vida ostentando un equilibrio y una adaptación psicológica tambaleantes, y que no pueden o no entra en sus planes pagarse una psicoterapia.

Un mecanismo económico y que puede reportar ventajas considerables, es el trabajo en grupos de desarrollo como el que aquí se ha contemplado. Este tipo de grupos puede llevarse a cabo en una variedad de ámbitos donde convivan personas: en escuelas, industrias, hospitales, colonias e incluso comunidades. Para obtener beneficios de ellos, sólo se precisan tres condiciones en la personalidad de quien pretenda coordinarlos: la congruencia o autenticidad, la comprensión empática y la valoración positiva incondicional. Estas actitudes, como ya lo estipulara Rogers, deben ser percibidas por las personas con quienes se encuentre en relación, y así, como por arte de magia, las personas desarrollarán en sí mismas esas actitudes que son inherentes a su condición humana. Ellas mismas les ayudarán, primero, a conocerse mejor, en forma más real y menos distorsionada por los prejuicios formativos familiares, escolares y culturales; y después, a percibirse a sí mismos de una nueva manera, más coherente, más integrada y más congruente con su verdadero sí mismo. De esta manera su comportamiento se orientará en la misma dirección.

Obviamente, esta visión se sustenta en una postura existencial-humanista de la psicología y del ser humano. Una postura en la que este ser humano es el centro de todo y el más importante.

Un ser humano libre y autónomo, responsable de sí mismo y capaz de tomar las decisiones más idóneas para su propia conservación y desarrollo.

Una postura que sólo puede ser posible en un ambiente democrático y estimulador del crecimiento y desarrollo de todas las potencialidades humanas, con miras a la autorrealización y trascendencia.

Esta filosofía, que pretende hallar el sentido de la existencia humana, plantea preguntas intemporales, que valen lo mismo para todas las épocas. Preguntas tales como ¿Qué es el hombre?, ¿qué es lo humano?, ¿cómo hacer de la vida del hombre algo profundo y significativo?. Son preguntas que, como dijera Ramos, brotan con el ser y la naturaleza humana, de ahí su valor y significación. Y son también preguntas que todo individuo se plantea con respecto a sí, cuando intenta evaluar su concepto de sí mismo y pretende que éste refleje realmente lo que él es, sus estratos más internos y espirituales.

Los grupos de desarrollo humano son -a mi parecer- un escenario ideal para este tipo de reflexiones y, como se ha demostrado aquí, pueden ayudar a modificar la autoimagen individual, haciéndola más positiva y centrada en la persona de cada quien, lo cual es importante dado que dependiendo de cómo uno se conciba, orientará su comportamiento e influirá en la forma en que los demás lo conciban.

En síntesis, y de acuerdo con los resultados obtenidos a partir de los análisis estadísticos realizados, puede decirse que si bien los grupos de desarrollo humano no bastan para modificar positivamente todas las áreas del autoconcepto de las personas que participan en ellos, sí son capaces de generar cambios en la variable Autoimagen Individual, y estos cambios son en sentido positivo. Es decir, las personas aprenden a verse de una forma más positiva y apegada a su particular experiencia organísmica.

Además, parece probable que mientras mayor sea la duración de la experiencia grupal, más evidentes serán tales cambios.

SECCIÓN
DE
ANEXOS

ANEXO NÚMERO 1. INSTRUCCIONES PARA LA PRIMERA VERSIÓN DEL INSTRUMENTO.

INSTRUCCIONES

De las 100 afirmaciones contenidas en las tarjetas, selecciona las que más te representen en este momento y distribúyelas en nueve grupos que vayan desde las frases más características de tí mismo hasta las menos características. Cada grupo, de los nueve que hagas, debe contener el número de tarjetas que a continuación se anota:

Más característico	Grupo	No. de tarjetas
	1	1
	2	4
	3	11
	4	21
	5	26
	6	21
	7	11
	8	4
Menos característico	9	1

HOJA DE RESPUESTAS

Nombre: _____
 Edad: _____ Sexo: _____ Carrera: _____

Tarjeta	Grupo	Tarjeta	Grupo	Tarjeta	Grupo
1		11		21	
2		12		22	
3		13		23	
4		14		24	
5		15		25	
6		16		26	
7		17		27	
8		18		28	
9		19		29	
10		20		30	

Tarjeta	Grupo	Tarjeta	Grupo	Tarjeta	Grupo
31		41		51	
32		42		52	
33		43		53	
34		44		54	
35		45		55	
36		46		56	
37		47		57	
38		48		58	
39		49		59	
40		50		60	

Tarjeta	Grupo	Tarjeta	Grupo	Tarjeta	Grupo
61		71		81	
62		72		82	
63		73		83	
64		74		84	
65		75		85	
66		76		86	
67		77		87	
68		78		88	
69		79		89	
70		80		90	

Tarjeta	Grupo
91	
92	
93	
94	
95	
96	
97	
98	
99	
100	

**FRASES QUE SE INCLUYERON EN LAS TARJETAS PARA LA PRIMERA
VERSIÓN DEL INSTRUMENTO.**

1. "Soy una persona sumisa"
2. "Pocas veces confío en mis emociones"
3. "Me siento tranquilo y nada me molesta"
4. "El sexo me inspira temor"
5. "En general, me gusta la gente"
6. "Tengo una personalidad atractiva"
7. "Tengo miedo de lo que los demás piensen de mí"
8. "A menudo me siento resentido"
9. "Soy sexualmente atractivo"
10. "En realidad estoy alterado"
11. "Me siento incómodo hablando con la gente"
12. "Tengo confianza en mí mismo"
13. "Me gusta enfrentar los retos"
14. "Confío en mis emociones"
15. "Me siento culpable"
16. "Me siento cómodo conmigo mismo"
17. "Hay cosas de mí que me disgustan"
18. "Puedo expresar con seguridad mis ideas y pensamientos"
19. "Expreso libremente mis sentimientos y emociones"
20. "Acepto mis limitaciones"
21. "Me cuesta trabajo expresar mis pensamientos"
22. "Me siento insignificante"
23. "Soy poco afecto a expresar mis emociones y sentimientos"
24. "Puedo decir a las personas lo que siento de ellas"
25. "Me desagrada hablar de mí"
26. "Me cuesta trabajo tomar decisiones"
27. "Puedo elegir cuando así se requiere"
28. "Me siento seguro de mí mismo"
29. "Pienso que los demás encontrarán cosas interesantes en mí"
30. "Me gusta ayudar a los demás"
31. "Quisiera ser más alto"
32. "Quisiera ser diferente de lo que soy"
33. "Me siento a disgusto conmigo mismo"
34. "Quisiera ser mejor de lo que soy"
35. "Hay veces que me resulta difícil entenderme"
36. "Me parece que los demás rehuyen mi compañía"
37. "Tengo muy pocos amigos"

38. "Me considero una persona agradable"
39. "La gente me admira"
40. "A veces siento que no soy yo"
41. "Me preocupa lo que los demás piensen de mí"
42. "Soy responsable"
43. "Me gusta que otros decidan por mí"
44. "Las críticas me hacen sentir mal"
45. "Me siento incómodo cuando los demás hablan de mí"
46. "Me gusta estar en contacto con la gente"
47. "Soy muy popular"
48. "Me preocupo por los demás"
49. "Generalmente me importa poco lo que digan los demás"
50. "Detesto la irresponsabilidad"
51. "Soy una persona aprensiva"
52. "Soy alegre"
53. "Trato de comprender a mis semejantes"
54. "Soy irritable"
55. "Soy inflexible"
56. "Me siento abatido"
57. "Me disgusta el egoísmo"
58. "La gente se dirige a mí con frecuencia para solicitar mi ayuda"
59. "Me gusta que la gente confíe en mí"
60. "Me siento a disgusto en contacto con los demás"
61. "Acepto críticas"
62. "Me gusta recibir halagos"
63. "Me considero flojo e irresponsable"
64. "Soy impredecible"
65. "Pocas veces sé cómo voy a reaccionar"
66. "Siempre actúo en forma ordenada y sistemática"
67. "Soy idealista"
68. "Confío siempre en los demás"
69. "Me incomoda la gente falsa"
70. "Muchas veces me siento solo"
71. "Creo que puedo aprender de la gente"
72. "Me disgusta compartir mis cosas"
73. "Me considero un triunfador"
74. "Soy realista"
75. "Me gusta compartir con los demás"
76. "Me da rabia la injusticia"
77. "Me considero un perdedor"
78. "Acepto mis errores"
79. "Me gusta soñar que la vida puede ser mejor"
80. "Me gusta ser original"

81. "Hay personas a quienes me gusta parecerme"
82. "Me considero una persona independiente"
83. "Me siento hastiado de todo"
84. "Generalmente trato de superarme"
85. "Valoro la rectitud"
86. "Siempre estoy seguro de lo que hago"
87. "Busco siempre la perfección"
88. "Me considero inferior a mis compañeros"
89. "Me siento parte de mi grupo de compañeros"
90. "Me gusta sobresalir"
91. "Respeto la libertad"
92. "A veces me siento fuera de la realidad"
93. "Me gusta ponerme metas y cumplirlas"
94. "Me siento confundido"
95. "Creo que los demás abusan de mí"
96. "Quisiera tener mucho prestigio"
97. "Tengo fé en los demás"
98. "Soy impulsivo"
99. "Me siento desesperado a menudo"
100. "Creo que soy un tanto inmaduro para mi edad"

ANEXO NÚMERO 2. SEGUNDA VERSIÓN DEL INSTRUMENTO.

INVENTARIO A. C.

NOMBRE: _____
EDAD: _____ **CARRERA:** _____
TELEFONO: _____

INSTRUCCIONES:

El presente inventario contiene una serie de frases que pueden estar muy cerca o muy lejos de lo que usted es. Delante de cada frase encontrará una numeración que va del 1 al 9. Por favor, piense qué tan característico de usted mismo es cada frase y marque con una X un sólo número según su preferencia. El número 1 representa lo más, más característico y el 9 lo menos, menos característico. Los números intermedios representan niveles dentro de los mismos. Mientras mayor es el número, menos característico de uno es esa frase.

El siguiente ejemplo le permitirá comprender mejor la forma en que deberá dar sus respuestas:

EJEMPLO:

- "*Soy una persona chismosa*" 1 2 ~~X~~ 4 5 6 7 8 9

Esta persona indica con su respuesta que se considera chismosa. Si se considerara muy, muy chismosa hubiera marcado así: ~~X~~ 2 3 4 5 6 7 8 9. En cambio, si considerara que no es para nada chismosa, marcaría como sigue: 1 2 3 4 5 6 7 8 ~~X~~. Si creyera que es chismosa en una pequeña cantidad marcaría así: 1 2 3 4 5 6 ~~X~~ 8 9 ó así : 1 2 3 4 5 6 7 ~~X~~ 9.

Si el ejemplo le ha quedado claro, por favor proceda a contestar de la manera más honrada posible. No se tome demasiado tiempo para hacerlo, marque lo que se le ocurra primero. No hay respuestas buenas ni malas, lo que usted conteste será muy particularmente suyo.

1. "Soy una persona sumisa"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. "Pocas veces confío en mis emociones"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. "Me siento tranquilo y nada me molesta"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. "El sexo me inspira temor"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. "En general, me gusta la gente"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. "Tengo una personalidad atractiva"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. "Tengo miedo de lo que los demás piensen de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. "A menudo me siento resentido"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. "Soy sexualmente atractivo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. "En realidad estoy alterado"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. "Me siento incómodo hablando con la gente"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. "Tengo confianza en mí mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. "Me gusta enfrentar los retos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. "Confío en mis emociones"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. "Me siento culpable"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. "Me siento cómodo conmigo mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. "Hay cosas de mí que me disgustan"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. "Puedo expresar con seguridad mis ideas y pensamientos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19. "Expreso libremente mis sentimientos y emociones"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20. "Acepto mis limitaciones"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21. "Me cuesta trabajo expresar mis pensamientos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22. "Me siento insignificante"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23. "Soy poco afecto a expresar mis emociones y sentimientos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24. "Puedo decir a las personas lo que siento de ellas"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25. "Me desagrada hablar de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26. Me cuesta trabajo tomar decisiones"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27. "Puedo elegir cuando así se requiere"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
28. "Me siento seguro de mí mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
29. "Pienso que los demás encontrarán cosas interesantes en mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
30. "Me gusta ayudar a los demás"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
31. "Quisiera ser más alto"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
32. "Quisiera ser diferente de lo que soy"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33. "Me siento a disgusto conmigo mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
34. "Quisiera ser mejor de lo que soy"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
35. "Hay veces que me resulta difícil entenderme"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
36. "Me parece que los demás rehuyen mi compañía"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
37. "Tengo muy pocos amigos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
38. "Me considero una persona agradable"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
39. "La gente me admira"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
40. "A veces siento que no soy yo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
41. "Me preocupa lo que los demás piensen de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
42. "Soy responsable"	1	2	3	4	5	6	7	8	9

43. "Me gusta que otros decidan por mí"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
44. "Las críticas me hacen sentir mal"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
45. "Me siento incómodo cuando los demás hablan de mí"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
46. "Me gusta estar en contacto con la gente"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
47. "Soy muy popular"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
48. "Me preocupo por los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
49. "Generalmente me importa poco lo que digan los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
50. "Detesto la irresponsabilidad"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
51. "Soy una persona aprensiva"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
52. "Soy alegre"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
53. "Trato de comprender a mis semejantes"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
54. "Soy irritable"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
55. "Soy inflexible"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
56. "Me siento abatido"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
57. "Me disgusta el egoísmo"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
58. "La gente se dirige a mí con frecuencia para solicitar mi ayuda"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
59. "Me gusta que la gente confíe en mí"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
60. "Me siento a disgusto en contacto con los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
61. "Acepto críticas"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
62. "Me gusta recibir halagos"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
63. "Me considero flojo e irresponsable"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
64. "Soy impredecible"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
65. "Pocas veces sé cómo voy a reaccionar"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
66. "Siempre actúo en forma ordenada y sistemática"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
67. "Soy idealista"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
68. "Confío siempre en los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
69. "Me incomoda la gente falsa"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
70. "Muchas veces me siento solo"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
71. "Creo que puedo aprender de la gente"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
72. "Me disgusta compartir mis cosas"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
73. "Me considero un triunfador"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
74. "Soy realista"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
75. "Me gusta compartir con los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
76. "Me da rabia la injusticia"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
77. "Me considero un perdedor"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
78. "Acepto mis errores"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
79. "Me gusta soñar que la vida puede ser mejor"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
80. "Me gusta ser original"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
81. "Hay personas a quienes me gusta parecerme"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
82. "Me considero una persona independiente"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
83. "Me siento hastiado de todo"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
84. "Generalmente trato de superarme"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
85. "Valoro la rectitud"	1 2 3 4 5 6 7 8 9

86. "Siempre estoy seguro de lo que hago"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
87. "Busco siempre la perfección"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
88. "Me considero inferior a mis compañeros"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
89. "Me siento parte de mi grupo de compañeros"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
90. "Me gusta sobresalir"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
91. "Respeto la libertad"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
92. "A veces me siento fuera de la realidad"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
93. "Me gusta ponerme metas y cumplirlas"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
94. "Me siento confundido"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
95. "Creo que los demás abusan de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
96. "Quisiera tener mucho prestigio"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
97. "Tengo fé en los demás"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
98. "Soy impulsivo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
99. "Me siento desesperado a menudo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
100. "Creo que soy un tanto inmaduro para mi edad"	1	2	3	4	5	6	7	8	9

**ANEXO NÚMERO 3. COMPOSICIÓN DEL INSTRUMENTO REPORTADO POR
LOS ANÁLISIS DE APROXIMACIÓN A LA VALIDEZ Y CONFIABILIDAD.**

INVENTARIO DE AUTOCONCEPTO

NOMBRE: _____
EDAD: _____ **CARRERA:** _____
TELEFONO: _____

INSTRUCCIONES:

El presente inventario contiene una serie de frases que pueden estar muy cerca o muy lejos de lo que usted es. Delante de cada frase encontrará una numeración que va del 1 al 9. Por favor, piense qué tan característico de usted mismo es cada frase y marque con una X un sólo número según su preferencia. El número 1 representa lo más, más característico y el 9 lo menos, menos característico. Los números intermedios representan niveles dentro de los mismos. Mientras mayor es el número, menos característico de uno es esa frase.

El siguiente ejemplo le permitirá comprender mejor la forma en que deberá dar sus respuestas:

EJEMPLO:

- "*Soy una persona chismosa*"

1 2 ~~X~~ 4 5 6 7 8 9

Esta persona indica con su respuesta que se considera chismosa. Si se considerara muy, muy chismosa hubiera marcado así: ~~X~~ 2 3 4 5 6 7 8 9. En cambio, si considerara que no es para nada chismosa, marcaría como sigue: 1 2 3 4 5 6 7 8 ~~X~~ Si creyera que es chismosa en una pequeña cantidad marcaría así: 1 2 3 4 5 6 ~~X~~ 8 9 ó así: 1 2 3 4 5 6 7 ~~X~~ 9.

Si el ejemplo le ha quedado claro, por favor proceda a contestar de la manera más honrada posible. No se tome demasiado tiempo para hacerlo, marque lo que se le ocurra primero. No hay respuestas buenas ni malas, lo que usted conteste será muy particularmente suyo.

1. "Me siento tranquilo y nada me molesta"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. "Tengo una personalidad atractiva"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. "Tengo miedo de lo que los demás piensen de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. "A menudo me siento resentido"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. "Soy sexualmente atractivo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. "Me siento incómodo hablando con la gente"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. "Tengo confianza en mí mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. "Me gusta enfrentar los retos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. "Me siento culpable"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. "Me siento cómodo conmigo mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. "Hay cosas de mí que me disgustan"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. "Puedo expresar con seguridad mis ideas y pensamientos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. "Expreso libremente mis sentimientos y emociones"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. "Acepto mis limitaciones"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. "Me cuesta trabajo expresar mis pensamientos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. "Me siento insignificante"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. "Me desagrada hablar de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. "Puedo elegir cuando así se requiere"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19. "Me siento seguro de mí mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20. "Pienso que los demás encontrarán cosas interesantes en mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21. "Me gusta ayudar a los demás"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22. "Quisiera ser más alto"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23. "Quisiera ser diferente de lo que soy"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24. "Me siento a disgusto conmigo mismo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25. "Quisiera ser mejor de lo que soy"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26. "Me parece que los demás rehuyen mi compañía"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27. "Tengo muy pocos amigos"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
28. "Me considero una persona agradable"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
29. "A veces siento que no soy yo"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
30. "Me preocupa lo que los demás piensen de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
31. "Soy responsable"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
32. "Me gusta que otros decidan por mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33. "Las críticas me hacen sentir mal"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
34. "Me siento incómodo cuando los demás hablan de mí"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
35. "Me gusta estar en contacto con la gente"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
36. "Detesto la irresponsabilidad"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
37. "Soy alegre"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
38. "Trato de comprender a mis semejantes"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
39. "Soy irritable"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
40. "Me siento abatido"	1	2	3	4	5	6	7	8	9
41. "La gente se dirige a mí con frecuencia para solicitar mi ayuda"	1	2	3	4	5	6	7	8	9

42. "Me gusta que la gente confie en mí"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
43. "Me siento a disgusto en contacto con los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
44. "Acepto críticas"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
45. "Me considero flojo e irresponsable"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
46. "Pocas veces sé cómo voy a reaccionar"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
47. "Soy idealista"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
48. "Me incomoda la gente falsa"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
49. "Muchas veces me siento solo"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
50. "Creo que puedo aprender de la gente"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
51. "Me disgusta compartir mis cosas"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
52. "Me considero un triunfador"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
53. "Soy realista"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
54. "Me gusta compartir con los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
55. "Me da rabia la injusticia"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
56. "Me considero un perdedor"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
57. "Me gusta soñar que la vida puede ser mejor"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
58. "Me gusta ser original"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
59. "Me siento hastiado de todo"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
60. "Generalmente trato de superarme"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
61. "Valoro la rectitud"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
62. "Siempre estoy seguro de lo que hago"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
63. "Busco siempre la perfección"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
64. "Me considero inferior a mis compañeros"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
65. "Me siento parte de mi grupo de compañeros"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
66. "Me gusta sobresalir"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
67. "Respeto la libertad"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
68. "Me gusta ponerme metas y cumplirlas"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
69. "Me siento confundido"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
70. "Creo que los demás abusan de mí"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
71. "Quisiera tener mucho prestigio"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
72. "Tengo fé en los demás"	1 2 3 4 5 6 7 8 9
73. "Me siento desesperado a menudo"	1 2 3 4 5 6 7 8 9

BIBLIOGRAFÍA

- Aisenson, K. A. (1982). **El yo y el sí mismo**. Buenos Aires, Amorrortu Editores.
- Allport, G. W. (1974). **Psicología de la personalidad**. Buenos Aires, Paidós.
- Allport, G. W. (1986). **La personalidad. Su configuración y desarrollo**. Barcelona, Herder.
- Anzieu, D. y Jacques-Yves, M. (1971). **La dinámica de los grupos pequeños**. Buenos Aires, Kapelusz.
- Back, K. (1979). "The Small Group-Tightrope Between Sociology and Personality". **Journal of Applied Behavioral Science**; 15(3), 283-294.
- Bion, W. (1990). **Experiencias en grupos**. México, Paidós.
- Bornstein, R. F. (1993). "Dependency and Patienthood". **Journal of Clinical Psychology**. 49 (3); 397-406.
- Cappon, J. (1984). **El movimiento de encuentro en psicoterapia de grupo. Descripción y análisis crítico**. México, Trillas.
- Cartwright, D. y Zander, A. (1983). **Dinámica de grupos. Investigación y Teoría**. México, Trillas.
- Castaño, A. D., Sánchez, B. G. y Wicab, G. J. (1981). **Desarrollo social y organización**. México, I.E.E.
- Crayg-Bray, L. y Adams, G. R. (1986). "Different Methodologies in the Assessment of Identity: Congruence Between Self-Report and Interview Techniques?". **Journal of Youth and Adolescence**. 15(3); 191-204.
- Díaz-Guerrero, R. (1986). **Psicología del Mexicano**. 4a. ed. México, Trillas.
- **Diccionario Enciclopédico Salvat**. (1985). Barcelona, Salvat Editores, S. A., vol. 11.

- **Dies, R. (1979).** "Group Psychotherapy: Reflections on Three Decades of Research". **Journal of Applied Behavioral Science.** 15(3); 361-373.
- **Erikson, E. H. (1989).** **Identidad, juventud y crisis.** España, Taurus Humanidades.
- **Estrada, J. (1995).** "Aprendizaje y Desarrollo Humano". **Memorias del Foro sobre el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje.** México. Universidad Iberoamericana. Centro de Didáctica.
- **Fromm, E. (1987).** **El amor a la vida.** México, Paidós.
- **Gadzella, B.; Williamson, D. y Ginther, D. (1985).** "Correlations of Self-Concept with Locus of Control and Academic Performance". **Perceptual and Motor Skills.** 61; 639-645.
- **Gibb, J. (1990).** "Efectos del Entrenamiento en las Relaciones Humanas". **Desarrollo del potencial humano.** Vol.1. Juan Lafarga y José Gómez del Campo (Comps.) México, Trillas, pp. 147-191.
- **Goble, F. (1977).** **La tercera fuerza. La psicología propuesta por Abraham Maslow.** México, Trillas.
- **Gondra, R. J. M. (1978).** **La psicoterapia de Carl R. Rogers. Sus orígenes, evolución y relación con la psicología científica.** España, Desclée de Brouwer.
- **Goodstein, L. y Davico, M. (1979).** "The Decline and Fall of the Small Group". **Journal of Applied Behavioral Science,** 15(3), 320-328.
- **González, N. J., Monroy, A. y Silberstein, K. E. (1994).** **Dinámica de grupos. Técnicas y tácticas.** México, Pax.
- **Hamachek, D. E. (1981).** **Encuentros con el yo.** México, Interamericana.
- **Hewitt, P. L. y Genest, M. (1990).** "The Ideal Self: Schematic Proscesing of Perfectionistic Content in Dysphoric University Students". **Journal of Personality and Social Psychology.** 59(4); 802-808.
- **Howard, J. (1977).** **Tóqueme por favor. Reportaje sobre el Movimiento de Potencial Humano.** Barcelona, Kairós.
- **Hurley, J. R. (1986).** "Leader's Behavior and Groups Members' Interpersonal Gains". **Group.** Vol. 10; 61-176.

- **Hurley, J. R.** (1989). "Affiliativeness and Outcome in Interpersonal Groups: Members and Leader Perspectives". **Psychotherapy**. 26(4), 520-523.
- **Hurley, J. R.** (1991). "Self-Acceptance, Acceptance of Other, and SYMLOG: Equivalent Measures of the Two Central Interpersonal Dimensions?". **Journal of Clinical Psychology**. 47(4); 576-582.
- **Kahn, E.** (1989). "Heinz Kohut and Carl Rogers: Toward a Constructive Collaboration". **Psychotherapy**. 26(4), 555-563.
- **Kerlinger, F. N.** (1975). **Investigación del comportamiento. Técnicas y Metodología**. México, Interamericana.
- **Lafarga, C. J. y Gómez del Campo, J.** (Comps). (1989). **Desarrollo del potencial humano. Aportaciones de una Psicología Humanista**. México, Trillas, vol. 2.
- **Lafarga, C. J. y Gómez del Campo, José.** (Comps). (1990a). **Desarrollo del potencial humano. Aportaciones de una Psicología Humanista**. México, Trillas, vol. 1.
- **Lafarga, C. J.** (1990b). **Más allá de la Psicoterapia tradicional**. Trabajo presentado en el Primer Congreso Nacional de Psicoanálisis Humanista.
- **La Rosa, J. y Díaz-Loving, R.** (1991). "Evaluación del Autoconcepto: Una Escala Multidimensional". **Revista Latinoamericana de Psicología**. 23(1); 15-33.
- **Lerner, M.** (1974). **Introducción a la Psicoterapia de Rogers**. Buenos Aires, Nueva Visión.
- **López, M.** (1997). "Rogelio Díaz-Guerrero, primer psicólogo distinguido como investigador nacional emérito por el SNI". En: **Gaceta UNAM**. No. 3,086; 10 de marzo. Ciudad Universitaria, pp. 10-11.
- **Luft, J.** (1986). **Introducción a la Dinámica de Grupos. Los pequeños grupos y su rol en la práctica social y educativa**. Barcelona, Herder.
- **Norusis, M. J.** (1993). **SPSS for Windows Base System User's Guide Release 6.0**. Chicago, Illinois.
- **Oñate, M. P.** (1989). **El autoconcepto. Formación, medida e implicaciones en la personalidad**. Madrid, Narcea, S. A. de Ediciones.
- **Pahkinen, T. y Cable, A.** (1990). "A 5-year Follow-up Study of Psychotherapy. The Stability of Changes in Self-Concept". **Psychotherapy and Psychosomatics**. 54(4); 193-200.

- **Pervin, L. A. (1979). *Personalidad: Teoría, diagnóstico e investigación*. España, Desclée de Brower.**
- **Ramos, S. (1976). *El perfil del hombre y la cultura en México*. México, España-Calpe Mexicana, S. A.**
- **Rioch, M. (1975). "The Work of Wilfred Bion on Groups". *Group Relations Reader*. California, Grex.**
- **Rogers, C. R. (1978a). *Grupos de encuentro*. Buenos Aires, Amorrortu Editores.**
- **Rogers, C. R. (1978b). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires, Nueva Visión.**
- **Rogers, C. R. (1980). *El poder de la persona*. México, El Manual Moderno.**
- **Rogers, C. R. (1983). *Libertad y Creatividad en la educación. El sistema "no directivo"*. México, Paidós.**
- **Rogers, C. R. (1986). *El camino del ser*. Barcelona, Kairós.**
- **Rogers, C. R. (1989a). *El proceso de convertirse en persona. Mi técnica terapéutica*. México, Paidós.**
- **Rogers, C. R. (1989b). "Mi Filosofía de las Relaciones Interpersonales y su Desarrollo". En: Rogers y Rosemberg. *La persona como centro*. Barcelona, Herder, cap. décimo.**
- **Rogers, C. R. y Rosemberg, L. R. (1989c). *La persona como centro*. Barcelona, Herder.**
- **Rogers, C. R. (1989d). "Algunas Observaciones acerca de la Organización de la Personalidad". Juan Lafarga y José gómez del Campo (comps.) *Desarrollo del Potencial Humano. Aportaciones de una Psicología Humanista*. Vol. 2. México, Trillas, pp. 62-82.**
- **Rogers, C. R. (1990). *Psicoterapia centrada en el cliente. Práctica, implicaciones y teoría*. México, Paidós.**
- **Sbandi, P. (1977). *Psicología de Grupos. Introducción a la realidad de la dinámica de grupos desde el punto de vista de la psicología social*. Barcelona, Herder.**

- **Schacht, A. J., Howe, H. E. y Berman, J. J. (1989).** "Supervisor Facilitative Conditions and Effectiveness as Perceived by Thinking and Feeling Type Supervisees". **Psychotherapy**, 26(4), 475-483.
- **Serra, P. C. y Mendoza, I. A. (1990).** **Escala de Autoconcepto de Tennessee.** Programa de Publicaciones de Material Didáctico. UNAM, Facultad de Psicología.
- **Shaw, M. E. (1989).** **Dinámica de Grupo. Psicología de la conducta de los pequeños grupos.** Barcelona Herder.
- **Shu-ping L. (1990).** "The Development of Self-Conceptions from Childhood to Adolescence in China". **Child Study Journal**. 20(2), 129-137.
- **Skinner, B. F. (1977).** **Sobre el conductismo.** Barcelona, Fontanella.
- **Spitz, R. A. (1992).** **El primer año de vida del niño.** México, Fondo de Cultura Económica.
- **Staats, A. (1979).** **Conductismo social.** México, El Manual Moderno.
- **Tamayo, A. y Tamayo, M. (1992).** "Estereotipo, Autoestereotipo y Metapercepción del Hombre y la Mujer". **Acta Psiquiátrica Psicológica de América Latina**, 38(2), 139-146.
- **Torres, A. B. (1992).** **Diseño e implementación de una propuesta de formación para facilitadores del aprendizaje significativo de los educandos.** Tesis de Licenciatura. México, ENEP Iztacala, UNAM.
- **Xirau, R. (1989).** "Crítica al Psicologismo entre Ciencia y Relatividad Histórica". Antonio Ziri6n, (comp.). **Actualidad de Husserl.** México, Facultad de Filosofía y Letras. UNAM.