



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“Desarrollo Humano: Una herramienta de apoyo en el trabajo psicoterapéutico”

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
P R E S E N T A

Jorge Antonio Fuerte Reyes

Director: Dra. Carolina Santillán Torres Torija

Dictaminadores: Dra. María Antonieta Dorantes Gómez

Dr. Ángel Corchado Vargas



Los reyes Iztacala. Edo. de México, noviembre 2019.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADEZCO...

A Delfina y Jorge, mis padres, que a su modo y forma me guiaron a formarme y lograr los objetivos tarde o temprano.

A Elba, mi esposa, compañera y cómplice, que con su amor, tesón y firmeza ha estado junto a mí y caminando a mi lado.

A Eréndira, mi hija, que vino a enseñarme una faceta en vida de la cual sigo aprendiendo y tal vez no deje de aprender: ser papá.

A Consuelo y Celia, mis hermanas, que me han acompañado y apoyado de distintas maneras.

A los viejos y nuevos amigos que me han acompañado en distintas etapas de mi vida y han aportado algo a mi persona.

A mis asesores:

Dra. Carolina Santillán, por su amistad, compañerismo y dirección.

Dra. Antonieta Dorantes, por su apoyo, orientación y seguridad.

Dr. Ángel Corchado, por su flexibilidad, disposición y confianza.

INDICE

RESUMEN-----	2
INTRODUCCIÓN-----	3
CAPÍTULO UNO. La psicología humanista	
1.1 Historia y fundamento teórico de la psicología humanista-----	10
1.2 Principales Exponentes de la corriente humanista-----	14
1.3 Carl Rogers y el enfoque centrado en la persona o no directivo-----	21
CAPÍTULO DOS. El desarrollo humano.	
2.1 Historia y definición-----	25
2.2 El enfoque no directivo y el desarrollo humano-----	31
2.3 Campos de aplicación del desarrollo humano-----	34
CAPÍTULO TRES. El desarrollo humano como herramienta en el trabajo psicoterapéutico.	
3.1 Función del desarrollo humano dentro del trabajo psicoterapéutico en una Persona-----	40
3.2 Enlace del desarrollo humano con otras técnicas de apoyo para la mejora del trabajo psicoterapéutico-----	44
3.3 Posibles beneficios del uso del desarrollo humano tanto para la persona que solicita el apoyo psicológico, como para el psicoterapeuta que lo brinda-----	56
DISCUSIÓN-----	60
CONCLUSIONES-----	65
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS-----	68

RESUMEN

El Desarrollo Humano es una vertiente que procede del humanismo y en específico del Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers. Creado por el Dr. Juan Lafarga Corona a partir de su formación humanista a través de los estudios y trabajos realizados con Rogers, busco la manera de que en ese tiempo (1967), se pudiera llevar el trabajo psicoterapéutico por parte de los psicólogos ya establecidos y en formación, que en ese momento no tenían mayor conocimiento del enfoque humanista y lo que predominaba era lo cimentado en el psicoanálisis y en el conductismo.

Así el Dr. Lafarga, se embarca en una labor de dar a conocer todo lo relevante del trabajo humanista y con especial énfasis en el desarrollo del potencial humano. Auspiciado por la Universidad Iberoamericana, desarrolla programas de formación psicoterapéutica, hasta llegar a 1972 donde se forma el primer programa de maestría en Orientación y Desarrollo Humano, comenzando así el trabajo de desglosar este concepto. Al paso del tiempo y en conjunto con otros autores se ha logrado que el Desarrollo Humano tenga un lugar y reconocimiento como alternativa de trabajo psicológico, en diversas escuelas y Universidades en México.

El Desarrollo Humano se define como: como el estudio de los dinamismos básicos intrapsíquicos e interpersonales que impulsan la evolución de la persona, así como el estudio de las condiciones sociales y ambientales que favorecen el buen funcionamiento de la persona individual, de los grupos de personas y de la sociedad. Su alcance puede ir más allá del desarrollo personal, esto es, tener relevancia en el desarrollo social y cultural de la persona. Busca ser integral y dinámico con todas las áreas de desarrollo del ser humano. Por lo cual su uso ha tenido impacto benéfico en el trabajo comunitario, en el plano organizacional, en el educativo, entre otros.

El presente trabajo tiene como objetivo revisar la información que muestra el uso del Desarrollo Humano como una herramienta en el trabajo psicoterapéutico y que facilita alternativas en beneficio del desarrollo de la persona solicitante, como del psicoterapeuta que asiste.

INTRODUCCIÓN

En una de sus últimas entrevistas, dado que fallece en noviembre de 2015, el Doctor Juan Lafarga (2012) consideraba que era más sencillo enseñar a las personas sobre el uso del Desarrollo Humano, que quitar todos los malestares que aquejan a la sociedad, como puede ser la delincuencia, la corrupción y en el plano individual querer desaparecer la frustración o el sufrimiento. Partiendo desde su perspectiva, en la cual, el aprendizaje del primero permitirá la reducción de lo segundo, puesto que la humanidad se encamina a una dirección de progreso, sin temor y aprendiendo de sus experiencias y minimizando aquello que detiene o daña su crecimiento.

Rey (2015) pone de manifiesto, que lo referido por Lafarga es lo primordial en el trabajo de cualquier persona ya que la búsqueda natural es hacia la mejora en su estructura y contexto, pero basada en la vivencia y experiencia de los valores, no en la oratoria o discurso de éstos, ya que eso es lo que facilita que se maneje una incongruencia entre lo que se dice y lo que se hace.

Sin embargo, son naturales las siguientes preguntas: ¿Qué es el desarrollo humano?, ¿Cuál fundamento teórico le da soporte? ¿Cómo puede ser aplicable dentro del trabajo psicológico de las personas?

A esto Jaramillo (2006) menciona que el objetivo de este enfoque es replantear lo ya argumentado y experimentado dentro del proceso psicoterapéutico, por lo cual no está peleado con ninguna otra corriente teórica o encuadre psicológico tales como psicoanálisis y conductismo, entre otros y se basa en éstos para lograr un mejor entendimiento de lo que implica el apoyo y acompañamiento psicológico hacia la persona, como lo que es, un individuo, no un objeto de estudio, ni una muestra de laboratorio.

Lo anterior estriba en que el concepto de esta línea pueda verse estructurada por distintas visiones teóricas o por alguna con principios no tan radicales u ortodoxos, con esto se entiende lo que Lafarga (2010) acota, que el Desarrollo Humano es uno de los preceptos más versátiles de la psicología humanista

contemporánea, que desde esta perspectiva es todo lo que favorezca al desarrollo integral tanto a nivel individual, grupal y social. Añade que es un concepto con elementos dinámicos, ya que desarrollo implica cambio y transformación en un proceso evolutivo, el calificativo humano delimita el campo de estudio y trabajo.

Siguiendo lo mencionado, se hace referencia de la psicología humanista como posible vertiente teórica en la cual está fundamentado el desarrollo humano, esto debido a la libertad que muestra para el estudio y entendimiento del individuo valorando tanto lo constructivo que logra como lo destructivo que genera, como lo manifiesta Muñoz (2012) y agrega que es la conjunción de ambas situaciones lo que va abrir una tendencia hacia el progreso.

A este factor, Rogers (2007) lo llamó “tendencia actualizante” y que se va a mostrar a través de las emociones, sentimientos, pensamientos y conducta, ya que esta última trae una carga de las anteriores, de tal forma que es así como se van manifestando las posibilidades de desarrollo que se tienen. Con base a esto cabe entender que la psicología humanista,

“es el fruto de una revolución en el pensamiento filosófico y psicológico a luz del quiebre occidental de la filosofía clásica y de una ciencia psicológica que para inicios del siglo XX resultaba empobrecida por las limitaciones propias de un paradigma racionalista y con predominio del contenido” (Riveros, 2012, pp. 135)

Es necesario ubicar que el humanismo se da como un nuevo paradigma que surge de forma simultánea en Estados Unidos como en Europa a la conclusión de la segunda guerra mundial, donde se buscaba comprender lo sucedido con la humanidad y su capacidad de destrucción y por ende lo que implicaba para la Psicología y la psicoterapia que pretendía integrar una concepción del hombre y el quehacer terapéutico desde un visión más holística y filosófica además de científica.

Aunado a esto, Barrios (2011) comenta que, el humanismo va implicar una concepción ontológica del hombre, así como de un sistema, además ha de ser racional y axiológico”. En este sentido se vuelve necesario como ahonda esta autora en entender la conceptualización del hombre humanizado desde un perfil bio-psico-

social, como el sistema axiológico de una persona humanista-humanizada acorde con los trabajos de Abraham Maslow, Victor Frankl y Carl Rogers.

Así los estudios realizados por los psicólogos humanistas mencionados se enfocaron en el entendimiento de la persona desde lo que implica su evolución y progreso hasta los malestares que lo aquejan y que no permiten su desarrollo, de tal forma que los trabajos llevados por Maslow sobre la plena humanidad, la autorealización o autoactualización del potencial humano (Barrios, 2011), de la Logoterapia estructurada por Frankl en la búsqueda del sentido y el uso de la paradoja en el trabajo psicoterapéutico (Riveros, 2014) y del enfoque centrado en la persona o también conocido como enfoque no directivo de Rogers(1961), que otorgó una de las principales herramientas utilizada actualmente en el trabajo psicoterapéutico: la empatía-

Es precisamente del trabajo de este último de donde se va a desprender la vertiente del Desarrollo Humano basándose en los preceptos que utiliza para el trabajo psicoterapéutico y que Barrios (2011) y Riveros (2014) los refieren: Autenticidad, que implica expresar verdaderamente lo que se piensa y se siente dejando al margen los sistemas de defensa y sin percibirse amenazado por lo que diga; Empatía, que es la decisión objetiva de estar “completamente” con el otro, no solo es entender su mundo sino tratar de sentirlo como propio sin dejar de lado el “como si fuera”; Actitud Positiva Incondicional, que es el profundo respeto y aceptación a la persona en su totalidad, tanto en sus congruencias como en sus incongruencias.

Esto en conjunto va facilitar una disposición en el “otro” o individuo para que se permita un espacio donde puede hablar y concientizar sus experiencias sin estar a la defensiva. Riveros, (2011) entiende que, en este sentido el psicoterapeuta facilita la comunicación reiterando lo que dice y siente el otro sin emitir juicio o interpretación, se apela al sentimiento ya que es lo básico en la experiencia vivida y lo que se mantiene al paso del tiempo y es que detrás del enjuiciamiento generalmente hay una necesidad de control o de tener la razón y entonces se perdería la relación de ayuda y el trato dejaría de ser de igual a igual.

Dado esto, Rivero (2014) comenta, que Rogers fue lo que busco, dignificar la relación terapeuta-paciente, llamándolo ahora cliente o persona y entendiendo a los dos como similares, ya que todos están bajo la premisa de personas en un balance horizontal de relación.

Rogers (1961) considera que las actitudes anteriormente descritas, constituyen las condiciones interpersonales favorables para el propio desarrollo y que tienden a crecer y evolucionar tanto de forma individual, grupal y social. Así y con base a lo anterior Lafarga (2010) menciona que el Desarrollo Humano se le va entender en México, como una filosofía del hombre, de la sociedad y de las relaciones interpersonales, que pone énfasis en la vida en la salud y en la autodeterminación, por ende es aplicable en la promoción de la salud tanto física como mental, desde lo que es la prevención hasta la atención, qué es lo que busca esta vertiente, prevenir más que atender. Sin embargo en el trabajo de la higiene mental aún hay demasiado por resolver, por ello sigue prevaleciendo la cultura de la atención sobre la de la prevención.

De allí que los Departamentos de Desarrollo Humano en la Universidad Iberoamericana y en el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO) lo conceptualizan:

“como el estudio de los dinamismos básicos intrapsíquicos e interpersonales que impulsan la evolución de la persona, así como el estudio de las condiciones sociales y ambientales que favorecen el buen funcionamiento de la persona individual, de los grupos de personas y de la sociedad” (Lafarga 2010, pp. 11).

Así el desarrollo humano hace énfasis en el análisis del proceso evolutivo del individuo y en los factores externos e internos que favorecen u obstaculizan el crecimiento personal, basándose como ya se expresó en los párrafos anteriores, en las propuestas referidas por los principales aportadores de la psicología humanista como lo son Maslow (1994), Rogers (1967), Frankl (1962). Donde el principal trabajo es el autoconocimiento, la autodeterminación y la autoestima de la persona a efecto

de poder enfrentar las vicisitudes que lo aquejan, aceptándose como un todo y no fragmentado, lo que le puede permitir una alternativa de bienestar individual, una realización propia, una mejora en sus relaciones interpersonales y porque no una trascendencia en el sentido de la vida y de todo lo que le rodea.

Es en este punto donde Lafarga (2010) y Quintanilla (2009) hacen una distinción y remarcan que, si bien es cierto que el Enfoque Centrado en la Persona sea la base y columna del Desarrollo Humano, no es lo mismo, ya que este último implica utilizar todos los recursos posibles para potencializar el progreso de la persona y su realización desde todas las posturas ideológicas posibles, así como todo tipo de formulación teórica y práctica en función de este objetivo; de allí que se considere que,

“el Desarrollo Humano en México ha sido un paso adelante en los planteamientos del Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers. Ser rogeriano no es repetir lo que él hizo y mucho menos transformarlo en una ortodoxia, sino trascenderlo y perfeccionarlo, convertirlo en un aprendizaje personal significativo” (Lafarga, 2010, pp18).

Ejemplo de lo mencionado es lo que aporta Porras (2008) explicando que uno de los conceptos y trabajos psicoterapéuticos esenciales desde el Enfoque Centrado en la Persona es “el darse cuenta” ya que este proceso dota a la persona una capacidad de simbolizar su experiencia y subjetivarla, de tal forma que logra describirla a través de sus símbolos y hacerla consciente y significativa en la construcción de sí mismo. Añade que le permite también tener mayor apertura a las realidades externas, así como a otros marcos de referencia para comprenderse a sí mismo y otras personas.

Por ello el darse cuenta se expande dentro del trabajo psicoterapéutico y que puede llevarse a cabo desde cualquier otra forma de promoción del desarrollo humano existencial humanista sin que hayan sido consideradas en sus inicios actividades psicoterapéuticas por definición, pero al paso del tiempo por su uso, función e investigación se han ido estableciendo. Algunas son: la respuesta reflejo

y la “silla caliente” (López, 2008), la intención paradójica (Frankl, 1979), la “hipnosis ericksoniana” de Milton H. Erickson a través de cuentos y parábolas (Rosen, 1982), la aceptación de uno mismo y técnicas emotivas para la modificación del pensamiento a través de la Terapia Racional Emotiva de Albert Ellis (Ellis y Abrahms, 1980), por mencionar las de mayor relevancia.

De la mano con lo anterior, un punto que hace más relevante al Desarrollo Humano es lo que permite dentro del trabajo psicológico y de promoción de salud y que es que el avance no solo es para el que solicita la consejería, el apoyo psicoterapéutico o el taller de sensibilización, sino también para el que lo imparte ya sea psicoterapeuta, promotor de salud, facilitador u orientador, dada la relación lineal horizontal que establece Rogers (1979) con el objetivo de que no haya trabas o dificultades en el trabajo entre el psicoterapeuta y el cliente. De esta forma Porras (2008) infiere que, el primero también genera una experiencia y logra darse cuenta.

De modo semejante en algún momento puede aplicar para el mismo una intención paradójica como Frankl (1961) lo experimentó, encontrar el sentido de aprendizaje en un cuento o parábola para él, para así después sugerírselo a otro, como se aplica bajo comentario de Rosen (1982), en el método de Milton Erickson. También ha utilizado ejercicios en la aceptación de sí mismo y su manera de pensar que puede referir como sugerencia al que está trabajando con él, como lo cita Abrahms (Ellis y Abrahms, 1980) y que denota un aprendizaje y mejora en el trabajo profesional.

Siguiendo esta línea se logra ubicar lo que Lafarga (2010), vuelve a reiterar sobre el objetivo del Desarrollo Humano y que es que las personas logren un crecimiento y una realización como individuos y como sociedad. Tratando de obtenerlo, en la medida de lo posible, en todas sus áreas de desarrollo como puede ser la personal, profesional, familiar, entre otras; resaltando que esto se puede llevar dentro del apoyo psicológico a otros a través del uso y fomento de la empatía, la actitud positiva incondicional y la congruencia, el progreso será aún mayor.

Por lo antes expuesto la presente investigación tiene como objetivo primordial: Aportar como el fundamento del Desarrollo Humano constituye una herramienta efectiva y útil para el trabajo psicoterapéutico.

Derivado de esto, las premisas a ubicar son, el reconocimiento a la psicología humanista como fundamento teórico del Desarrollo Humano a través del enfoque no directivo de Carl Rogers; ubicar una distinción por la definición y función del desarrollo humano en el contexto de la Psicología y en específico dentro del trabajo psicoterapéutico.

Para lo cual se seguirá el siguiente proceso. En el primer capítulo, se hará un recorrido general sobre la teoría psicológica humanista y en específico sobre el Enfoque Centrado en la Persona o No Directivo, de Carl Rogers, ya que por lo mencionado es de este fundamento del que se desprende el rubro central de este escrito. En el segundo capítulo, se describirá al Desarrollo Humano desde su definición, su formación, sus impulsores, su historia y proceso para formarse como una posible alternativa de trabajo dentro del campo psicológico. Para el tercer capítulo se comentará su función y uso dentro del trabajo psicoterapéutico tanto a nivel individual como grupal, de cómo se estructura y se compagina con otras técnicas o herramientas psicológicas y de su flexibilidad para enlazarse al proceso psicológico que se esté realizando respetando enfoque o parámetro teórico que se esté utilizando.

Para finalizar se discutirá los factores encontrados en la información recabada y revisada, aunado a las conclusiones pertinentes a partir del trabajo a realizar.

CAPÍTULO I

LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

Hablar sobre desarrollo humano en psicología, es remitirnos a todos los postulados teóricos que se han desarrollado para su entendimiento, pero resalta uno dentro de los principales y este es el de la psicología humanista y para efecto es el tema que a continuación se describe.

1.1 Historia y fundamento teórico de la psicología humanista.

El humanismo como corriente nace alrededor de 1962 donde, Sandoval (2009) hace referencia de un grupo de psicólogos que funda la Association of Humanistic Psychology, como protesta contra lo que consideraban ser las creencias negativas esenciales que subyacían a las teorías psicoanalíticas y conductistas, sosteniendo que la naturaleza humana es neutral o buena y que cualquier característica mala es el resultado del daño que se le ha infligido en el desarrollo del ser.

De tal forma, es necesario ubicar que la línea humanista se da como un nuevo paradigma que surge de forma simultánea en Estados Unidos como en Europa a la conclusión de la segunda guerra mundial, donde se buscaba comprender lo sucedido con la humanidad y su capacidad de destrucción y por ende lo que implicaba para la Psicología y la psicoterapia que pretendía integrar una concepción del hombre y el quehacer terapéutico desde un visión más holística y filosófica, además de científica. Con base a esto cabe entender que la psicología humanista,

“es el fruto de una revolución en el pensamiento filosófico y psicológico a luz del quiebre occidental de la filosofía clásica y de una ciencia psicológica que para inicios del siglo XX resultaba empobrecida por las limitaciones propias de un paradigma racionalista y con predominio del contenido” (Riveros, 2014, pp. 135).

Esta perspectiva nace con una idea específica como la refiere Martorell (2008), que es la de concebirse como una alternativa más de entender al ser humano además de las ya establecidas como el psicoanálisis y el conductismo que

eran conocidas en ese tiempo como “las dos grandes fuerzas en psicología”, por tal motivo a este movimiento se le va conocer también como “la tercera fuerza”.

En ese entonces las dos primeras limitaban el entendimiento de la persona como explícita o implícitamente negativas, de forma reduccionistas en su mecanismo y determinismo y en algunos puntos deshumanizadas. Por un lado, la visión del psicoanálisis consideraba que el ser humano era motivado solo por sus impulsos sexuales y destructivos; por el otro el conductismo con su perspectiva reduccionista y determinante en cuanto a lo que solo ha de tener valor y que es la conducta. Ambas posturas habrán de ser cuestionadas por el humanismo.

Aunado a esto y como se mencionó en párrafos anteriores, la época de postguerra en que se gesta el humanismo trae consigo también un resurgir del ímpetu por vivir plenamente la vida, puesto que el temor de una tercera guerra mundial estaba a la orden del día.

Por lo que el mundo necesitaba una Psicología que fuera acorde al desarrollo histórico y que permitiera dar solución pacífica a los conflictos entre naciones sin que se diera un derramamiento de sangre y un abuso de la tecnología como principal arma. Riveros (2014) enfatiza, que es necesario que la ciencia enfocada al entendimiento del ser humano maneje un paradigma más práctico y funcional para resolver los problemas del hombre con el hombre.

Sin embargo, el objetivo inicial de los primeros humanistas no era el de formar una nueva escuela de Psicología teórica y como menciona Henao (2013), el propósito era insertar un modo diferente de hacer Psicología, un nuevo “espíritu psicológico”, algo trascendiera a las limitaciones del método objetivista puro y llenara el vacío dejado por los grandes sistemas teóricos de la época ya mencionados anteriormente.

Es así como sale a la luz en 1961 el primer número del Journal of Humanistic Psychology al formarse en este mismo año la Asociación, aunque es hasta 1962 cuando se da el primer Encuentro Nacional de la American Association For Humanistic Psychology (AAHP); así y aunque no lo visualizaron de esa forma, pero

por presentarse como una tercera fuerza psicológica, esto es como una alternativa distinta a las otras dos y organizarse de forma similar creando una asociación y fundando una revista, es por lo que se les terminó por considerar como una nueva escuela a la par de las de sus antagonistas (psicoanálisis y conductismo).

Siendo así sus inicios, es imperante clarificar su fundamento epistemológico, su base filosófica y ésta nos remite varios años atrás y en una primera instancia a lo que evoca Echeverría (2006), que es la noche del 29 de octubre de 1945, en el Club Maintenant de París donde la conferencia de Jean Paul Sartre anunciada para las 8:30 pm, tuvo que comenzar una hora más tarde y no era para menos ya que el tema “El existencialismo es un humanismo” donde en un principio los organizadores consideraban con dificultades llenar el lugar, se vieron abarrotados de un tumulto de gente que quería escuchar lo que Sartre podía decir al respecto de lo que precede a la reciente conclusión de la segunda guerra mundial.

Por lo que así y ante un público ávido de escucharlo, pero en desorden, Sartre tuvo que improvisar en un primer momento y conforme avanzó logró engancharlos a tal grado de concluir entre aplausos y ovaciones, esto se consideraría como un acontecimiento crucial en la historia de la cultura francesa, el existencialismo había nacido oficialmente. En ese momento,

“Sartre alcanza a exponer de manera brillante la idea que el existencialismo defiende ante todo y que justifica su nombre: -En lo que corresponde al modo de ser de lo humano, la esencia está precedida por la existencia-; es decir lo que el ser humano es en cada caso, su consistencia fáctica, sólo se sostiene en la asunción libre que él hace de ella” (Echeverría, 2006, pp. 192-193).

Pareciera que este sería el principal sustento epistemológico de la corriente humanista, sin embargo, Velasco (2009) menciona, que el humanismo va tener momentos claves en dos épocas distintas: edad media y la edad moderna.

En la primera que se da en el siglo XVIII y principios del XIX, los principales exponentes fueron Goethe y Lessing en Alemania, Rousseau en Francia y Kierkegaard en Dinamarca, donde se marca un primer paso del existencialismo y

se empieza a vislumbrar el humanismo, que desafortunadamente no tiene mayor peso dado que en ese tiempo se le dio mayor credibilidad a la postura de Descartes basada en su racionalidad metódica o moderna.

No es sino hasta la segunda mitad del siglo XIX y la primera del XX donde el existencialismo retoma una segunda fuerza y no nada más con Sartre en Francia, también en este país, denotaron Bergson y Duhem; así como en Alemania con Dilthey, Nietzsche, Husserl y Heidegger; Ortega y Gasset en España lo van a representar y que ha posterior se le nombrará un “nuevo humanismo”, y que trató de impulsar en México junto con Antonio Caso y otros existencialistas españoles exiliados.

Pero, ¿qué es lo que lleva a que el existencialismo sea la base epistemológica del humanismo?, cabe mencionar aquí, las palabras que Tobías (2009) resalta, de Sartre, *“Lo importante no es lo que han hecho conmigo, sino lo que yo hago con lo que han hecho conmigo”*.

Dado que, el peso fundamental que le va a dar el humanismo al trabajo con la persona radica en lo que la persona misma haga con ella a partir de su conocimiento y entendimiento de hecho, Echeverría (2006) menciona, que uno de los puntos que defendía el existencialismo es que el ser humano existe en la medida que se inventa a sí mismo y por tal motivo tiene la total libertad de decidir erigirse como un ser reivindicador o represor, de liberarse o de condenarse.

Así el existencialismo va dar la pauta a que el humanismo tome su propio camino, ya que como menciona Heidegger (1954), este último indica una interpretación del ser humano que explica y valora la totalidad de los individuos, a partir del ser humano y en dirección a él.

De tal forma que a partir de lo mencionado y de lo que queda asentado en el primer Encuentro Nacional de la American Association For Humanistic Psychology (AAHP) en 1962, Martorell (2008) rememora, que Bugental siendo el primer presidente de esta asociación, declara los postulados básicos que han de regir a la psicología existencial-humanista:

- 1) El hombre, como hombre, sobrepasa la suma de sus partes
- 2) El hombre lleva a cabo su existencia en un contexto humano.
- 3) El hombre es consciente.
- 4) El hombre tiene capacidad de elección.
- 5) El hombre es intencional en sus propósitos, sus experiencias valorativas, su creatividad y su reconocimiento de significación.

A la postre esta Asociación definiría principios esenciales que habrían de compartir todos los adeptos a este movimiento independientemente de sus perspectivas, técnicas y métodos particulares de intervención, naciendo y especificando así a la corriente humanista.

1.2 Teóricos principales de la psicología humanista.

A pesar de la conjunción de diferentes posiciones teóricas, técnicas particulares y una cifra relevante de autores, fue posible que logran determinar puntos y características específicas que habrían de distinguir a la corriente humanista, Tobías (2009) resalta las siguientes (tabla 1).

Tabla 1

Características de la corriente humanista:

-
- La conducta humana es intencional. La búsqueda de sentido y las motivaciones axiológicas (libertad, dignidad) y no solo los materiales, son aspectos fundamentales del ser humano.
 - El comportamiento de una persona está determinado principalmente por la percepción que tiene de sí misma y del mundo. Las personas crean la realidad a partir de sus percepciones idiosincrásicas. Solo se puede comprender a una persona si se es capaz de percibir las cosas como ella las percibe.

Tabla 1 (continuada)

Características de la corriente humanista:

-
- Se concede poca importancia a la historia del cliente. Se hace hincapié en la experiencia inmediata y las emociones. El foco de la terapia rara vez se aleja de lo que está sucediendo durante la sesión y se considera fundamental el presente que vive la persona.
 - Solo se puede comprender a una persona cuando nos podemos situar en su lugar para percibir el mundo desde ella misma. De este modo, se rechaza el concepto de enfermedad mental y las etiquetas diagnósticas, asumiendo que todo comportamiento humano es normal si se mira desde el punto de vista de la persona afectada.
 - Se da más importancia a las actitudes del terapeuta que a las técnicas concretas. La relación entre cliente y terapeuta se considera el medio único o fundamental a través del cual se consigue la autorrealización.
 - El ser humano es superior a la suma de sus partes y debe ser concebido globalmente. La conducta humana se realiza en un contexto interpersonal.
 - La persona es considerada en sí misma como un sujeto independiente y pensante, plenamente responsable de sus actos y capaz de planear, elegir y tomar decisiones respecto a su conducta.
 - Cada persona posee de forma innata un potencial de crecimiento o una tendencia a desarrollarse y convertirse en un individuo maduro. Este supuesto define a la persona como un organismo básicamente bueno y orientado hacia metas positivas.
-

FUENTE: Tobías (2009), pp. 444-445

Hay dos preguntas que se dan de forma natural: ¿Quiénes fueron estos autores? y ¿Cuáles fueron sus percepciones, métodos o técnicas, que dieron pauta para diferenciar y formar al humanismo como alternativa del entendimiento psicológico del ser humano?

A continuación, se mencionan destacando a los más prominentes y con mayor auge de trabajo en este enfoque.

Abraham Maslow

El legado de Maslow (1908-1970) se centra principalmente en su teoría de la pirámide de necesidades presentada en 1943, esta conlleva a la auto-realización, sin embargo, su teoría de la auto-actualización va más allá.

A esto, Sandoval (2009) menciona, que de acuerdo con Maslow todo tiene un orden y cuando la persona ha cubierto sus necesidades básicas, habrá de ir por las otras, por ende, la base son las necesidades fisiológicas, en segundo plano se encuentran las necesidades de seguridad, en el tercer nivel se ubican las necesidades de pertenencia y amor, en el cuarto rubro se hallan las de autoestima y por último, en la punta de la pirámide se encumbran las de autorrealización.

Aunado a lo anterior Riveros (2014) comenta, el hecho de que, Maslow sostuvo que Freud había escrito un compendio completo sobre la enfermedad psíquica y que la otra parte que faltaba era construir cómo eran las personas sanas. En esta línea “la psicología del ser” y del potencial humano, tomo una dimensión mayor en él y trascendió al psicoanálisis y al conductismo al referir que dicho potencial esta en nuestra genética, que se aspira a algo superior y que no se encuentra en el exterior, sino en nosotros mismos.

En 1967 la Asociación de Psicología Humanista lo distingue con el premio del mejor psicólogo del año, para 1968 su influencia y prestigio lo llevan a presidir la asociación mencionada y es como busca formar junto con otros compañeros un sistema más holístico, con una mayor variedad de entendimiento de la riqueza humana.

Así Martorell (2008) enfatiza, que para Maslow el funcionamiento humano sano, maduro y evolucionado, ha de ser a través de la autorrealización, la creatividad y la sanidad; atañe que si se llega a romper o alterar este proceso es cuando aparecen reacciones desanimadoras, compensatorias o neuróticas y por tal

motivo la conducta se centra hacia la evitación, impidiendo así el desarrollo autónomo.

A esto Maslow hace una propuesta en la concepción de la patología y su relación con la privación de los “valores del ser” y la aparición de alteraciones específicas que él nombra metapatologías y traduce como disminuciones de lo humano. Con esto pone en el centro de la psicología el concepto de salud mental y que se vería reforzado con el trabajo en paralelo que estaría realizando Carl Rogers y que en apartado más adelante se explicará.

El trabajo de Abraham Maslow iría más allá de su propia expectativa, Rivero (2014) hace mención, de un encuentro entre Eugene Gendlin y Maslow después de que este finalizara una de sus conferencias, el primero alabo el trabajo, la exposición y explicación del segundo, Maslow le respondió que lamentablemente a nadie le importaban demasiado sus ideas y que en el futuro sus propuestas se olvidarían, tiempo más adelante, Gendlin comenta que afortunadamente Maslow en eso se equivocó: hoy en día sus postulados son ampliamente conocidos y vigentes.

Es así como se puede definir a Abraham Maslow, donde su principal trabajo fue que los sistemas se ampliaran, que el objetivo no era excluir y negar lo que el psicoanálisis o el conductismo en ese entonces postulaban, al contrario, a partir de las críticas y limitaciones se abriera el panorama y no se generaran tendencias; de esta forma. Martorell (2008) recapitula lo siguiente, freudiano o anti-freudiano: “soy freudiano, soy conductista y soy humanista” que fue, algo de lo que dejó escrito Maslow en uno de sus últimos trabajos.

Víctor Frankl

Ya desde joven Víctor Frankl (1905-1997) médico y catedrático vienés, daba clases para una emisora de radio en Viena precisamente esto, años antes de la invasión nazi a Austria. Teniendo su visa que el gobierno de Estados Unidos le había otorgado, decide quedarse con su familia y enfrentar la separación y posteriormente el trabajo y dolor en los campos de concentración que la Alemania de Hitler habían decidido para él y todas las personas de descendencia judía, lo que ha futuro

se conocería como el holocausto y toda la repercusión que tuvo en su persona, en su percepción de la vida y en el trabajo que desarrollaría.

Para tener una idea más clara del trabajo de este personaje, hay que remitirse a un pasaje que Riveros (2014) relata, donde una mañana de trabajos forzados y lastimosos aunado a un clima extremo, Víctor intentaba cavar una zanja y en medio de ese lugar inhóspito y rodeado de otros presos y soldados nazis, tuvo una experiencia de gran trascendencia, mientras él miraba hacia el cielo observó como un ave pequeña se posaba en la nieve; es en ese momento cuando se cuestiona que sentido tenía estar allí y solo esperar a morir en cualquier instante ya que su destino dependía de los guardias.

Es así como Frankl escribe uno de sus eventos de mayor relevancia que a la postre daría pauta a una obra extensa y un enfoque de trabajo clínico en psicología de gran importancia: la logoterapia.

Para entender la labor de Frankl hay remitirse en primera instancia al entendimiento etimológico de la palabra elegida por él para denominar su enfoque, que precede de la palabra griega *logos* que su equivalente sería “sentido” “significado” o “propósito”.

De lo mencionado Barragán (2012) manifiesta, que para Frankl lo primordial y básico ha de ser “la búsqueda del sentido” como una necesidad fundamental en el ser humano que no se minimiza, menos desaparece. De tal forma que cuando la persona daña o no logra su voluntad de sentido se produce un vacío existencial por la pérdida de lo anterior y esto puede generar,

“un tipo de neurosis para la que Frankl acuña el término noógena y este tipo de neurosis procede de la frustración existencial mencionada, esto es, la pérdida de sentido y la labor del terapeuta consiste por lo tanto en ayudar al sujeto a encontrar o restablecer el sentido de su vida” (Tobías, 2009, p.446).

Si bien a Frankl se le reconoce más por su obra escrita “El hombre en busca del sentido. Una experiencia de un psiquiatra en un campo de concentración” y

como menciona Riveros (2014), este libro se convertiría en uno de los más leídos a nivel mundial, su enfoque psicoterapéutico también trascendió pues en la actualidad tiene aplicaciones en atenciones a personas con enfermedades crónico-degenerativas, tales como VIH, cáncer, entre otras; en el plano laboral para el desarrollo de la proactividad y en el trabajo de las pérdidas o duelos, ante la aceptación de lo que no se puede cambiar y es necesario aprender a vivir.

De igual forma sus técnicas muy singulares tales como la intención paradójica y la dereflexión y que a la postre han sido utilizadas en otros enfoques como la Gestalt, el cognitivo-conductual, entre otros, dada la flexibilidad de su uso y su gran aportación y ayuda en el trabajo psicoterapéutico, porque la propuesta de trabajo de Frankl es aplicable en infinidad de perspectivas.

Por lo cual, dentro del entendimiento del trabajo de Frankl, Roso (1998) profundiza en el sentido de la existencia manifestando que, el vivir en último análisis no significara otra cosa que el hecho de tener la responsabilidad de responder a los problemas vitales y de cumplir las tareas que la vida propone a cada uno de nosotros, ante la exigencia del momento vivido.

Sidney Jourard

Uno de los máximos objetivos del humanismo en sus inicios era el dar una respuesta a una pregunta: ¿Qué es ser uno mismo? lo que implicaría el estudio y el desarrollo de la autenticidad, por lo cual Riveros (2014) hace mención que, ha de ser Jourard al que se le adjudique el trabajo y estudio en este rubro. Nació en Canadá en 1926, se gradúa en 1948 en la Universidad de Toronto como Médico y obtiene el doctorado en Psicología en 1956 en la Universidad de Búfalo y tiempo después es en la Universidad de Florida donde lleva a cabo todo su trabajo sobre el desarrollo de la autenticidad y la autodeclaración.

El sostenía que la expresión directa de los propios sentimientos es más saludable y creíble en una relación. El consideraba que el camino a la autenticidad implicaba lograr un lenguaje propio, un modo muy particular de ver y sentir al mundo, requiere ir conociendo el exterior, pero desde un lenguaje profundo o "*segundo lenguaje*" como él lo llamaba.

A Jourard se le atribuye el principal paradigma en este enfoque, puesto que “unir el concepto de ser uno mismo y ser sano es la ecuación del Humanismo, desde Heidegger, Nietzsche, May, Jaspers, Perls, Maslow hasta llegar al concepto de congruencia o autenticidad de Rogers” (Riveros, 2014, pp. 160) y en su estudio contribuye a desenmarañar esta situación y se considera que pudo haber logrado el total entendimiento y complementación de ambos conceptos, de no haber sido por su muerte accidental al reparar su auto en 1974.

Eugene Gendlin

Nace en Viena en 1926 y al igual que otros de sus compatriotas y sobre todo por su ascendencia judía, tuvo que emigrar a Estados Unidos a la edad de 12 años, para que posteriormente realizara sus estudios en Filosofía, Riveros (2014) refiere, que es el acercamiento que tiene con Carl Rogers y su equipo de trabajo en 1953, lo que lo introduce al ámbito psicológico y se mantiene trabajando con él hasta 1962, donde al separarse forma y funda su Psicoterapia Experiencial.

Es a través de su teoría de la experienciación o definida también como la teoría del cambio de personalidad, donde manifiesta que la construcción de todo significado procede de la experiencia corporal, así Riveros (2008) resalta que, lo que fortalecería su fundamento fue la invención del Focusing como un método para entrar en la subjetividad del cuerpo, en el año de 1980 y que le abriría las puertas del mundo para dar a conocer más a fondo su teoría.

Para 2004, escribe otra obra que tuvo gran relevancia: *Un Modelo Procesal*, donde ofrece un nuevo modelo para entender la construcción del significado y la forma en que el cuerpo se fusiona en uno solo con su ambiente, “dando así la conceptualización y alcance de un nuevo compendio de fenómenos psicoterapéuticos: la sensación sentida, la autopropulsión, etc.” (Riveros, 2009).

Otros Humanistas

No se omite la mención de algunos otros que aportaron bases para este sistema teórico, tal es el caso de Claudio Naranjo (2009), Stanislav Grof y Oscar Ichazo (Riveros, 2014), con su trabajo en el entendimiento y uso del eneagrama, de

igual forma en el conocimiento de comportamientos sanos e insanos en la persona y llegar al entendimiento de uno mismo.

Leslie Greenberg “ha desarrollado trabajos con el cambio en la profundidad emocional, habiendo recibido el premio Outstanding Early Career Award de la Society for Psychotherapy Research (SPR)” (Riveros, 2014, pp. 181).

Rollo May, donde su concepto “dilema del hombre” ha vuelto a tomar un auge dentro del trabajo psicoterapéutico, pues se origina en la capacidad de éste para sentirse como sujeto y como objeto al mismo tiempo. Para May (1967), esto es vital dentro del desarrollo de la Psicología como ciencia, dentro de la labor psicoterapéutica y en el objetivo de lograr una vida gratificante.

Aquí es fundamental resaltar que se ha dejado como rubro aparte y que a continuación se desglosa lo que es el trabajo y proceso de Carl Rogers, ya que siendo uno de los pilares de mayor fuerza y labor psicoterapéutica y científica ha dado pauta a otras vertientes de labor y estudio como es el Desarrollo Humano dentro del Humanismo.

1.3 Carl Rogers y el enfoque centrado en la persona

Se consideró dejar en mención aparte a Carl Rogers, dado que, si bien es junto con Abraham Maslow y Víctor Frankl de los humanistas más reconocidos, para efectos del tema central de este trabajo que es el desarrollo humano, es también, fundamental explorar con mayor profundidad el legado de Rogers y porque de sus postulados deriva el tema de interés ya mencionado.

Carl Ransom Rogers nace un ocho de enero de 1902 en Illinois, Estados Unidos; creció en un ambiente familiar donde el trabajo duro era prioritario y bajo las creencias de un cristianismo fundamentalista, con reglas muy estrictas de comportamiento, “llego a mencionar en otro tiempo con referencia a su niñez, -No bailábamos, no jugábamos cartas, no íbamos al cine ni fumábamos, bebíamos o mostrábamos algún interés sexual-“ (Cloninger, 2003, p.413).

La familia de Rogers considero que era necesario que no hubiera “tentaciones” cerca por tal motivo se mudaron a una granja alejada de los suburbios, sin embargo, esta “sutil represión” cobraría a la postre una factura de salud, ya que Rogers y dos hermanos de él desarrollarían úlceras.

Se pueden mencionar diversos factores que se le atribuyen a Rogers como aportación a la Psicología en los más de 20 años de investigación que realizo sobre lo que es el uso de estrategias terapéuticas eficaces, sin embargo, el mérito central como lo refiere Riveros (2014), fue el que introdujo el uso de la empatía como una herramienta de gran relevancia en psicoterapia y que a la postre se volvería un recurso que facilitaría el cambio en el trabajo psicoterapéutico que se realizaba hasta ese momento, donde dominaba el modo y la forma psicoanalítica.

A partir de este rubro se desarrolla lo que a la postre sería su principal línea de trabajo: “el enfoque no directivo” y que como explica Yela (1967), es así porque no es dirigido, esto es que el psicoterapeuta no dirige ni marca el camino del proceso, pero tampoco se inhibe ni es indiferente, es participativo con la persona y lo apoya a que este sea quien es y decida sus acciones.

Años más tarde renombra su método de trabajo como “enfoque centrado en la persona-cliente, Barrios (2011) menciona, que este nombre tenía como finalidad, enfatizar que la terapia estaba centrada en la persona no en los métodos no directivos, dado que la mejor forma de comprender la conducta del individuo era desde su propio marco de referencia, esto es desde como él está percibiendo las cosas.

Para ello, Cloninger (2003) destaca, que Rogers identifica seis condiciones necesarias para que el proceso psicoterapéutico se lleve a cabo y a su vez facilitan el progreso de la persona en psicoterapia (tabla 2).

Pues fue descubriendo que era más probable que la persona (o cliente como él lo refería) progresara al sentirse aceptado. Entendiendo por esta aceptación no la validez o aprobación de las conductas inadaptadas o de conflicto, si no la manifestación de un sentimiento de aprecio positivo incondicional (neutral) y que no

es contingente a las conductas particulares, a la par de la comprensión empática que implica comprender y validar la experiencia del otro, porque fue quién la vivió y por ese factor tiene una importancia.

Tabla 2

Condiciones necesarias y suficientes para el proceso terapéutico

1. Dos personas se encuentran en contacto psicológico.
 2. La primera, a la que llamaremos el cliente, se encuentra en un estado de incongruencia y es vulnerable o ansiosa.
 3. La segunda persona, a la que llamaremos el terapeuta, es congruente o está integrado en la relación.
 4. El terapeuta experimenta aprecio positivo incondicional por el cliente.
 5. El terapeuta experimenta una comprensión empática del marco de referencia interno del cliente y se esfuerza por comunicarle esta experiencia.
 6. La comunicación al cliente de la comprensión empática y el aprecio positivo incondicional del terapeuta se logra en un grado mínimo.
-

Fuente: Cloninger (2003), pp. 423.

El objetivo primordial de este proceso psicoterapéutico se puede vislumbrar, como lo refiere Duque (2011), en acompañar a la persona en entendimiento de su realidad y lo que va experimentando en ella, pues lo que vive es lo más importante, enfatiza que es el aquí y el ahora más que el ayer o el después y atañe que para Rogers es así dado que la realidad externa es percibida desde el marco de referencia interno de cada individuo, por tal motivo existen tantas realidades como personas en el mundo.

Si bien es cierto que la gran aportación de Rogers a la psicología fue de mayor beneficio en el área clínica, su trabajo al paso del tiempo trascendió a otras áreas, como lo refiere Barrios (2011), posterior a 1970 y 1980 el auge del enfoque centrado en la persona se expande al plano organizacional y de

administración empresarial, de relaciones internacionales, en la educación, en la solución de conflictos, en la relaciones familiares e interpersonales, entre otros.

Teniendo esto como base que, el desarrollo de la persona se plantea en todos los ámbitos de su vida y dada la flexibilidad del método y donde su premisa es el fundamento esencial de la teoría humanista. Por lo que la finalidad en la propuesta de Rogers es el entendimiento y progreso de la persona de manera integral y no fragmentada, donde se comienza en el interior del individuo y posteriormente en su exterior.

A partir de esto se deriva una línea de trabajo en la búsqueda del entendimiento de la persona, a esta se le va denominar como Desarrollo Humano y como este puede ser una herramienta de apoyo en el trabajo psicoterapéutico, que se esté realizando una persona. Por lo que lo convierte en el tema a describir y explicar en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO II

EL DESARROLLO HUMANO

Como ya se mencionó en el primer capítulo, dada la pluralidad y apertura del enfoque humanista, ha permitido que varias vertientes en cuanto al entendimiento psicológico del individuo se muestren y converjan, a su vez éstas han facilitado que otras más actuales se manifiesten, como lo es el Desarrollo Humano y que a continuación se va desglosar.

2.1 Historia y definición

En una de sus últimas entrevistas, dado que fallece en noviembre de 2015, el Doctor Juan Lafarga (2012) consideraba que, era más sencillo enseñar a las personas sobre el uso del Desarrollo Humano (DH), que quitar todos los malestares que aquejan a la sociedad, como puede ser la delincuencia, la corrupción y en el plano individual querer desaparecer la frustración o el sufrimiento. Puesto así, ya que, desde su perspectiva, el aprendizaje del primero permitirá la reducción de lo segundo, puesto que la humanidad se encamina a una dirección de progreso, sin temor y aprendiendo de sus experiencias y minimizando aquello que detiene o daña su crecimiento.

Ante esto, Rey (2015) hace, de manifiesto que lo referido por Lafarga es lo primordial en el trabajo de cualquier persona ya que la búsqueda natural es hacia la mejora en su estructura y contexto, pero basada en la vivencia y experiencia de los valores, no en la oratoria o discurso de éstos. Por lo que esto es lo que facilita que se maneje una incongruencia entre lo que se dice y lo que se hace.

Sin embargo, son naturales las siguientes preguntas: ¿qué es el DH?, ¿qué rubro del humanismo le da soporte y lo fundamenta?, ¿desde cuándo y a partir de qué se empieza a llevar en México como una alternativa psicológica? y ¿cómo puede ser aplicable dentro del trabajo psicológico de las personas?, para esto se ha de revisar parte de su historia.

Entre la década de 1960 y 1970 la psicología como ciencia florecía en México y aun cuando había una pugna entre “clínicos” y “científicos” la disciplina evolucionaba a través de la docencia, la práctica profesional y la investigación, por este tiempo González (2013) comenta que, Juan Lafarga regresaba de haber cursado un posgrado de Psicología clínica en Estados Unidos y que si bien el mayor entrenamiento, como en ese entonces se manejaba por el común de médicos, psiquiatras y psicólogos, estuvo enfocado en los procedimientos psicoanalíticos.

Lafarga había tenido la oportunidad de haber logrado un acercamiento con psicólogos humanistas y en específico con el enfoque centrado en la persona y que para ese entonces el humanismo solo se conocía en los contextos académicos y llevarlo a la práctica generaba desconfianza y quedar sujeto a la crítica. Sin embargo, eso no lo detuvo y busco la forma de llevar algo a cabo con esta corriente dentro del país.

Era de esperarse que propuestas como éstas fueran recibidas con cuestionamientos, obstáculos, objeciones y rechazos por quienes creían en la psicoterapia tradicional, tanto en el interior de la Universidad Iberoamericana (UIA) que fue el centro de estudios que lo acogió, con mayor razón de instituciones educativas y universidades del exterior. Pero al mismo tiempo se daba una mezcla de entusiasmo y apertura por parte de los estudiantes de psicología, los estudiantes jesuitas, los maestros de la UIA incluyendo a los profesionales del Centro de Orientación Psicológica de esta misma universidad.

Encontrando de tal forma el apoyo en la UIA y para finales de 1966 surgen las primeras propuestas de trabajo para difundir lo que a la postre sería el DH, emanado de la psicología humanista de Maslow y Rogers y con una tendencia plena a este último con el enfoque centrado en la persona o no directivo.

Lafarga (2013) hace hincapié que, el Desarrollo Humano está basado en una filosofía fenomenológica existencial, haciendo énfasis en la percepción subjetiva y limitada de la realidad, es fenomenológica porque ha de ser diferente por cada persona que la percibe y existencial, dado que sus hipótesis acentúan la importancia de los sentimientos al mismo nivel o más que los significados. Por ello acota que es

necesario partir “del aquí y del ahora” para lograr entender la experiencia humana en su totalidad y complejidad.

Para 1975, Carl Rogers le autoriza a Lafarga la traducción y publicación de sus trabajos, que junto con otros autores desarrollaron en 1978 dos volúmenes que llevaron como títulos “Desarrollo del Potencial Humano”, posteriormente un tercer volumen en 1987 y un cuarto en 1992, siendo textos básicos en los programas de DH desde finales 1978 y hasta la época actual, afianzando así el camino a lo que sería la estructura del DH en México desde hace más de 40 años.

Es fundamental clarificar lo que implica este concepto, a esto Lafarga (2010) precisa que, el DH es uno de los preceptos más versátiles de la psicología humanista contemporánea, que desde esta perspectiva es todo lo que favorezca al desarrollo integral tanto a nivel individual, grupal y social; añade que es un concepto con elementos dinámicos ya que desarrollo implica cambio y transformación en un proceso evolutivo, el calificativo humano delimita el campo de estudio y trabajo.

Es versátil porque permite tomar en cuenta todo lo que implique en cuanto a la evolución del individuo y como refiere Muñoz (2012), que en la Psicología humanista se valora el todo en el ser humano, aun aquellas conductas destructivas, entendiéndolas como una posible respuesta ante las circunstancias ambientales y dentro de sus posibilidades personales, pero en su mayoría con una tendencia hacia el progreso, hacia la construcción y que es lo que busca rescatar y desplegar el DH

Ante esto Lafarga (2010) menciona que, el DH se le va entender en México, como una filosofía del hombre, de la sociedad y de las relaciones interpersonales, que pone énfasis en la vida, en la salud y en la autodeterminación. Menciona también que el DH puede llegar a tener diversos significados, según el ámbito (Tabla 3) en el que se le utilice.

Por lo anterior, es aplicable en la promoción de la salud tanto física como mental, desde lo que es la prevención hasta la atención y qué es lo que busca esta vertiente: prevenir más que atender, sin embargo, en el trabajo de la higiene mental

aún hay demasiado por resolver, por ello sigue prevaleciendo la cultura de la atención sobre la de la prevención.

Tabla 3

Significados del DH

- Desde una perspectiva antropológica, el Desarrollo Humano implica una filosofía del hombre, de la sociedad y de las relaciones interpersonales, una disciplina académica enraizada en la experiencia y en la investigación y una praxis profesional orientada a la facilitación y promoción del crecimiento humano, individual y colectivo que considera a la persona en todas sus dimensiones.
- Significa también un estilo de vida caracterizado por la empatía y la honradez en las relaciones interpersonales, por la apertura al aprendizaje, el interés por la vida y la ecología en todas sus manifestaciones y la apertura a la trascendencia.
- En los centros e institutos que han surgido por la iniciativa de los egresados de los programas de la Universidad Iberoamericana y del ITESO, por Desarrollo Humano se entiende el crecimiento individual y mejores relaciones interpersonales. En muchos de ellos, el desarrollo de habilidades específicas encaminadas a facilitar el crecimiento en personas y en grupos.
- En las universidades se entiende por Desarrollo Humano la psicología evolutiva del hombre en sus diferentes etapas: niñez, adolescencia, edad adulta y senectud, aunque por influencia de los filósofos y de los psicólogos humanistas, el concepto implica también la humanización de las disciplinas, es decir, el desarrollo de la ciencia, de la tecnología y del conocimiento en general, al servicio de los valores de justicia y solidaridad.
- Por Desarrollo Humano en la psicología comunitaria mexicana, se entiende el impulso de los procesos autogestivos en las comunidades, así como los programas encaminados a fortalecer los procesos de comunicación de los diferentes sectores de la comunidad, y por otros programas diseñados para promover crecimiento personal el de las personas y de los grupos.

Tabla 3 (continuada)

Significados del DH

-
- El Desarrollo Humano es entendido desde una perspectiva pluridisciplinar, como las ciencias de la educación que deben ser conocidas y cultivadas a diferentes niveles, especialmente por quienes tienen mayor influencia en la sociedad, como son los maestros, los profesionales y los líderes en las empresas, la comunidad y la política en todas sus acepciones.
-

Fuente: Lafarga (1992), pp. 4-6.

Para esto se requiere acudir a la parte más interna del ser humano, ya que el DH “proviene de un corazón sabio y es una tendencia básica hacia el crecimiento, fuerza motivacional de toda acción humana” (Lafarga, 1992, p. 6), entendiendo esto como una muestra de amor hacia las experiencias vividas ya que son éstas las que van a permitir ese crecimiento, aun cuando las mismas hayan sido desagradables o dolorosas.

A efecto de esto Nussbaum (2006) menciona que, el amor ha de ser entendido de manera creciente en cuanto a sus maneras de intercambio y reciprocidad, más no de forma narcisista, pues el yo se concibe en un modo de crecimiento, incompleto y parcial, por lo cual requiere desarrollarse constantemente, no dando cabida al ser total, grandioso, magnífico u omnipotente.

Y aunque el DH como la conducta humana están condicionadas por el medio y hasta por factores genéticos, como lo menciona Manzano (2013), también es cierto que la persona maneja un grado de libertad, para poder inferir en un tiempo y espacio determinado hacia donde encamina su progreso.

Lafarga (2012), en este sentido pone como ejemplo los valores dentro de un contexto social y cultural, ya que estos más que enseñarlos y explicarlos, hay que transmitirlos y contarlos, lo que implica haberlos experimentado, apropiárselos con pasión hasta su última consecuencia. Es donde estriba esa libertad humana de

permitirse o no la vivencia, aun con el condicionamiento externo que se pudiera estar presentando.

Se añade que el DH también implica promover y facilitar la salud, el bienestar y el crecimiento de la persona en todos sus ámbitos, de este último se va entender con base a lo que Maslow, Allport y sobre todo Rogers manifiestan y Lafarga (2010) lo compila en los siguientes rubros que se muestran en la Tabla 4.

Tabla 4

Rubros que implican y facilitan un crecimiento personal

- ✓ La promoción del autoconocimiento, la autodeterminación y la autoestima en las personas, en los grupos y en las comunidades.
 - ✓ Fomento de relaciones interpersonales satisfactorias caracterizadas por la transparencia y por la cercanía.
 - ✓ Búsqueda del diálogo como instrumento privilegiado de la comunicación.
 - ✓ Eficiencia y eficacia en el trabajo, considerado éste como una acción satisfactoria y no únicamente como una actividad productiva o una obligación.
 - ✓ Interés social caracterizado por la equidad en los derechos y las obligaciones y la igualdad de oportunidades para todos.
 - ✓ Interés genuino por la ecología y el desarrollo armónico universal.
 - ✓ La búsqueda trascendente o espiritual que responde a la inquietud humana sobre el sentido de la vida y de todo lo que existe a su alrededor.
-

Fuente: Lafarga (2010), pp. 16-17.

Partiendo de lo mencionado, toma peso, relevancia y soporte la definición que los Departamentos de Desarrollo Humano en la Universidad Iberoamericana y en el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO) tiene sobre el DH, entendiéndose:

“como el estudio de los dinamismos básicos intrapsíquicos e interpersonales que impulsan la evolución de la persona, así como el estudio de las condiciones sociales y ambientales que favorecen el buen funcionamiento de la persona individual, de los grupos de personas y de la sociedad” (Lafarga 2010, pp. 11).

Considerando a esta definición como la más integral de todas las mencionadas.

Con base a esto se marca la estructura y base teórica en el que estriba el DH, con especial énfasis en los preceptos de Rogers y su enfoque centrado en la persona. Sin embargo, es fundamental clarificar que no son lo mismo y que hay diferencias significativas en su proceso y trabajo, aunque uno parta del otro y es lo que se explica en el siguiente punto.

2.2 Enfoque centrado en la persona y Desarrollo Humano.

Fue algo fundamental en el origen del DH en México, como un movimiento nuevo, el que el entusiasmo de los estudiantes de psicología radicara en ser entrenados en psicoterapia con el enfoque centrado en la persona. De manera semejante los estudiantes jesuitas y maestros de la UIA al recibir una formación como educadores que los capacitara para promover la salud integral y el DH de las personas con quienes estaban en contacto.

Por lo cual y desde ese momento fue prioridad para Lafarga (2013) explicar y aclarar la diferencia sutil, pero significativa entre el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) y el DH, donde si bien es cierto que el primero es la columna vertebral del segundo y en específico un factor esencial. Este es el método teórico-práctico de Carl Rogers en la intervención con la persona o cliente como él lo refería y se concreta a las propuestas de Rogers desde lo que el percibe como crecimiento personal o tendencia actualizante.

El DH va más allá, es más amplio pues requiere aprovechar todos los recursos existentes para impulsar el potencial humano, lo que implica tomar en cuenta todas las teorías, preceptos y propuestas que existen hasta este momento en la Psicología donde el único objetivo es armonizarlas para trabajar y promover el crecimiento personal a nivel individual, de pareja, familiar, grupal, comunitario y social.

Por esto el Desarrollo Humano también puede ser entendido como:

“el proceso de autorrealización de las personas individualmente consideradas, de los grupos y de la sociedad, motivado por la tendencia a la superación manifiesta en todos los organismos vivos y de la que es consciente al ser humano” (Lafarga 2010, p.20)

Por lo que se amplía en la Tabla 5, todos factores que se requieren para ese crecimiento personal o autorrealización y que van a implicar un trabajo en la persona que ha de ser constante y progresivo, donde su avance podrá verse reflejado en su desenvolvimiento cotidiano, lo que lleva a que el individuo se propio testigo de su evolución.

Tabla 5

Factores que se requieren y se trabajan para lograr el crecimiento personal.

- ✓ Amor a la vida (biofilia) en todas sus manifestaciones, fuente de las preferencias valorativas saludables.
- ✓ Ampliación del autoconocimiento, de la autoestima, y de la autodeterminación en los individuos, los grupos y las comunidades. Incremento de la consciencia de ser, como persona, única e irrepetible, integrada en el universo.
- ✓ Fomento y consolidación de relaciones interpersonales basadas en la empatía, la actitud positiva incondicional y la congruencia.
- ✓ Búsqueda del diálogo como instrumento privilegiado de la comunicación.

Tabla 5 (continuada)

Factores que se requieren y se trabajan para lograr el crecimiento personal.

-
- ✓ Aumento de la libertad emocional, es decir, de la capacidad para asumir los propios sentimientos, percepciones y significados y responsabilizarse por ellos.
 - ✓ Saludable manejo de la agresividad para obtener asertivamente (sin sometimiento ni violencia) la satisfacción de las necesidades.
 - ✓ Eficiencia, eficacia y satisfacción en el trabajo.
 - ✓ Incremento del interés social o búsqueda de la equidad y de la igualdad de oportunidades para todos.
 - ✓ Satisfacción por el aprendizaje.
 - ✓ Interés genuino por la ecología.
 - ✓ Sentido del humor o capacidad para reírse de todo, sin perderle el respeto.
 - ✓ La autorrealización es un proceso que dura toda la vida y la tendencia a ésta es genética, pero puede ser favorecida u obstaculizada por las circunstancias internas y medioambientales.
-

Fuente: Lafarga (2010), pp 20-21

Se enfatiza también que el DH en México ha sido un paso adelante en los planteamientos del enfoque centrado en la persona de Carl Rogers, de tal forma que ser “rogeriano” no es repetir a Carl Rogers y mucho menos transformarlo en algo ortodoxo y radical, sino trascenderlo y perfeccionarlo, convertirlo en aprendizaje personal significativo, esto es llevarlo a una práctica dentro de un estilo de vida que como todas tiene sus vicisitudes.

Para que esto se entienda de mejor manera, en el siguiente punto se abordan los campos de aplicación del Desarrollo Humano y como funciona en cada uno de ellos.

2.3 Campos de aplicación del Desarrollo Humano.

Los campos de aplicación pueden ser diversos, Jaramillo (2006) menciona que, el objetivo de este enfoque es replantear lo ya argumentado y experimentado dentro del proceso psicoterapéutico. Por lo cual no está peleado con ninguna otra corriente teórica o encuadre psicológico tales como psicoanálisis y conductismo. Por lo que, entre otros y basándose en estos, logra un mejor entendimiento de lo que implica el apoyo y acompañamiento psicológico hacia la persona, como lo que es, un individuo, no un objeto de estudio, ni una muestra de laboratorio.

De allí que sus áreas de inserción no se limiten, ya que el DH busca que la persona forme habilidades, genere capacidades, para mejorar su estilo de vida y su progreso individual, a esto y para que haya un mejor entendimiento.

Por capacidades se ubica lo que refiere Rivera (2017) y qué es de lo que es capaz de ser y hacer una persona, como una especie de libertad que va en dos sentidos, una en sí misma y la otra en la continuidad de los funcionamientos, dado que lo que se busca es el funcionamiento progresivo y evolutivo de la persona.

Es por ello que el DH como herramienta para lo anterior, enfatiza que el individuo ha de entenderse como un ser completo interviniendo en todas sus áreas de desenvolvimiento y no fragmentándolo en cada una de ellas.

Lo antes mencionado es lo que más resalta dentro de lo que busca aplicar este concepto en las personas, es un trabajo integral para su salud y su desarrollo personal

Pues como menciona Lafarga (2004), es en esto donde se logrará una armonía y una estabilidad a las necesidades tanto individuales, como grupales (familia) y socioculturales, ya que el ser humano muestra una tendencia natural a la evolución en todas sus direcciones y la falta o carencia de las necesidades no cubiertas son las que facilitan malestares como, violencia, destrucción y autodestrucción.

Por tal motivo no es suficiente atender los padecimientos emocionales o mentales de las personas, sino prevenirlos y guiar a que las personas lo hagan por

ellas mismas, para lo cual es fundamental la promoción de la creación de capacidades y habilidades en todos los campos o áreas de evolución y desenvolvimiento

Así Rivera (2017) retoma, lo que Nussbaum considera en cuanto a la importancia de las capacidades y que pueden ser vertidas y entendidas como los soportes de dicha evolución humana, tanto en la atención como en la prevención de su salud y bienestar y que la formación de estas y las áreas donde se insertan se traducen como los campos o espacios donde es aplicable el desarrollo humano, estas son las capacidades internas.

Menciona también que se hace referencia a dos tipos, las ya mencionadas y las combinadas, dándole mayor relevancia a las primeras puesto que estas proceden del interior de la persona, formadas por sus características individuales y las segundas son creación de las anteriores y que se ve reflejadas en la disposición, decisión y ejecución de las acciones del individuo en el exterior.

Esto permitirá lograr y llevar una “vida humanamente digna” y un desarrollo progresivo que, según Nussbaum (Tabla 6) se da a partir de diez capacidades centrales.

Tabla 6

Capacidades centrales de Nussbaum

- Vida. Ser capaces de vivir una vida humana de duración normal hasta su fin.
- Salud física. Ser capaces de gozar de buena salud.
- Integridad física. Ser capaces de moverse libremente de un lugar a otro.
- Sentidos, imaginación y pensamiento. Ser capaces de utilizar los sentidos, de imaginar, pensar y razonar, y de poder hacer estas cosas de una forma realmente humana.
- Emociones. Ser capaces de tener vínculos afectivos con cosas y personas ajenas a nosotros mismos.
- Razón práctica. Ser capaces de formar un concepto del bien e iniciar una reflexión crítica respecto de la planificación de la vida.

Tabla 6 (*continuada*)*Capacidades centrales de Nussbaum*

-
- Afiliación. Ser capaces de vivir con otros y volcados hacia otros, reconocer y mostrar interés por otros seres humanos y comprometerse en diversas formas de interacción social.
 - Otras especies. Ser capaces de vivir interesados y en relación con los animales, las plantas y el mundo de la naturaleza.
 - Juego. Ser capaces de reír, jugar y disfrutar de actividades de ocio.
 - Control sobre el propio entorno. Político y territorial.
-

Fuente: Nussbaum, (2012), pp.52-53

Atañe también que las capacidades se sustentan entre sí y que las de afiliación y razón práctica han de ordenar el funcionamiento de las demás.

Con base a esto se lograría lo que tanto busca el DH y que en palabras de Gou (2007) sería un nivel de autonomía y salud casi perfecto, pues se conjugan las capacidades cognitivas y emocionales dando como resultado un equilibrio de racionalidad y responsabilidad en el individuo, lo que conllevaría a mostrar los siguientes niveles mínimos de autonomía y que se describen en la Tabla 7.

Tabla 7

Niveles mínimos de autonomía

-
- que los actores tengan la capacidad intelectual para la formulación de objetivos y creencias comunes a su forma de vida.
 - que los actores tengan la confianza suficiente para querer actuar y por tanto participar en alguna forma de vida social.
 - que los actores en algunos casos lo hagan mediante la formulación constante de objetivos y creencias, y comunicándolos con otros.
 - que los actores perciban que sus acciones han sido realizadas por ellos mismos y no por otros.

Tabla 7 (continuada)

Niveles mínimos de autonomía

- que los actores sean capaces de comprender los límites empíricos que existen sobre el éxito de sus acciones.
 - que los actores puedan asumir la responsabilidad por lo que hacen.
-

Fuente: Gough (2007), pp. 187.

Sin embargo, Gough también menciona que lo anterior ha sido la constante en el trabajo del desarrollo y progreso del ser humano, por eso es “casi perfecto”. Si bien se puede llevar a cabo, se ha observado que esto puede generar problemas en la salud mental graves, ya que la persona requiere tener una comprensión de ella misma, de su cultura o sociedad y de lo que espera de ella como individuo en su desenvolvimiento. Es aquí donde se gesta el conflicto entre lo que se es, lo que se quiere ser y lo que se debe ser.

De lo mencionado se desprende que de este conflicto se generan malestares de carácter mental, emocional y conductual que se traducen como refiere Lafarga (2004), en represiones y frustraciones, estas de continuar se transforman en otros padecimientos que requieren mayor tratamiento.

Por esto se considera necesario abordarlos desde el momento en que empiezan a manifestarse y de ser posible crear los soportes para su prevención, en todos los campos de desenvolvimiento y desarrollo potencial de la persona. De tal forma que el DH puede ir más allá de la psicoterapia y adentrarse en otras áreas de progreso del individuo.

Lafarga (1992), lo considera así ya que este puede ser entendido y trabajado desde una perspectiva multidisciplinar, ya que, aunque procede de las ciencias de la salud su flexibilidad permite que sea llevado, explicado, transmitido y practicado como lo son las ciencias de la educación y que por esto ha de tener mayor impacto

y difusión (Tabla 8) en las escuelas, en las empresas, en la política, en las comunidades y hasta en otras profesiones.

Tabla 8

Campos donde se ha insertado el DH y ha tenido una difusión un impacto.

-
- Ψ Antropología. El DH sirve e implica una filosofía del hombre, pero no nada más en lo individual sino desde sus relaciones interpersonales y su construcción social y cultural, facilitando así la incitación al crecimiento humano tanto en lo personal, grupal y cultural.
 - Ψ Educación. El DH implica la humanización de las disciplinas, ir más allá de la adquisición y practica del conocimiento adquirido, esto es que tanto la tecnología como los aprendizajes puedan estar al servicio de los valores de civilidad a la par del progreso interno de la persona.
 - Ψ Laboral. El DH ha ido permitiendo a las empresas llevar a cabo capacitaciones a su personal en todos sus niveles, para que desarrollen características y actitudes más humanas que permitan una mayor comunicación entre áreas, mayor optimización de los recursos y sobre todo un mejor entendimiento y apoyo como personas.
 - Ψ Comunitario. El DH ha buscado impulsar los procesos autogestivos de las comunidades tanto rurales como urbanas, fortalecer los procedimientos para la mejora de la comunidad que ya se estén realizando y crear o facilitar programas para el crecimiento individual y familiar de los integrantes de la comunidad.
-

Fuente: Lafarga (1992), pp. 5-6

Lo más relevante de esto y que él mismo lo enaltece es que estas ejemplificaciones son tomadas de lo que se ha estado realizando con el DH en México.

Por ello Lafarga (2010) hace énfasis de que se debe dar una mayor promoción al DH, donde todos los especialistas de este tema, empezando por los

psicólogos han de ser los principales promotores de esta herramienta tanto en lo individual, como en lo grupal y social.

Para esto, es primordial que los promotores y orientadores del DH ubiquen que este es una disciplina que en la práctica es como la Educación, donde como enfatiza Rugarcia (1992), la segunda busca la adquisición, optimización y modificación de los conocimientos para la mejora en el individuo sobre su razonamiento y progreso en el medio, por ende, el primero busca lo mismo, pero en las actitudes, pensamientos, conducta y emociones de la persona, para efecto de su propia percepción y de la que pueda tener de su contexto y de las otras personas que con ella convergen.

De esto se desprende que las habilidades que ha de mostrar el orientador, promotor o psicólogo que lleve a cabo el DH en cualquier campo son: respeto, empatía, afecto, inclusión y sobre todo honestidad, las cuales Rugarcia (1992) prepondera, en su uso y práctica. Partiendo del supuesto de que él psicólogo y en específico el psicólogo clínico o el psicoterapeuta cuenta con varias de las ya mencionadas y desarrolladas, sin embargo, requiere de otras como objetividad o neutralidad y ser prudente con el otro.

Por lo cual en el siguiente capítulo se profundizará en estas habilidades, en el DH como herramienta en el proceso psicoterapéutico aunado a su flexibilidad para empatarse con otras perspectivas teóricas y técnicas, aunado a lo benéfico que puede ser su práctica tanto para el psicoterapeuta como para el usuario o paciente.

CAPÍTULO III

EL DESARROLLO HUMANO COMO HERRAMIENTA EN EL TRABAJO PSICOTERAPÉUTICO.

Con base a los temas vistos anteriormente, se ha llegado a la parte medular de este trabajo: la función del DH en la práctica psicoterapéutica, su manera de enlazarse con otras técnicas de trabajo y que aun siendo de otra perspectiva teórica, logra eslabonarse sin mayor complicación y el beneficio que éste deja tanto al paciente como al psicólogo que lo lleva a cabo.

3.1 Función del Desarrollo Humano dentro del trabajo psicoterapéutico en una persona.

En la actualidad y más allá de los preceptos duros de la Psicología, el papel del Psicoterapeuta como hace referencia Lafarga (2013), no es el persuadir a sus clientes de lo que él considera que puede ser lo mejor para ellos, sino de acompañarlos en la toma de sus propias decisiones, con fidelidad a sus conciencias y respeto por las mismas.

Aunado a esto y que también lo menciona Benedicto (2012), el respeto a las personas es fundamental en su entendimiento emocional y que ellos mismos son el fin y han de volverse agentes activos y no receptores pasivos de posibles beneficios u obras generadas por otros. En este caso el psicólogo es quien los acompaña en su labor, como alguien que va a su lado, respetándolo y encausándolo a una evolución.

Así y aunque pareciera complejo, pero que en la práctica se vuelve más sencillo, se desglosa la función, la labor o el uso del DH dentro del trabajo psicoterapéutico, donde se hace énfasis de la importancia del individuo y su proceso para el logro.

Para ello es necesario definir en primera instancia cual es la función del psicólogo en el desarrollo del proceso psicoterapéutico, Ordaz (2016) menciona

que, el psicólogo es el profesional que estudia los procesos mentales, los comportamientos y expresiones emocionales de las personas a la par de ofrecer opciones y técnicas para lograr su objetivo, mejorar su desarrollo o enfrentar su conflicto. El autor también afirma que una de las principales funciones es la de asistir a la persona y no solucionar de forma directa, las problemáticas, conflictos o vicisitudes planteadas en la sesión psicoterapéutica. Hay que fungir como un canalizador para que el individuo comprenda la naturaleza de su problema y la posible gama de alternativas y herramientas que pueden servir como solución, llegando así a un entendimiento guiado, acompañado.

Así, se enfatiza la frase “el hombre sabe mucho más de lo que comprende” (Adler, 2000, p.11) sin embargo, esto no se da por sí solo, puesto que, como Adler también menciona, es debido a que las singularidades del individuo no se pueden englobar en una fórmula breve o sintetizada y es donde ha de necesitar posiblemente el acompañamiento de otro ser humano para facilitar el entendimiento de lo que sabe y comprende de lo que no, de él y de su exterior.

Lo anterior, remite al inicio de este apartado y que es lo que prioriza Lafarga (2013), la tendencia natural y básica del ser humano hacia el crecimiento y prepondera que ha de ser la labor del psicólogo humanista apoyar en este crecimiento, desbloquearlo, facilitarlo. Es aquí donde cobra fuerza y entra en función el DH, pues si bien son herramientas básicas en el humanismo, la empatía, la congruencia y la actitud positiva, estas no están peleadas con otras posturas o modelos terapéuticos, por lo cual han de ser de gran utilidad para cualquier psicólogo y el DH facilita el uso de estas.

Ahora, es primordial clarificar como funge el DH en el hecho de lo antes referido, se pueda llevar a cabo. Jaramillo (2006) manifiesta una serie de características funcionales y que distinguen al DH dentro del proceso psicoterapéutico y en las cuales resalta algunas por su mayor utilidad y beneficio, como se observa en la Tabla 9.

Tabla 9

Características funcionales del DH en el proceso psicoterapéutico.

-
- ✓ Facilitar el crecimiento de la persona e incorporar a su vida nuevos recursos. Contempla los cambios terapéuticos como la consecuencia de lo que antecede.
 - ✓ Encontrar de manera concreta el manejo del conflicto humano, en el recto manejo del sufrimiento y más adelante, la reestructuración de algunas actitudes y áreas de la personalidad, son consecuencia de lo primero.
 - ✓ Su función es menos directiva e impositiva en el trabajo con el cliente.
 - ✓ La base del trabajo consiste en que la persona mire hacia su interior y amplíe su conciencia, a través del autoanálisis y la neovaloración de las teorías de vida.
 - ✓ Brindar mayor importancia a la relación de lo humano con lo absoluto, lo trascendente y con su espiritualidad.
 - ✓ Enfocar en el trabajo del cambio personal y en la renuncia de pretender cambiar a otros.
 - ✓ Concentrar un 80% en las soluciones y un 20% en los problemas
 - ✓ Reeducar para después sanar.
 - ✓ Apoyar y utilizar las distintas estrategias psicológicas, pedagógicas y las convenientes, ya existentes que puedan servir para apuntalar la reeducación y la asimilación de aprendizajes significativos.
 - ✓ Busca el cambio de lo posible en la persona y su adaptación a lo imposible.
 - ✓ El DH más que pretender ser un surtidor de respuestas y un consejero que resuelve problemas a través del facilitador, ayuda al cliente a que aprenda primero, a vivir con ellos cuando estos son inamovibles. Lo confronta para su solución, cuando ve, junto con la persona, que ya cuenta con todos los elementos y recursos para que ella misma los resuelva.
-

Fuente: Jaramillo (2006), pp. 317-319.

Es importante no omitir que Jaramillo (2006) hace mención que, desde su perspectiva, sí hay una distinción en lo que implica el DH y la psicoterapia, ya que

el primero trata de ser multidimensional, aunque esto se vuelva complejo de observar ya dentro del trabajo psicológico que se esté llevando con la persona.

Sin embargo, Lafarga (2010) explica que, ha de ser precisamente la promoción y uso del DH dentro del trabajo que los psicólogos realizan, lo que permita un mejor desarrollo del mismo y por ende esto incluye la labor psicoterapéutica, reforzando así el factor multidimensional y lo especifica con una serie de propuestas que se definen en la Tabla 10.

Tabla 10

Propuestas para la promoción del DH y su relación con la Psicoterapia.

1. La psicoterapia, como una rama de la psicología clínica puede ser practicada únicamente por quienes tienen conocimientos de psicología. Esto deduce, que el campo de la psicoterapia debe estar abierto a todos los psicólogos que quieran especializarse en ella, así como a los médicos y otros profesionales que tengan formación en psicología.
2. La psicoterapia, la orientación, el acompañamiento personal y la facilitación del Desarrollo Humano atienden diversos segmentos del continuo de la salud emocional y mental que va desde la disfuncionalidad hasta el desarrollo avanzado. A partir del énfasis que se ponga en la curación o en la promoción directa de la salud, serán descritos como psicoterapia o como facilitación del desarrollo humano.
3. Cualquier forma de promoción de la salud es psicoterapéutica y no necesariamente es práctica de la psicoterapia. Los programas de entrenamiento en Desarrollo Humano forman facilitadores cuyo trabajo tiene efectos psicoterapéuticos y no necesariamente forman psicoterapeutas.
4. La salud está en la satisfacción armónica e integral de las necesidades de los individuos, los grupos y la sociedad.

Tabla 10 (continuada)

Propuestas para la promoción del DH y su relación con la Psicoterapia.

-
5. La promoción de la salud integral como una actividad educativa es responsabilidad de todas las profesiones. De aquí se infiere que la facilitación y promoción del Desarrollo Humano es también responsabilidad de todas las personas y de todos sus grupos.
-

Fuente: Lafarga (2010), pp. 14-15.

Además, hace hincapié en que, es necesario que todo profesional que intervenga en la mejora de la persona y que más allá del trabajo psicoterapéutico o de orientación que esté realizando, facilite y promueva el DH, como una herramienta de crecimiento y evolución personal y social, además de la flexibilidad que éste tiene y que se puede encausar desde cualquier vertiente teórica o técnica a realizar.

Con base a esto, ahora en el siguiente rubro se explica cómo se enlaza y se inserta el DH en las distintas alternativas y técnicas de apoyo psicoterapéutico, respetando su fundamento teórico, su procedimiento y a la par se encamina a la persona al progreso y evolución de su ser tanto de forma interna como externa.

3.2 Enlace del Desarrollo Humano con otras técnicas de apoyo para la mejora del trabajo psicoterapéutico.

Como se mencionó en el punto anterior, el DH busca una vinculación y utilidad con las posturas y teorías psicológicas ya establecidas, dado que es una característica de su postulado básico: el humanismo.

De esta forma atiende el hecho de que, es una herramienta que no cubre todo el proceso de trabajo psicoterapéutico de la persona y como lo refiere Jaramillo (2006), que el DH quisiera tener entre sus instrumentos de trabajo y acompañamiento, una tecnología que protegiera al ser humano de él mismo, sin embargo, no ha sido posible.

Postulados teóricos y DH.

El rubro antes referido ha sido un factor que ninguna de las posturas teóricas en Psicología ha logrado, Si bien el psicoanálisis busco desde los postulados de Freud indagar en las profundidades del inconsciente del ser humano, pero no fue suficiente. El conductismo con su metodología de precisión basándose en la conducta del sujeto y en los estímulos y variables externas que llegan a tener una repercusión en él, tampoco ha logrado generar una técnica completa. El humanismo que precisamente se forjó en respuesta a esas faltantes de las dos anteriores en el entendimiento y apoyo de la persona, también ha sucumbido al no lograr una herramienta global que facilite el bienestar y progreso del individuo.

Qué decir de las demás perspectivas posteriores a las “tres fuerzas” como se le conocen, entre ellas, el enfoque gestalt, sistémico, cognitivo-conductual, entre otras que, aunque trataron de profundizar más en el conocimiento de los seres humanos y no encasillarlos en modelos rígidos de estudio, no han terminado por generar una estrategia plena.

Lo anterior permite tomar en cuenta lo que Lafarga (2013) manifiesta que, si bien el psicoterapeuta forjado en el enfoque existencial humanista, tiene como labor facilitar un ambiente en el cual el individuo pueda recobrar la sensación de estar bien consigo mismo, y con todo lo que eso implica: la tolerancia a emociones, pensamientos, objetos o personas, etc. Esto no significa que otros psicólogos formados y con tendencias a otros postulados teóricos, les sea imposible generar algo semejante, si es posible y es aquí donde el DH toma relevancia.

Así es como, aunado a las propuestas mencionadas en la Tabla 10, Lafarga (2010) resalta, el vacío que hay en los modelos, prácticas, estrategias y técnicas en cuanto a la promoción de la prevención de una salud mental sana y solo se enfocan en la atención del malestar,

A esto es a lo que él atribuye que se de esa falta de mayor acercamiento con la persona y solo tratarla y atenderla bajo el término acuñado del modelo médico - paciente. Lo cual facilita que se pierda o no se obtenga esa profundización interna

del individuo con el mismo, acompañado de otro y que es el objetivo primordial de la psicoterapia. Por esto enfatiza en lo siguiente:

“Todo ser humano desde todas las vertientes teóricas y prácticas es responsable de la promoción de su propio crecimiento personal y del de los demás. Responsabilidad que emana de la misma tendencia natural al crecimiento biopsicosocial y espiritual, observable en todos los seres humanos” (Lafarga, 2010, p. 15)

Así, ese vacío mencionado que se puede cubrir, esa posibilidad de acompañar al cliente en su mejora, en su reeducación y en su prevención, puede ser factible a través de un puente entre todo esto y la perspectiva del psicoterapeuta. Esto es precisamente el objetivo del DH, fungir como ese puente y enlazarse al trabajo psicoterapéutico como una herramienta de apoyo y de soporte al modelo, técnica o estrategia contemplada para abordar el caso.

Lo que lleva a entender por ejemplo las actualizaciones que han hecho posturas teóricas de arraigo en la Psicología y que a continuación se mencionan las más relevantes y que se logra observar en ellas, parte de lo que busca el DH.

Psicoanálisis y DH.

Hablar del psicoanálisis es partir, como hace referencia Barón (1996), de los preceptos básicos de Freud tales como inconsciente, pulsión, conflicto psíquico, resistencia, mecanismos de defensa, etc. Donde la interpretación del psicoanalista y la asociación libre del paciente, hasta llegar a la catarsis, se volvían lo fundamental en el trabajo psicoterapéutico y en ese tiempo no llamado de esta forma sino entendido como tratamiento clínico.

Esto incluyó varias décadas posteriores a Freud y su muerte, donde sus precursores se mantuvieron en dicha postura, así lo refiere Caruso (1963) que, en el permanecer fiel a Freud, ni los médicos ni los psicólogos han de ser aptos para utilizar el psicoanálisis, sino tienen la formación psicoanalítica y para esta se requiere seriedad, esfuerzo y paciencia. Enfatiza también que la psicoterapia,

requiere seriedad y que no va a aceptar “técnicas silvestres” por tal motivo no se tiene que caer en el eclecticismo. Por esto el esfuerzo y la paciencia para apropiarse de la técnica psicoanalítica.

Sin embargo, también refiere que el opuesto hace un daño y éste es el dogmatismo, pues cierra y nubla la mente del especialista y cae en la ortodoxia psicoanalítica y hay algo que es indudable e innegable. El psicoanalista no deja de ser una persona como el psicoanalizado, la única diferencia es la formación y la postura estricta del primero en seguir y respetar las reglas del trabajo psicoterapéutico, lo que implica ser un testigo en un modo estricto, del testimonio del otro. De tal forma que, no interfiere, se ubica fuera de su campo de visión, no busca darles explicación a los comportamientos, menos el de dirigir o “educar” al paciente.

Por esto y ante el inminente hecho, de lo que Freud enfrentó desde un primer momento, dificultó varias de sus intervenciones y a las que llamó resistencias, tuvo que pasar de una primera tópica a una segunda o también llamado modelo estructural, en este segundo, donde aparecen la estructura psíquica: ello, yo y súper yo.

Esto ha servido como fundamento para que en tiempos actuales la técnica psicoanalítica clásica, se vuelva una técnica psicodinámica y como lo explica Paniagua (2014) que, se habla de un modo psicodinámico y estructurado, porque ahora el paciente lleva una atención activa, pues aprende a observar las secuencias de sus pensamientos y sus emociones. Al conocer sus procesos mentales, va ganando en autonomía y capacidad de autoanálisis. Ataño que se realiza una “escisión” terapéutica que, si bien es cierto que fue un término utilizado en un primer momento, por Freud como un mecanismo de defensa, hoy se utiliza como una herramienta de beneficio para el paciente y ésta sirve para separar la función de la autoobservación de las impresiones vivenciales.

Aunque algunos psicoanalistas partidarios de la primera tópica consideran que esto lleva al paciente a intelectualizar, los seguidores de la segunda como Paniagua, hacen valer las propias palabras de Freud en cuanto al yo: “Es la única

luz que nos guía en las tinieblas de la psicología de las profundidades.” (Paniagua, 2014, p.146)

Se genera una alianza terapéutica, un pacto racional del analista con el analizando y el primero adopta una actitud imparcial, hacia la estructura psíquica. Así las pulsiones se mantienen a raya, las defensas y las resistencias se analizan, manteniendo la asociación que el paciente vaya realizando y cuando aflore un componente importante que genere tensión. El analista se dará a la tarea de comunicárselo sin que sea directo o dirigido.

Por lo cual se busca que sea el propio paciente quien alcance la profundidad de su psiquismo, quien reconstruya su pasado y descubra sus recuerdos, fantasías, temores y deseos. Paniagua resalta, que esta técnica es de las menos sugestivas y genera resistencias mínimas, se basa en lo que el paciente puede tolerar. Y define a la psicoterapia como:

“Aquellos tratamientos basados en principios psicodinámicos que no son la ‘cura tipo’, que no son atemporales, no hacen necesariamente uso del diván y no requieren gran frecuencia de sesiones” (Paniagua, 2014, p.303).

Habla de un enfoque modular, del aquí y el ahora ligado a la realidad de los hechos y donde el paciente toma un rol activo. Ante esto, toman fuerza los rubros que menciona Jaramillo (2006) donde lo relevante es que la persona mire hacia su interior, amplíe su conciencia, concrete en su conflicto interno y se encamine por sí mismo hacia su mejora y progreso. Esto facilita ubicar que el DH puede enlazarse con las técnicas psicodinámicas, respetando su modelo y sin que éstos lo llamen como tal, pues el DH no busca el reconocimiento, sino la promoción y la prevención.

Conductismo y DH.

Otra situación parecida es la que se ha venido dando con otro enfoque psicológico y de una envergadura semejante a la del anterior, este es el conductismo. Desde sus inicios, como lo clarifica Keller (1980), con Watson y posteriormente Skinner, marcaron un objeto de estudio y trabajo en la psicología: la

conducta, por ende, esto no iba a ser la excepción dentro del trabajo psicoterapéutico. Donde lo que más habría de prevalecer era la modificación de ésta, el reconocimiento y control de las variables que influyen en la misma, para observar así la mejora del sujeto.

Es notorio el resultado benéfico que este modelo trajo al plano clínico de la psicología y que al día de hoy se siguen llevando a cabo. Sin embargo y aunque al paso del tiempo se ha tratado de mantener los principios básicos de los paradigmas del condicionamiento y la conducta, Ruiz y Díaz (2011) mencionan que, si bien se sigue manteniendo el término de terapia de conducta ha sido necesario evolucionar a efecto de lograr un mayor entendimiento de la persona y no remitirla solo a lo observable. El producto de esta evolución teórica y práctica se le ha concebido como terapia cognitivo-conductual.

Así se hace una distinción de las primeras técnicas como son las operantes, de exposición, desensibilización sistemática, de relajación, entre otras, que se enfocaban y daban mayor prioridad a la conducta. Las que son posteriores y nacen a través de la nueva vertiente cognitivo-conductual, como lo son las de modelado, de habilidades sociales, de reestructuración cognitiva, Terapia cognitiva de Beck (Cabayo, 1997, 1998) y Terapia Racional Emotiva (Ellis, 1980). Le van a dar un peso y valor al pensamiento, a las ideas y razonamiento del individuo, como factor imperante dentro de los malestares psicológicos que lo aquejan, siguen tomado en cuenta la conducta, pero ya no es el eje fundamental.

Es en estas últimas técnicas, sobresale el trabajo que se realiza con la Terapia Racional Emotiva (TRE), donde Ellis y Abrahms (1980) encausan, a que la persona se sienta satisfecha con sus actos a través del entendimiento de sus ideas irracionales y sentimientos inadecuados, para así modificarlos por pensamientos y sentimientos más funcionales, prácticos y agradables, dejando claro que, todo el proceso lo lleva la persona.

Actualmente las técnicas dentro de la vertiente de la Terapia Cognitivo Conductual (TCC), se han encaminado más allá de los principios básicos enlazándose con otras técnicas o enfoques, generando así un mayor impacto y

beneficio en el paciente. Dentro de estas, Ruiz y Díaz (2011) mencionan, las de aceptación y compromiso, dialectico conductual, biofeedback, intención paradójica, incluyendo también a los de meditación, atención o conciencia plena, llamados también mindfulness.

Con referencia a este último, Cayoun (2014) remarca, que no se altera, ni se rompe el principio básico de la TCC y que es precisamente por éste que se puede incorporar el mindfulness. Permitiendo así una “integración teórica”, pues por un lado se mantiene el aprendizaje operante y la modificación de pensamiento y por el otro la meditación, el uso de parábolas y la empatía sólida.

De esta forma se va encontrando en el paradigma del conductismo y en específico de la TCC, la necesidad de volverse flexible y voltear a ver a otros procesos y modos de abordaje dentro de la labor psicoterapéutica. Esto con la finalidad de brindar mayores alternativas de trabajo y prevención en cuanto a la salud mental y el bienestar emocional de la persona.

Con base a lo anterior, Lafarga (2013) insta a través del DH y que sin el efecto de perder o alterar la formación inicial del psicólogo, éste puede crear ese ambiente agradable y de apoyo a la persona basándose por un lado en su formación inicial y por el otro con herramientas que le permitan acercarse más al individuo y encausarlo a un aprendizaje y mejora de su estilo de vida.

Es así que, lo referido por Cayoun (2014), toma relevancia, dado que resalta, que dicha integración teórica lo que busca es que la persona desarrolle tres aprendizajes para su autoconocimiento: por escucha y creencia (devoción), por habilidades intelectuales de uno mismo (racionalizar) y a través de la experiencia, lo que denota la importancia del aprendizaje en el logro del bienestar de la persona.

Cabe mencionar, lo que manifiestan Ruiz y Díaz (2011), sobre la opinión de los máximos representantes de la TCC, la cual argumenta que ésta ha de ser un conjunto de técnicas eficaces y que no obedecen a ningún modelo terapéutico. Para esto explican cuatro rasgos específicos de la TCC (Tabla 11) en la actualidad:

Tabla 11

Rasgos de la TCC en la actualidad

1. La TCC es un ámbito de intervención en salud que trabaja con respuestas físicas, emocionales, cognitivas y conductuales desadaptadas, de carácter aprendido. Estas respuestas se han practicado a lo largo de tanto tiempo que se han convertido en hábitos del repertorio comportamental del individuo. Sin embargo, los individuos no siempre conocen el carácter aprendido de sus hábitos y consideran que tienen poco o ningún control sobre ellos. La TCC considera que el individuo tiene responsabilidad en los procesos que le afectan y puede ejercer control sobre ellos.
2. Al tratarse de un ámbito de mejora de la salud, la TCC cuenta con técnicas y programas específicos para diferentes problemas y trastornos, cuya aplicación cuenta con un tiempo limitado en comparación con otras psicoterapias a largo plazo. Aunque en la última época ha crecido el interés por los enfoques transdiagnósticos hacia la psicopatología y el tratamiento, la naturaleza orientada hacia problemas específicos de la TCC ha facilitado su caracterización como una terapia de tiempo limitado.
3. La TCC tiene en general una naturaleza educativa que puede ser más o menos explícita. La mayor parte de los procedimientos cuentan con módulos educativos, además de la conceptualización inicial del terapeuta sobre el problema y la lógica del tratamiento.
4. La TCC posee en esencia un carácter auto-evaluador a lo largo de todo el proceso con continua referencia a la metodología experimental y énfasis en la validación empírica de los tratamientos. Estas características son herederas de la adopción del conductismo metodológico como principal eje vertebrador de la TCC, y probablemente la seña de identidad más genuina de la TCC actual.

Fuente: Ruiz y Díaz (2011), p. 33.

Por lo que y sin la tendencia de eslabonar uno con otro, pero sí de encontrar afinidades, al equiparar los rasgos de la TCC con las características y propuestas del DH que Jaramillo (2006) y Lafarga (2010) mencionan, se logran observar alguna semejanza en la búsqueda del objetivo en el trabajo psicoterapéutico. Esto podría abrir la puerta a la posibilidad del apoyo de uno con el otro respetando el postulado básico de cada una de las vertientes teóricas.

Humanismo y DH.

Siguiendo la línea de los tres principales postulados en la Psicología, el humanismo también ha buscado lograr un trabajo pleno y más benéfico para el individuo. Si bien el DH emana de este, se ha de notar como hasta en el humanismo se ha fragmentado el logro del objetivo, ante el hecho de la complejidad para crear un puente que una las técnicas que se han forjado en este principio teórico y que como los anteriores ha tenido que esforzarse y actualizarse.

Por lo anterior se ha encontrado extractos del DH en los distintos trabajos y labores psicoterapéuticas de los principales exponentes humanistas. Comenzando con Rogers (1961) que da cuenta del modo y forma de su técnica terapéutica y posteriormente se le referiría en una primera instancia como Enfoque no Directivo. Kinget (1967) comenta que, en algún momento cuando se le invitó a publicar su teoría, él la calificó como no directiva y que, de hecho, no la nombro así en un inicio, solo se refirió a ella de esta manera, fueron sus colaboradores, otros autores y hasta por sus críticos, los que apelaron a llamarla así.

A la postre se le nombraría como Enfoque Centrado en la Persona (ECP) y resalta de ésta técnica lo factores más importantes como lo son la tendencia actualizante o tendencia a la actualización y el darse cuenta. Del primero Kinget (1967) expone que es todo lo que se genera de la actividad y funciones del individuo tanto físico como mental, dentro de lo que son sus experiencias y que sirve para potencializar el desarrollo del individuo, resaltando que:

“Lo que la tendencia actualizante tiende a alcanzar es lo que el sujeto percibe como revalorizador o enriquecedor, aunque no necesariamente lo que es objetiva o intrínsecamente enriquecedor” (Rogers y Kinget, 1967, p.31)

Y aunque en un primer momento este concepto se tornó y se evaluó como completamente optimista. Habría de ser el desarrollo del enfoque el que permitió que otro factor le hiciera soporte y este fue: el darse cuenta, como lo explica Porras (2008) que, si bien en la actualidad hay otros enfoques que lo utilizan como lo es la Gestalt, se sigue respetando la definición que se genera del ECP y que parte de lo que es la conciencia:

“La conciencia corresponde a la representación o simbolización (no necesariamente verbal) de una parte de la experiencia vivida, puede presentar grados diferentes de intensidad, desde el sentimiento vago de la presencia de un objeto, hasta la conciencia aguda de este objeto. (Rogers y Kinget, 1967, p.192).

Por lo cual Porras (2008) amplía que, el darse cuenta o conciencia, requiere enfocar conscientemente la atención, el reconocimiento de los datos sensoriales y la asimilación de la información que brindan los sentidos, que se entiende como uno de los progresos evolutivos de la especie humana.

Enmarca también que el individuo puede llegar al logro de esta habilidad a través de espacios de encuentro y desarrollo personal tales como el psicoterapéutico y que gracias a la aportación del ECP no nada más este, sino todo aquel que cuente con los factores suficientes y necesarios para esto, los cuales son: una comprensión empática, la aceptación positiva incondicional y la congruencia.

Así, se va encontrando lo que busca el DH e inclusive, al hablar de esos otros espacios, Peñarrubia (2008), refiere que, si bien, el darse cuenta se da en su mejor forma dentro del trabajo psicoterapéutico, hace la sugerencia también, que éste se puede expandir desde cualquier otra forma de promoción del DH. Aunque estas

sean consideradas o no actividades psicoterapéuticas por definición y pone de ejemplo; talleres de sensibilización, talleres de DH, actividades recreativas, de expansión personal entre otras.

Aunado a estos dos factores, en los últimos años se ha trabajado con otro concepto del ECP y que en un primer momento no tuvo demasiada atención, pero que, en el andar de la actualización del enfoque, ha tomado relevancia, se habla de la respuesta reflejo. López (2008), refiere del reflejo, como el instrumento característico de las actitudes básicas, actuando como un espejo cálido, desde la empatía del facilitador, así la persona en proceso se siente comprendida, sin estar amenazada por un marco de referencia externa.

Hace hincapié que el reflejo surge de manera espontánea, oportuna y como consecuencia del marco de la filosofía de la terapia, pues la noción de sí mismo no se ve afectada, no se presentan defensas y se acepta la imagen del facilitador, lo que admite la concientización de aspectos antes negados.

De esta manera factores como empatía, calidez y aceptación se van convirtiendo en rubros importantes dentro del humanismo, por ende, del DH y Rogers no ha sido el único de este postulado en basarse en estas herramientas. Víctor Frankl y todo su legado llamado Logoterapia, se centró precisamente en el sentir de la persona y busco a través de esto, que el individuo mismo encontrara respuestas a lo que lo aquejaba Ejemplo de esto es una de las técnicas más reconocidas en logoterapia; la intención paradójica,

Refiriéndose a esta Frankl (1979) explica que, este procedimiento consiste en invertir la actitud del paciente, el temor se ve reemplazado por un deseo paradójico, se aprovecha la capacidad específicamente humana de distanciarse de sí mismo, con un efecto inherente al sentido del humor, se actualiza y se capacita a la persona a situarse a una cierta distancia de su propio malestar (neurosis). Cabe aquí encumbrar las palabras de Allport:

“El neurótico que aprende a reírse de sí mismo, puede estar en el camino de gobernarse a sí mismo, tal vez de curarse” (Allport 1956, p. 92).

A lo que Frankl (1979) atañe, que es precisamente la intención paradójica la forma empírica de las palabras de Allport, por esto, la voluntad del sentido, el sentido del sufrimiento y el sentido del amor toman una gran relevancia en el proceso de sanación de la persona.

Junto con esto Porras (2001) y López (2008) hacen mención, de otras técnicas que enriquecen el trabajo psicoterapéutico, que se acompañan de buena forma con los preceptos del humanismo y que las hacen compatibles, en específico con el ECP. Esto es a partir de que: a) permiten que la relación interpersonal se dé bajo las premisas que planteo Rogers, como fundamentales e insustituibles en el proceso psicoterapéutico; b) ayudan a la persona a clarificar y reconocer, a enfocar su atención y sus sensaciones sentidas; c) facilitan al individuo a sentirse y vivirse; d) propician que la persona se asuma como responsable de sus acciones y de su cambio.

Estas son las técnicas del focusing, también conocida como la técnica del enfoque corporal desarrollada por Glendin (Riveros 2014), así como el trabajo de un nuevo tipo de “hipnosis” realizado por Milton Ericson (Rosen, 1982) y que ha tenido bastante aceptación ya que se basa en el uso de cuentos e historias didácticas que permiten a la persona concentrarse en ellas y facilitar una mejora y un aprendizaje de forma consciente. Por lo que al ser el DH una vertiente de este, no tendrían mayor complicación al momento de llevarlas a cabo.

Con base a todo lo anterior y al haber hecho el recorrido en los principales postulados teóricos de la Psicología, se muestra la posible integración del DH a los modos de trabajo e intervención terapéutica de estos, respetando su fundamento teórico, su método y solo buscando la facilidad del uso de la empatía, el acompañamiento y el aprendizaje de la persona, marcando así lo referido por Lafarga (2010) en cuanto a las premisas ya mencionadas en la Tabla 9 y que persigue el DH.

Una de éstas es precisamente, también el bienestar y aprendizaje del psicólogo, psicoterapeuta o facilitador que se encuentre trabajando con la persona y que es fundamental, a efecto de brindar una atención más objetiva y productiva, que es lo que se desarrolla en el siguiente apartado.

3.3 Posibles beneficios del uso del Desarrollo Humano tanto para la persona que solicita el apoyo psicológico, como para el psicoterapeuta que lo brinda.

A partir de lo revisado en el punto anterior, se logra percibir que uno de los principales objetivos que se busca dentro del trabajo psicoterapéutico y a través de nuevos procedimientos o de técnicas actualizadas o modificadas, es el brindar una atención y apoyo a la persona, basada en la empatía, respeto, aceptación y aprendizaje.

Para esto y como refiere Cyrulnik (2006), conforme crecemos y envejecemos cambiamos, no somos los mismos, por ende, un mismo evento enfrentado varias veces al paso del tiempo, no tendrá los mismos efectos en la persona. Lo cual, pasa de manera semejante con las alternativas con las que cuenta el individuo para hacer frente, más aún si estas fueron clarificadas dentro del trabajo psicoterapéutico.

De aquí, que un primer momento haya sido el humanismo el que mostro la apertura a otros métodos y procesos de atención, que pudieran compaginar con los propios.

“Una parte de los psicólogos humanistas existenciales, consideran que no existe en la actualidad un modelo de psicoterapia que sea válido para todas las personas, problemas y circunstancias, por ello se sienten llamados a mantenerse receptivos y dialogantes, respecto a las aportaciones que desde otros modelos o paradigmas pudieran ser integradas de forma coherente y que pudieran hacer más atractivo el tratamiento” (Rosal, 2017, p. 103).

A la postre y como ya se mencionó, las demás posturas teóricas se irían permitiendo, lo mismo. Cabe aquí una pregunta, ¿por qué el humanismo tuvo la iniciativa? Muy probablemente por lo que refiere Yela, en cuanto a la dinámica de trabajo e interacción que la persona y psicólogo desarrollan y de la cual menciona:

“El primer paso lo da el paciente al acudir al psicólogo, es el mínimo grado de expresión voluntad de ser. El psicólogo procura que esa voluntad crezca, no dirige al paciente, no le somete a tal cual técnica, no lo clasifica, no lo interpreta. Se ofrece a él, se ofrece como persona. Trata de ser quien es, de buscarse, de aceptarse, de coincidir consigo mismo en su relación con el paciente”. (Yela, 1967, p. VIII).

Esto denota un factor primordial, que posteriormente sería adoptado por la mayoría de psicólogos, independientemente de su formación teórica, la congruencia del psicoterapeuta, dándole importancia y basándose en “las tres actitudes Rogerianas: la aceptación incondicional positiva, la empatía y la autenticidad” (Rosal, 2017, p. 104).

Descansando lo anterior en lo que se valora, como parte primordial de la psicoterapia y es el que el psicólogo no juzga al paciente, sino que lo acompaña, lo encausa y a su vez el paciente se va mostrando abierto y participativo, pues “toda psicoterapia, es psicoterapia de libertad, pero de libertad del hombre” (Yela, 1967, pp. XVIII)

Dicha libertad es compartida entre el paciente y el psicoterapeuta, porque más allá de mantenerse cada quién en su rol y función, son personas que, cada una busca un progreso y un bienestar. Es por eso que el DH intenta a través de su utilidad, brindar dicho ascenso, que Ordaz (2016) lo refiere como evolución y que esta se da hasta el último día de vida, de cualquier ser humano. Por tal motivo tanto uno como el otro requieren nuevas estrategias, alternativas más eficaces y atractivas, uno para acompañar, abordar y sugerir, el otro para entender, aprender y enfrentar.

A esto Jiménez (2019) posiciona, que el DH es multidimensional, pues en el objetivo de ser más abierto e integral ha de tomar en cuenta a las dos partes y que se ha trabajado más desde la visión del beneficio para el paciente y muy poco se ha abordado desde lo que es el psicoterapeuta. Revalorándose el que:

“No se puede separar al profesional de la persona, somos seres integrales y como unidad debemos crecer en todos nuestros ámbitos, solo así podremos conocer nuestro verdadero poder y alcanzar la plenitud de nuestro ser.” (Jiménez, 2017, p.4)

De tal forma que el psicólogo como profesional también crece dentro de su labor psicoterapéutica, pues es a través de que lo lleva a cabo, como va adquiriendo también nuevos aprendizajes y un mayor bagaje de experiencias. Por lo cual Cejudo (2006) considera, que el DH va facilitar un bienestar y este decantará en capacidades para la mejora de vida que una persona quiera llevar y en funcionamiento y satisfacción de la misma.

En este sentido toma fuerza y relevancia la utilidad del DH y ya no nada más para lo que le puede dejar al paciente, sino también al psicólogo, ambos como personas que son, hablamos de libertad, aprendizaje, evolución, bienestar y capacidades. Lo anterior es fundamental pues,

“Un profesional con Desarrollo Humano tiene en su ser múltiples habilidades y virtudes que le permiten abrirse paso en la vida, no se limita al conocimiento que aprendió en la universidad, es alguien con la capacidad de pensar por sí misma, aplicar los conocimientos, decidir e imaginar, en pocas palabras es libre” (Jaramillo, 2017, p.3).

Esto le permite ser persona acompañando a otra persona y como enfatiza Castillo (2019) parafraseando a Jung que desde ese entonces y que con toda su formación médica y psicoanalista resalto lo siguiente: “conozca todas las teorías, domine todas las técnicas, pero al tocar un alma humana sea apenas otra alma

humana” y que es lo que se es con todo y el conocimiento y objetividad que se lleve o se tenga.

Siguiendo la tesitura con la que se inició este tema, se cierra de igual forma, con el único objetivo de considerar una posibilidad de enlace y apoyo del DH dentro del trabajo psicoterapéutico y a su vez respetar el proceder del psicólogo con base a su formación y escuela. Dejando también la posible alternativa que el DH ofrece al psicoterapeuta, como una herramienta de crecimiento y transformación como profesional y como persona.

DISCUSIÓN

El Desarrollo Humano, como todas las demás vertientes que emanen de los principales postulados psicológicos, ha llevado un proceso de validez, de aceptación y utilidad en los distintos campos de la Psicología. Con referencia a los primeros rubros, Lafarga (1992) y Jaramillo (2006) hacen de manifiesto, la necesidad de validar y aceptar una herramienta de trabajo más integradora en el proceso psicoterapéutico de la persona, como lo puede ser el DH. Una alternativa que permita conjugarse con las ya establecidas por otras perspectivas y corrientes psicológicas.

Posteriormente Lafarga (2010, 2013) vuelve a enfatizar, el uso del DH como una opción más cercana y posiblemente más eficaz en la labor del Psicólogo como acompañante en el camino de la persona que busca una transformación, una evolución, una modificación, en su ser, en su pensar, en su sentir y en su comportamiento.

El DH desde sus inicios deja claro cuál es su objetivo de trabajo, ejemplo de esto es lo que Orozco, Sierra y Pérez (1992) resaltan, al manifestar que el DH ha de tener como premisa, tratar al ser humano en su integridad. Atañen también, que se busca entender a la persona en su relación como actuante, influyente e interdependiente dentro de su entorno, partiendo de su interior hacia su exterior y viceversa.

Lo anterior no ha de excluir la labor psicoterapéutica, pues a esto, cabe enmarcar lo siguiente:

“El ser humano nace inacabado, debe ser protegido, contenido y desafiado por el entorno en que crece, pero además de esto debe ser evocado, llamado, interpelado desde y hacia su ser mismo por la palabra del otro. Debe ganar el acceso a la expresión de su deseo, de ser ante la presencia viviente del otro y su deseo” (Blanco, 1992, p.34).

Blanco (1992), de igual forma menciona que, así como el análisis existencial, la logoterapia y otros abordajes psicoterapéuticos, el DH busca el entendimiento de la dinámica o estilo de vida del individuo, para así sugerir un modo de avance o mejora en su desarrollo o situación presentada e incluso el DH trata de ir más allá al encausar a la persona a un proyecto de vida eficaz, pero no nada más individual, sino también comunitario y social.

Siendo esto así, no habría motivo por el cual no utilizar el DH como una tentativa más de apoyo psicológico, pero al mismo tiempo, sobresale el factor de él porque no se ha difundido plenamente su uso como herramienta o alternativa de trabajo en el proceso psicoterapéutico. Esto posiblemente debido al entendimiento de lo que es la psicoterapia. Así, es necesario remitirnos al concepto, del cual habría varios, por ejemplo, el de Levine (1956), donde menciona que de manera general se puede definir a la psicoterapia como un método que tiene por objeto proporcionar nuevas experiencias al paciente tengan sobre él una influencia saludable.

Otro es, el que muestra Talaferro (2000) considerando que, la psicoterapia es el tratamiento directo que recibe una persona por parte de otra e incluso puede llegar a recibirlo de forma indirecta por parte de otras personas o situaciones que tienen que ver con la situación en cuestión. Uno más estructurado es el que aporta Benito, refiriéndose de esta manera:

“Podríamos decir que un procedimiento, para ser considerado psicoterapéutico, debe basar sus intervenciones en una teoría científica del funcionamiento y del cambio conductual/psicológico de las personas y presentar un conjunto organizado de técnicas, capacidades o formas de promover una mejora en las condiciones que generan el motivo de consulta del paciente” (Benito, 2008. p. 2).

Bajo estos conceptos y en específico de este último se podría considerar el motivo del uso de métodos rigurosos y estructurados, donde aparentemente no habría cabida para la utilidad del DH. Sin embargo, Benito (2008), de igual forma hace mención de que, sin manejar criterios estrictos, la psicoterapia debería admitir

cualquier tipo de tratamiento, que tenga como base mínima la interacción de dos personas, en donde una realiza algún tipo de operación discursiva sobre la otra.

De esta forma se daría una posibilidad de manifestar la práctica del DH e incluso desde los otros conceptos. Puesto que se ha referido en los capítulos desarrollados en el presente trabajo, que el DH no persigue sustituir o alterar paradigmas ya establecidos en el abordaje psicoterapéutico, por el contrario, busca enriquecerlos y que en conjunto brinden mayores alternativas de solución a la persona.

Además de lo antes mencionado, el DH también aspira a ser un soporte de apoyo no nada más para el individuo que solicita, sino también para el psicoterapeuta, el psicólogo que este brindando el apoyo. Esto debido al factor natural de que este último aun con toda su preparación, ética y responsabilidad profesional, no deja de ser una persona.

Varela (2019) resalta que, si al trabajo psicoterapéutico se le ve desde una visión colaborativa, el psicoterapeuta también cambia o modifica al igual que la persona que asiste a terapia, como un resultado natural del proceso de interacción y dialogo. Esta autora enfatiza también, que a causa de esta transformación que presenta el psicoterapeuta en su labor, conlleva también, a realizar una revisión y autocritica constante sobre los métodos de intervención. Considerando así que, si todos los profesionales que se abocan a la labor psicoterapéutica, realizaran este ejercicio y lo adoptaran como parte de su formación y desenvolvimiento profesional, estimularían su capacidad autoeducadora y de renovación.

Con esto se refuerza lo que Lafarga (2010) impulsa, como objetivos del DH, que es el ser parte también de la evolución del psicólogo, del promotor de la salud mental, en su premisa de aportar al individuo que se acerca a solicitar el apoyo psicológico, pero también en aportarse a el mismo al momento de interactuar con el otro.

No se omite, que si bien el DH al ser una vertiente del humanismo, si deja entrever una diferencia significativa en el hacer trabajo psicoterapéutico, en

comparación con los otros enfoques. Cuenta de esto es lo que Casteneda y Munguia (2011) acotan en el hecho de la distinción de lo que persigue la psicoterapia humanista a diferencia de las psicoterapias psicodinámicas y conductuales, esto es que la primera busca potencializar el desarrollo de la persona para que esta se responsabilice de su vida y se libere de dependencias, por su parte las otras dos dependen en gran parte del trabajo del psicoterapeuta para eliminar las psicopatologías.

Ante lo mencionado, cabe enmarcar lo ya expuesto por Lafarga (2010) y Jaramillo (2017), que es la premisa de ir más allá de lo establecido por el método humanista y en específico por el ECP de Rogers, aunque el DH emane de éste. Puesto que una de las capacidades y virtudes que brinda, es que el profesional que lo aplique no se ha de limitar, ha de ser libre en su labor al tiempo de respetar lo establecido, eslabonando un trabajo para la persona y para el mismo.

Esto implica que el DH, por un lado, respeta el método de trabajo de la psicoterapia humanista, el cual Sierra (2007) explica, que tanto el terapeuta como la persona que solicita ayuda, llevan una relación de reciprocidad e interacción, donde ambas personas influyen una en la otra, puesto que lo subjetivo se construye desde “el/la otro/otra”. Asiente que lo propiamente humano se inscribe a partir de un modo específico de relación.

Por otra parte, el DH, se muestra abierto, dócil y moldeable a integrarse y adaptarse a otros métodos psicoterapéuticos, dada su estructura flexible y que solo se basa en la evolución de la persona, pero en todas sus áreas, de una forma más integradora. Donde el individuo aprenda de él mismo y en el proceso psicoterapéutico ambos, uno del otro.

Lo anterior tiene un soporte sobre lo que Rosal (2017) manifiesta, en el hecho de que uno de los principales logros del humanismo fue mostrarse abierto ante la posibilidad de modelos psicoterapéuticos metodológicamente integradores, también referidos como “sistemas abiertos”, como fue explicado en el capítulo III del presente trabajo. Resaltando también que:

“La integración con otros modelos o teorías se podrá dar de forma diferenciada, pudiendo entregar algunos modelos en forma prácticamente total, respecto a algunas de sus posibles escuelas o variantes, o casi total respecto a los que se diferencian por algunos matices de tipo metateórico o teórico. Respecto a otros se pueden integrar a un nivel inferior, estratégico y desde el punto de vista técnico de los procedimientos de intervención” (Rosal, 2017, p.103).

Esto conlleva a seguir con una de las premisas que maneja el humanismo desde sus principios y es la de mantenerse abierto al diálogo y a la interacción con otros modelos teóricos en psicoterapia. En esta línea el DH puede llegar a ser ese puente que mantenga la posibilidad de integración entre distintos métodos psicoterapéuticos, enalteciendo su base humanista por un lado y por el otro acoplándose y respetando el enfoque psicológico desde donde se le esté utilizando.

El Dr. Juan Lafarga se mantuvo en buscar un modo o forma donde el psicólogo fuera más allá de su labor, sin dejar de lado su formación y perspectiva profesional, Arriaga (1998), considera que el objetivo que trato de mantener Lafarga, fue el de que el psicólogo también fungiera como un facilitador y promotor del cambio, pero de un cambio encaminado a la evolución, al desarrollo humano Posteriormente otros como Blanco (1992), Jaramillo (2006), Jiménez (2016) entre otros, continuarían con esta labor, aunado al hecho de consolidar al DH como una alternativa de trabajo accesible y confiable dentro de la labor psicológica.

Ahora, la interrogante puede ser, si los otros enfoques teóricos en la psicología, se permitirán valorar el aporte que puede proporcionar el uso del DH en el beneficio del trabajo psicoterapéutico y en específico en el de las personas.

CONCLUSIONES

Con base al trabajo realizado, de la revisión bibliográfica conjuntada y revisada, sobre lo que implica el Desarrollo Humano y su utilidad como herramienta de apoyo en el trabajo psicoterapéutico, se pueden considerar dos conclusiones.

Primera. La aportación que deja el Dr. Juan Lafarga Corona a la Psicología a través del trabajo en el concepto de lo que es el DH, como una vertiente del Humanismo y en específico del Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers. Solo que Lafarga busco ir más allá de lo que el ECP ha planteado, de allí que el DH sea un constructo más integrador en las áreas de desarrollo de la persona y no remitirse solo a una, más dinámico en el sentido de ser practico y activo en el proceso que lleva el individuo para su progreso personal, familiar y social, más flexible para poderse adecuar al modelo o estructura de trabajo donde se le utilice. Posiblemente también un rubro que se ha dado al paso del tiempo de su creación y uso, es el de ser más conciliador, un tipo de puente entre el modelo posterapéutico humanista y los otros de mayor renombre y eficiencia como lo son el psicodinámico (psicoanálisis) y el conductista (con todas sus vertientes).

Lafarga llego hasta sus últimos días de vida tratando de encumbrar al DH como una alternativa de trabajo en el proceso de evolución de la persona, ya fuese desde el abordaje psicoterapéutico, donde se busca dar en primera instancia su utilidad, hasta áreas como la de labor comunitaria, de expansión social, de prevención de salud e higiene mental, entre otras.

A la postre autores afines a su concepto continuarían con el objetivo de enmarcar al DH como una herramienta eficaz para el psicólogo en cualquier área que se estuviera desarrollando, para esto se agregó otra característica útil y benéfica, el ser multidimensional. Esta aportación ha dado mayor amplitud de uso del DH, más allá del que se le otorga en psicoterapia; áreas como la educativa, organizacional, comunitaria, ecología y otras más han llevado a cabo los preceptos mencionados en este trabajo, para lograr un crecimiento personal, familiar, social y

cultural en los grupos de personas que integran dichas áreas. Esto ha reflejado resultados benéficos para los individuos que, como maestros, alumnos, empleados, trabajadores del campo, etc. se desenvuelven. Sin embargo y aunque fue la primera instancia donde se buscó establecer al DH como alternativa, no ha logrado ese nivel de resultado en cuanto a su reconocimiento y práctica, esto es en el trabajo psicoterapéutico.

Esto precisa la segunda conclusión, que se obtiene al haber desarrollado la presente investigación y es la posible falta de reconocimiento y validez que no se le ha otorgado al DH, como una herramienta de apoyo y soporte psicoterapéutico desde los demás enfoques psicológicos incluyendo del que procede y este es el humanismo, por ende, esto es también desde los modelos psicoterapéuticos que se aplican.

Si bien es cierto que han tenido que pasar décadas para que uno u otro método de psicoterapia tenga su reconocimiento y fiabilidad, el DH no es un concepto de reciente creación, sus antecedentes datan desde 1967 con los primeros programas para entrenamiento de psicólogos en psicoterapia impartidos por Lafarga en la UIA. Posteriormente crea el Programa de Maestría en Orientación y Desarrollo Humano en 1972. De este tiempo a la fecha son varias las escuelas y universidades que manejan en la actualidad como parte de su formación académica al DH tal es el caso de la UIA, el ITESO, la Universidad de Guadalajara, entre otras. Se está hablando de más de 50 años de formación de un concepto, de una alternativa que emana precisamente de la labor psicoterapéutica y no se le ha brindado esa distinción de utilidad dentro del mismo trabajo del cual emergió.

La finalidad de estas conclusiones no es la de ostentar un privilegio de uso del DH como herramienta en psicoterapia, pero si la de dejar a consideración la utilidad de este, su flexibilidad y acoplamiento en el trabajo psicoterapéutico que se esté realizando. Aunado a esto, el aprendizaje y renovación personal que puede dejar no nada más para el individuo que solicita un apoyo psicológico, también para el psicólogo que acompaña en el proceso.

Actualmente, como sociedad y como personas, se está en un constante cambio y adaptación a los nuevos estilos y perspectivas de vida. Esto lleva a evaluar el ser más flexible con uno mismo o encajonarse en posturas rígidas ante el trabajo que se tenga que realizar como persona tanto en el exterior como en el interior del ser. Es aquí donde incursiona el psicólogo como acompañante, como facilitador o como promotor de una evolución benéfica y sana para la persona. Es también aquí que ha de ser una premisa en el psicólogo, si va aceptar también esa transformación que se va dar en él, al interactuar con otra persona en esa búsqueda de mejora y progreso.

Probablemente es aquí donde todos los profesionales encargados de la labor psicoterapéutica, independientemente de su formación teórica, consideren evaluar el permitirse utilizar y valorar alternativas o herramientas más flexibles y abiertas como lo es el DH. Sin que esto conlleve una ruptura con su postulado teórico o una alteración en su modo de realizar psicoterapia, pero si le facilite evolucionar como profesional y como ser humano.

BIBLIOGRAFIA

- Adler, A. (2000). *El sentido de la vida*. Madrid: Ahimsa.
- Allport, G.W. (1956) *The individual and his religión*. New York: The Mac.Millan Co.
- Arriaga, J. R. (1998). *Contribuciones del Dr. Juan Lafarga al desarrollo de la Psicología en México*. Tesis de Licenciatura. México: FES Iztacala, UNAM.
- Alvares, P. S. (2016). Martha Nussbaum y la educación en humanidades. *Analecta Política*. 10, pp. 167-178, Colombia.
- Barragán E. A. R. (2012). Psicología positiva y humanismo: Premisas básicas y coincidencias en los conceptos. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 4, pp. 1512-1531, México. UNAM.
- Barrios, P. M. (2011). *Desarrollo personal de padres a través del enfoque centrado en la persona*. Tesis de Maestría en Desarrollo Humano. Universidad Iberoamericana. Ciudad de México.
- Baron, R. A. (1996). *Psicología*. México: Prentice Hall Hispanoamericana.
- Benedicto, R. R. (2012). Martha Nussbaum: Emociones, Mente y Cuerpo. *Themata: Revista de filosofía*. 46, pp. 591-598, España.
- Benito, E. (2009). Las Psicoterapias. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*. 1, pp. 1-9, Argentina.
- Blanco, R. (1992). Desarrollo Humano, proyecto y sentido de la vida. *Prometeo*. 0, pp. 33- 36, México. Universidad Iberoamericana.

- Caballo, V. E. (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol. 1.* Madrid: Siglo XXI.
- Caballo, V. E. (1998). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol. 2.* Madrid: Siglo XXI.
- Castanedo, C., & Munguía, G. (2011). *Diagnóstico, intervención e investigación en psicología humanista.* Madrid, España: Editorial CSS.
- Castillo, M. O; (2019). 80 frases de Carl Jung para replantear tu existencia. *Psicología y Mente.* <https://psicologiaymente.com/reflexiones/frases-de-carl-jung>.
- Caruso, I. A. (1963), El psicoanálisis como método y como técnica. *Revista Colombiana de Psicología.* 2, pp. 131-147, Colombia.
- Cayoun, B.A. (2014). *Terapia Cognitivo- Conductual con Mindfulness integrado.* Bilbao: Desclée.
- Cejudo, C. R. (2006). Desarrollo Humano y Capacidades. *Revista Española de Pedagogía.* 234, pp. 365-380, España. Universidad de Córdoba.
- Cloninger, S. C. (2003). Rogers: Teoría centrada en la persona. *Teorías de la personalidad.* pp. 412-438, México: Pearson Educación.
- Contextos, (2015, 24 de noviembre). La muerte de Juan Lafarga. Contextos de Desarrollo Humano. <https://www.youtube.com/watch?v=JaBUv6dBi64>
- Cyrułnik, B. (2006). *La maravilla del dolor: El sentido de la resiliencia.* Buenos Aires: Granica.

- Duque, M. J. D. Lasso, T. P. Orejuela, G. J. J. (2011) Capítulo 2: Fundamentos epistemológicos de las principales psicologías. *Fundamentos epistemológicos de las psicologías con énfasis en psicología transpersonal*. pp. 97-113, Colombia: Editorial Bonaventuriana.
- Echeverría, B. (2006). El humanismo del existencialismo. *Diánoia*, 57, pp.189-199. México. UNAM.
- Ellis, A. y Abrahms E. (1980). *Terapia Racional Emotiva*. México: Editorial Pax.
- Frankl, E. V. (1979). *El hombre en busca del sentido: Un psicólogo en el campo de Concentración*. Barcelona: Herder Editorial.
- González, L. R. M. (2013). Novedades Editoriales: Desarrollo Humano, Reseña. *Mec-Edupaz*. III, pp. 127-138, México. UNAM
- Gough, I. (2007). El enfoque de las capacidades de M. Nussbaum: un análisis comparado con nuestra teoría de las necesidades humanas. *Papeles de Relaciones Ecosociales y Cambio Global*. 100, pp. 176-202, España.
- Henao O. M. C. (2013). Del surgimiento de la psicología humanística a la psicología humanista-existencial de hoy. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*. 1, pp. 83-100, Colombia.
- Heidegger, M. (1954). Brief über den 'Humanismus. *Platons Lehre von der Wahrheit*. pp. 53–119, Berna: Francke.
- Jaramillo, L. H. (2006). *Terapia para gente cuerda: Desarrollo Humano Multidimensional*. México: Ediciones Koala.
- Jaramillo, L. H. (2017). Ítaca en sus orígenes. *Galera*. 6, pp. 2-6, México. Universidad Ítaca.

- Jiménez, G. J. (2016). Desarrollo humano: Reeducción multidimensional. *Galera*. 3, pp. 1, México. Universidad Ítaca.
- Jiménez, G. J. (2017). Inteligencia emocional en el liderazgo. *Galera*. 5, pp. 3-4, México. Universidad Ítaca.
- Keller, S.F. (1980). *La definición de psicología*. México: Trillas.
- Lafarga, C.J. (1992). Desarrollo Humano hacia el año 2000. *Prometeo*. Abril, 0, pp. 4-10, México. Universidad Iberoamericana.
- Lafarga, C.J. (2004). Alternativa vital: Desarrollo o Violencia. "Agresión y Violencia" *Prometeo*. 38, pp. 04-09, México. Universidad Iberoamericana.
- Lafarga, C. J. (2010). *Cuadernillo 3: ¿Qué es el Desarrollo Humano en México?* México: INDH.
- Lafarga, C. J. (2013). *Desarrollo Humano: El Crecimiento Personal*. México: Trillas.
- Levine, M. (1951). *Psicoterapia en la práctica médica*. Buenos Aires: El Ateneo.
- López, H. G. (2008). *La respuesta reflejo*. Texto inédito. pp. 1-10
- Manzano, J. (2013). Prologo. En Lafarga. *Desarrollo Humano: El Crecimiento Personal*. pp. 2-13. México: Trillas
- Martorell, J. L. Prieto, J. L. (2008). *Fundamentos de Psicología*. Madrid: Ramón Areces.
- Maslow, A. (1994). *La personalidad creadora*. Barcelona: Paidós.
- May, R. (1967). El dilema del hombre. Barcelona: Gedisa
- Muñoz, P.M. (2012). *Cuadernillo 6: Una hipótesis humanista sobre la emoción*. México: INIDH.

- Naranjo, C. (2009). *Sanar la civilización*. Vitoria: Ediciones La Llave.
- Nussbaum, M. (2006). *El ocultamiento de lo humano: repugnancia, vergüenza y ley*. Buenos Aires: Katts Editores.
- Nussbaum, M. (2012). *Crear capacidades: propuestas para el desarrollo humano*. España: Paidós.
- Olivares, J., Méndez, F. X. (2008). *Técnicas de Modificación de Conducta*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Ordaz, V. D. (2016). Estudio del alma. Psicología clínica, un lente hacia la introspección. *Galera*. 2, pp. 17-18, México. Universidad Ítaca.
- Orosco, C. Sierra, G. Pérez, G. (1992). Desde el ITESO de Guadalajara: El objetivo de estudio de la Unidad Académica de Desarrollo Humano. *Prometeo*. 0, pp. 58-60, México. Universidad Iberoamericana.
- Paniagua, C. (2014). *Técnica psicoanalítica: aportaciones de la psicología del yo*. Madrid: Tebar.
- Peñarrubia, F. (2008). *Terapia Gestalt, la vía del vacío fértil*. Madrid: Alianza Editorial
- Porras, O. K. (2008). *El darse cuenta*. Apuntes para la práctica. Texto inédito. pp. 1-5.
- Porras, O. K. (2001). *Ser humano, temporalidad y libertad en psicoterapia: Gestalt y enfoque centrado en la persona*. Tesis de Licenciatura, FES Iztacala: UNAM.
- Quintanilla, A. E. Delgado, G. Freidberg, A. y Sanchez C. (2009). *Investigación básica sobre el desarrollo humano en México. Cuaderno 1 de investigación*. México: INIDH.

- Rivera, J. (2017) Comentario del libro de Marta Nussbaum, *Crear Capacidades: propuestas para el desarrollo humano. Mundos Plurales*. 1, pp. 111-113.
- Riveros A. E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ensayo. Ajayu*, 12, pp. 135-186, Bolivia.
- Riveros, A. E. (2008). *Focusing. Un nuevo Paradigma para la Psicología del Siglo XXI*. Santiago de Chile: Salesianos.
- Riveros, A. E. (2009). *Un Modelo Procesal. Parafraseando a Eugene Gendlin*. Ecuador: Instituto Focusing
- Rogers, C. (1961). *El proceso de convertirse en persona: Mi técnica terapéutica*. Barcelona: Paidós.
- Rogers, C. (2007). *El camino del ser*. Madrid: Kairos.
- Rogers, C. y Kinget G. M. (1967). *Psicoterapia y Relaciones Humanas*. Madrid: Alfaguara.
- Rosal, C. R. (2017). Logros, errores y responsabilidades para el futuro de la psicología humanista. *Revista de Psicoterapia*.107, pp. 85-126, España.
- Rosen, S. (1982). *Mi voz irá contigo. Los cuentos didácticos de Milton H, Erickson*. Barcelona: Paidós.
- Roso, J: A. (1998). Víctor Frankl (1905-1997) o el sentido de la existencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 2, pp. 355-361. Colombia.
- Rugarcia, T.A. (1992). Cuestiones del método en la educación y el Desarrollo Humano. *Prometeo*. 0, pp. 18-23, México. Universidad Iberoamericana

- Ruiz, F. M. A., Díaz, G. M. I. (2011). *Manual de técnicas de intervención cognitivas-Conductuales*. Madrid: Desclée, UNED.
- Sandoval M.S.A. (2009). *Desarrollo Humano I. Plan 2009*. pp.54,55. Sinaloa: UAS.
- Sierra, G. G. (2007). ¿Se relacionan la esperanza y la empatía? *Psicología Iberoamericana*. 2, pp. 2-10, México. Universidad Iberoamericana.
- Talaferro, A. (2000). *Curso básico de Psicoanálisis*. México:Paidós.
- Tobias, I. C. Garcia-Valdecasas, C. J. (2009). Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos y metodológicos. *Revista de Asociación Española deNeuropsiquiatria*. 104, pp. 437-453, España.
- Varela, F. S. (2019). El estilo personal del psicoterapeuta. Autorreflexión y autocrítica de la práctica terapéutica como herramientas formativas y de revisión epistémica. *Redes*. 39, pp. 97-114, México. Instituto TZapopan.
- Velasco, A. (2009). *Humanismo. Conceptos y fenómenos fundamentales de nuestro tiempo*. México: UNAM.
- Video, T. P. (2012, 16 de octubre). Entrevista Dr. Juan Lafarga.
https://www.youtube.com/watch?v=dne-1s6_Zms
- Yela, M. (1967). Una psicoterapia de la libertad. En Rogers y Kinget. *Psicoterapia y Relaciones Humanas*. pp. VII – XX. Madrid: Alfaguara.