

ÍNDICE

Presentación y prólogos. <i>Begoña Rojí, Manuel Villegas y Carlos Alemany</i>	9
Láminas	23
Capítulo 1: Contextualización y características diferenciales de las psicoterapias experienciales y constructivistas <i>Begoña Rojí y Antonio Contreras</i>	29
Capítulo 2: Los valores: Análisis existencial <i>Manuel Villegas</i>	69
Capítulo 3: La interacción: Terapia centrada en el cliente <i>Manuel Villegas</i>	119
Capítulo 4: Las emociones: Terapia gestáltica <i>Pilar Sanjuán y Luis Ángel Saúl</i>	155
Capítulo 5: Emociones y corporalidad: Focusing <i>Carlos Alemany</i>	199
Capítulo 6: El cuerpo: Bioenergética <i>Antonio Núñez</i>	249
Capítulo 7: Los roles (I): Psicodrama <i>Antonio Contreras</i>	279
Capítulo 8: Los roles (II): Análisis transaccional <i>Antonio Contreras</i>	319

Capítulo 9: El lenguaje: Milton Erikson. Haley. Watzlawick. PNL <i>Raúl Cabestrero</i>	365
Capítulo 10: La cognición: Tratamientos constructivistas <i>Guillem Feixas y Luis Ángel Saúl</i>	427
Capítulo 11: El constructivismo en los tratamientos sistémicos <i>Guillem Feixas y Luis Ángel Saúl</i>	471
Capítulo 12: Experiencia grupal y psicoterapia <i>Manuel Villegas</i>	521
Glosario	563
Referencias bibliográficas	575
Apéndice: Ejemplificación de los principales conceptos rogerianos.....	605

Capítulo 1

Contextualización y características diferenciales de las psicoterapias experienciales y constructivistas

Begoña Rojí y Antonio Contreras

Esquema-Resumen

Objetivos

1. Introducción
2. El Movimiento Humanista y las psicoterapias experienciales y constructivistas
3. La cuestión del método
 - 3.1. Críticas a la investigación tradicional
 - 3.2. Alternativas a la investigación tradicional
4. La investigación
 - 4.1. La investigación en la Terapia Centrada en el Cliente (TCC)
 - 4.2. La investigación en terapia gestáltica
5. Los legados

Bibliografía básica y lecturas recomendadas

Actividades

Ejercicios de autoevaluación

Palabras clave

Movimiento humanista, modelo clínico fenomenológico, método fenomenológico, metodologías *cercanas a la experiencia*, investigación de proceso, actitudes terapéuticas, alianza terapéutica, factores comunes.

ESQUEMA-RESUMEN

El período de transición del siglo XIX al siglo XX constituyó una época de innovaciones de toda índole del que nació la psicoterapia en el sentido actual del término; esto es, como una actividad netamente delimitada en el seno de la cultura occidental y ejercida por profesionales especialmente adiestrados para desarrollar tal labor. Y a medida que avanzaba el siglo XX, la demanda social de estos profesionales fue creciendo igualmente de forma progresiva, ya que, a pesar de los notorios vaivenes axiológicos que caracterizaron la pasada centuria, el occidente industrializado se fue convirtiendo en un entrono cultural caracterizado por la pluridimensionalidad ideológica y el individualismo.

Como categoría diferencial respecto a los tratamientos psicodinámicos y la modificación de conducta, las psicoterapias experienciales y constructivistas se encuadraron inicialmente dentro de un movimiento intelectual conocido como Psicología Humanista, aunque algunas de estas modalidades terapéuticas, como la Terapia Centrada en el Cliente, tienen sus orígenes en los años 40.

La Psicología Humanista surgió en la década de los 60 y fue básicamente un movimiento de protesta, inicialmente estadounidense, caracterizado por rechazar cinco aspectos de la psicología académica del momento: la aplicación del método científico en el estudio del ser humano, la concepción de lo que era la ciencia en la psicología de esa época, el conductismo, la negligencia ante algunos aspectos cruciales del ser humano como los axiológicos y la trascendencia, y la distribución de las investigaciones en relación al tema a investigar, aspecto este último en el que reivindicaban la importancia de la creatividad frente al aprendizaje. En cambio, centró su interés en el estudio científico de la creatividad, el amor, los valores superiores, la autonomía, el crecimiento, la autorrealización y la gratificación de las necesidades humanas.

Pero la psicología humanista no se constituyó como escuela, sino que se articuló como un conjunto de alternativas teórico-metodológicas directamente relacionadas con la psicología aplicada en las esferas del consejo, la psicoterapia, la enseñanza y el crecimiento personal a partir de experiencias grupales. Además, la historia interna del movimiento humanista se caracterizó por una fuerte oscilación entre las propuestas de enriquecimiento ético del método científico y las propuestas irracionalistas que menospreciaban el valor de este tipo de conocimiento. Uno de los emergentes de estas tensiones externas fue el progresivo distanciamiento entre terapias experienciales y terapias transpersonales.

Pese a todo, es posible hablar de un modelo clínico fenomenológico caracterizado por asumir que: 1) los seres humanos son individuos activos, pensantes y responsables de su conducta, capaces de elaborar planes y de elegir entre diversas opciones comportamentales 2) el ser humano tiene necesidades biológicas, pero estas no son los determinantes más significativos de su con-

ducta y desarrollo. En cambio, sí lo es su tendencia innata a desarrollarse como individuos plenamente maduros y a desplegar al máximo sus potenciales creativos y afectivos; 3) la conducta de cada ser humano, en cualquier momento de su vida, está determinada fundamentalmente por su percepción del mundo. Además, la forma de ver el mundo es específica de cada persona y se refleja en su conducta observable; 4) Por tanto, nadie puede comprender verdaderamente a una persona a menos que sea capaz de percibir el mundo con los ojos del otro; 5) En consecuencia, en la actividad clínica no se puede tratar a los pacientes como objetos que representan procesos psicopatológicos, sino como nuestros semejantes.

Consideradas globalmente, las terapias de inspiración fenomenológica se caracterizan por: a) la ausencia de un núcleo teórico común y una metodología propia y b) una gran proliferación de técnicas. Asimismo sus objetivos genéricos fueron: 1) la potenciación de la experiencia corporal y de las emociones asociadas a ella mediante el empleo de la bioenergética, la ergonomía o la terapia primal; 2) el desarrollo de la autoconciencia a través de técnicas gestálticas, la meditación o la sofrología y 3) la potenciación de la convivencia grupal mediante los grupos de encuentro, el psicodrama o el análisis transaccional. A su vez, tales objetivos encontraron su mayor proyección en las terapias de grupo.

El método fenomenológico se define como una alternativa contrapuesta al método hipotético-deductivo en el estudio del hombre, ya que se caracteriza por una reflexión crítica sobre la experiencia, que pretende descubrir la estructura inmanente de ésta y no la obtención objetiva de datos. Como consecuencia de este posicionamiento metodológico, desde las psicoterapias de orientación fenomenológica se han realizado diversas críticas a las investigaciones clínicas basadas en el método hipotético. A partir de tales críticas a la investigación tradicional en psicoterapia, los investigadores de esta orientación han elaborado una serie de alternativas metodológicas que se aglutinan bajo la etiqueta *cercanas a la experiencia*.

Si bien el volumen total de la investigación realizada desde las psicoterapias de orientación humanista no es muy abultado, su impacto en la comunidad psicoterapéutica ha sido enorme, pues de las psicoterapias inspiradas en el modelo fenomenológico surgieron la inquietud, las metodologías y hasta el concepto mismo de investigación de proceso. Incluso se da la paradoja de que algunos de los legados más notorios de las psicoterapias de orientación humanista coinciden con sus temas de investigación y las múltiples controversias desatadas en torno a ellos.

En cualquier caso, los legados más notorios de las psicoterapias experienciales y constructivistas abarcan, además del ya mencionado ámbito metodológico e investigador, el ámbito sociocultural, la popularización de técnicas de intervención específicas y la identificación de diversos factores comunes.

OBJETIVOS

Al finalizar el estudio de este capítulo, el lector/a deberá ser capaz de:

1. Contextualizar el Movimiento Humanista en la historia del siglo xx.
2. Contextualizar las terapias experienciales y constructivistas en el panorama general de las psicoterapias.
3. Conocer las características diferenciales del modelo clínico fenomenológico.
4. Discriminar entre investigaciones de resultado e investigaciones de proceso.
5. Conocer y discriminar las características fundamentales de las metodologías de investigación *cercanas a la experiencia*.
6. Identificar los legados socioculturales y psicoterapéuticos generados por y desde las terapias de orientación humanista.

1. INTRODUCCIÓN

Como expresión referida específicamente al tratamiento del sufrimiento humano de origen no exclusivamente somático, el término psicoterapia apareció en 1887 (Pivnick, 1969), en un momento histórico especialmente denso en el ámbito de la cultura occidental. Porque, aproximadamente en torno a esa fecha, gran número de intelectuales y artistas comenzaron a rebelarse de manera sistemática contra los valores de la burguesía —comedimiento, autocontrol, ahorro, rechazo de la sensualidad, etc.—; valores provenientes, en última instancia, de la reforma protestante (Rojí, 2004) (*Véase Lámina A*). Surgió así un movimiento, que suele llamarse *Modernismo*, que, si bien en ese período tuvo una proyección minoritaria, constituyó el origen de una nueva ética que acabaría generalizándose a lo largo del siglo XX. Estos nuevos valores enfatizaban el valor de la experiencia presente, particularmente el de las sensaciones, así como la ruptura de los usos y conductas apoyados en la tradición.

Paralelamente, sobre todo en Estados Unidos, surgieron diversos movimientos de protesta ciudadana que reivindicaban igualdad de derechos y sustanciales mejoras en la calidad de vida de ciertos sectores de la sociedad, como las mujeres, los niños y los enfermos mentales hospitalizados. A su vez, esta revolución social silenciosa fue a converger con el momento en que la Filosofía sufrió el desgarramiento irreversible del que nacieron las ciencias sociales, entendidas como disciplinas destinadas a ampliar el conocimiento de lo humano mediante la aplicación del método científico.

En suma, se puede afirmar que el período de transición del siglo XIX al siglo XX, constituyó una época de innovaciones de toda índole, del que nació la psicoterapia en el sentido actual del término; esto es, como una actividad netamente delimitada en el seno de la cultura occidental y ejer-

cida por profesionales especialmente adiestrados para desarrollar tal labor. (Véase Lámina B).

Entre los ya mencionados movimientos ciudadanos que reivindicaban mejoras en la calidad de vida, el más significativo de cara a la consolidación de la psicoterapia en general, es el que dio lugar a las campañas de higiene mental. En cambio, otros movimientos de carácter más espiritualista como *New Thought* (véase cuadro 1), habrían de tener una incidencia más específica en el *Movimiento Humanista*, el cual, a su vez, se convirtió, a principios de la segunda mitad del siglo xx, en el motor de propulsión cultural de las actuales terapias experienciales y constructivistas.

Cuadro 1. New Thought

Durante el último tercio del siglo xviii, uno de los alumnos más aventajados de Mesmer, el marqués de Puységur, descubrió de manera accidental, lo que hoy llamamos hipnosis. Concretamente, Puységur descubrió lo que hoy entendemos por inducción hipnótica, así como las posibilidades que esta ofrece para influenciar la conducta de las personas incluso cuando ya han salido del trance. Pero Puységur, que no era un hombre de ciencia sino un rico hacendado muy interesado por el mesmerismo, explicó sus descubrimientos en términos de fluidos magnéticos animales, y publicó sus primeras páginas sobre el tema justo en el año en que dieron comienzo las pesquisas de la comisión científica que investigaba a Mesmer, esto es, 1784.

Se produjo así el primer eslabón de una cadena de acontecimientos que van a jalonar la historia entera de los tratamientos psicológicos. Porque, si bien como consecuencia del dictamen de la mencionada comisión, todo lo relacionado con el mesmerismo quedó profundamente desacreditado en el continente, en Estados Unidos, en cambio, tanto los descubrimientos de Puységur como sus explicaciones mesméricas obtuvieron una acogida entusiasta. Y ello, a pesar de la honestidad intelectual del propio Puységur, quien no dudó en publicar sus apreciaciones, a medida que fue descubriendo la importancia que las creencias personales del paciente y el terapeuta, así como la relación existente entre ambos, tienen sobre los fenómenos hipnóticos.

En consecuencia, mientras durante la primera mitad del siglo xix, los conocimientos de Puységur estuvieron a punto de perderse en el continente, en Estados Unidos, las prácticas hipnóticas y las explicaciones mesmeristas quedaron fuertemente ligadas al espiritualismo, gracias a las actividades y escritos de Phineas P. Quimby (1802-1866). De hecho, Quimby es conside-



rado el iniciador del movimiento *New Thought* (*Nuevo Pensamiento*) un posicionamiento intelectual y experiencial que, reivindicando ciertas presuposiciones religiosas de orientación cristiana y otras de carácter metafísico concernientes a la naturaleza última de la realidad, proponía la curación de todo tipo de enfermedades a través de la mente. El ideario de *New Thought* reactivó la orientación irracionalista en las concepciones imperantes en la época sobre el bienestar y la salud mental, de manera que, por una parte, introdujo en los Estados Unidos una reacción contra el empirismo científico y el escepticismo religioso propagado por la Ilustración y, por otra, un reforzamiento de las influencias románticas e idealista propias de la primera mitad del siglo XIX. Pero además, estos planteamientos también se hicieron eco del trascendentalismo y las prácticas religiosas orientales difundidas en ese mismo período por el filósofo y poeta norteamericano R. W. Emerson.

Es importante señalar que *New Thought*, no fue un movimiento unificado, sino que estuvo compuesto por numerosos grupos muy dispares entre sí, tanto en lo concerniente al estilo de vida, como a sus postulados más concretos. En conjunto, la notoriedad de *New Thought* en Estados Unidos fue muy significativa, pues sus líderes desarrollaron una amplia actividad proselitista impartiendo conferencias y publicando artículos y libros. Así, por ejemplo, William James llegó a estar muy influido por las actividades de uno de los mencionados grupos.

Aunque a menor escala, *New Thought* también obtuvo cierta notoriedad en Inglaterra y Australia, y en ciertos países de Europa, Asia y África, a donde llegó a mediados del XIX incorporado a la ola de ocultismo antes mencionada. Sin embargo, durante la mayor parte del siglo XX las premisas básicas de *New Thought* sólo pervivirán en la sociedad norteamericana. Dicha pervivencia, representada por ciertas comunidades diseminadas por todo el país, no estará exenta sin embargo de una cierta evolución, y así, por ejemplo, en 1954 desapareció del ideario *New Thought* cualquier alusión a Jesús o Cristo, mientras la dualidad materia espíritu quedaba acentuada.

La impronta cultural dejada por *New Thought* en los Estados Unidos dio lugar a una subcultura espiritualista que constituyó un sólido precedente del Movimiento Humanista. En concreto, dicha subcultura se convirtió en una de las fuentes que nutrieron el desgarramiento interno sufrido por este movimiento; desgarramiento que tuvo entre otras consecuencias la actual diferenciación entre Terapias Humanistas Experienciales y Terapias Humanistas Transpersonales. Además, cabe subrayar que el impacto de las Terapias Transpersonales en Estados Unidos pasó a integrarse en la mencionada subcultura espiritualista generada por *New Thought*, contribuyendo con ello de forma decisiva a la aparición del movimiento *New Age*. Es decir, contribuyendo a la pervivencia de las presuposiciones irracionalistas del espiritualismo norteamericano del siglo XIX, en las presuposiciones irracionalistas del



espiritualismo milenarista de finales del siglo xx. De hecho, en el momento de escribir estas líneas, los elementos fundamentales de esa subcultura espiritualista, originalmente norteamericana, aún continúan su penetración en todo el planeta, como una consecuencia más de la globalización fomentada por los medios de comunicación de masas.

La expresión higiene mental estuvo ligada en su origen a la fuerte reivindicación en favor de los derechos civiles de los enfermos mentales hospitalizados que tuvo lugar en los Estados Unidos a finales del siglo xix. Una inquietud social que también se extendió rápidamente por Europa al terminar la I Guerra Mundial, en parte como respuesta a la elevación de la tasa del trastorno de estrés postraumático que la contienda trajo consigo, pero, sobre todo, como consecuencia de:

1. *El clima de optimismo respecto a la curabilidad de las enfermedades mentales imperante en el ambiente médico-psiquiátrico.* Este optimismo, heredero del que erróneamente generaron las primeras aplicaciones de los nuevos instrumentos estadísticos durante el siglo xix (Rojí, 2004), recibió un gran impulso con la popularización de los planteamientos terapéuticos psicoanalíticos.
2. *Las grandes campañas publicitarias destinadas a hacer llegar al gran público las ventajas de una adecuada atención psicológica.* En principio, estas campañas de higiene se hicieron eco de los aspectos nocivos causados por agentes como el alcohol, el tabaco o el consumo excesivo de comida. Es más, con frecuencia todos estos elementos solían estar aderezados con directrices morales que afectaban a la forma de entender las relaciones interpersonales y las relaciones del individuo consigo mismo. Sin embargo, progresivamente y de manera especial a partir de la I Guerra Mundial, las campañas publicitarias en pro de una mejora de la calidad de vida comenzaron a convertirse en campañas de información, cuyo objetivo consistía en hacer llegar a la masa de la población informaciones claras sobre características de las enfermedades mentales y de su tratamiento. Este hecho tuvo como consecuencia la aparición del tercero de los factores implicados.
3. *La familiarización del ciudadano medio con los progresos psicoterapéuticos.* Con ella, el interés que en él despertaban las posibilidades de la psicoterapia comenzó a desplazarse, desde los casos más floridos, hacia las aportaciones que la psicoterapia podía hacer en los reducidos pero continuos conflictos a que el hombre se vio some-

tido en su vida cotidiana. Este interés alcanzó su punto álgido en la década 1940-1950, pues fue entonces cuando, primero en Estados Unidos y luego en una Europa que luchaba por recobrase de la II Guerra Mundial, se multiplicaron las informaciones sobre temas psicológicos en revistas populares, ediciones de divulgación, conferencias a nivel básico, entrevistas a expertos durante los programas de radio en horas de máxima audiencia, etc.

Además, la efectividad relativa que los procedimientos psicológicos habían tenido sobre los combatientes de ambas guerras mundiales, sensibilizaron a las instancias políticas ante la potencial labor social que cabía esperar de la psicoterapia. Este hecho, a su vez, redundó en un aumento del gasto público destinado a la atención de la salud mental y a las campañas de información y prevención. Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud, en su primera reunión (1948) reconoció que la mayor contribución efectuada hasta ese momento por las Ciencias Sociales consistía en haber explicitado, de manera inequívoca, la plasticidad de la conducta humana.

Sin embargo, también es obligado recordar aquí las fuertes oscilaciones axiológicas que afectaron al concepto de psicoterapia a lo largo del siglo xx. Así, por ejemplo, pese a los vientos de cambio introducidos por el *Modernismo*, la fuerte tradición racionalista del positivismo del siglo xix pervivirá, en buena medida hasta el final de la I Guerra Mundial, aunque matizada por las corrientes de pensamiento pragmatistas. En cambio, durante los años 20 y hasta la gran depresión económica del año 29, los principios de la moral calvinista conocieron una recesión, en pro de opciones morales más relajadas, así como de las explicaciones psicoanalíticas.

Ahora bien, a partir de la crisis del 29 y de sus dramáticas consecuencias, el optimismo que impregnaba hasta ese momento la vida social y la cultura en los países industrializados retrocedió, de forma que las opciones morales más próximas al espíritu calvinista resurgieron junto con idearios netamente racionalistas. Este estado de cosas volvió a cambiar a partir de la recuperación económica vivida por occidente una década después del final de la II Guerra Mundial. Fue entonces cuando hizo su aparición un movimiento romántico que reivindicaba la espontaneidad y exaltaba el presente, el papel de lo vivencial y de las relaciones interpersonales no formalizadas. Este movimiento ideológico tuvo una gran repercusión dentro de la psicoterapia, pues gracias a él conocieron su apogeo las psicoterapias experienciales, si bien en los Estados Unidos se produjo una impregnación optimista procedente de la contracultura

hippie, mientras que en Europa dominaron actitudes más críticas procedentes del existencialismo y la antipsiquiatría. A su vez, este último período romántico desapareció con la enorme inestabilidad económica y política provocada en los años 70 por la crisis del petróleo, tras la cual acabaron perfilándose dos de los rasgos más destacados del último cambio de siglo, que también lo fue de milenio: por una parte, la creciente globalización económica e informativa y, por tanto, cultural, acompañada de un fuerte flujo migratorio desde los países del tercer mundo a los países industrializados y, por otra, una profunda polifonía ideológica de ética mayoritariamente autopermisiva, en la que el único valor universalmente asumido parece ser la concepción contractual y egocéntrica de las relaciones individuo/grupo (véanse láminas C y D).

Y es en este contexto ideológicamente pluridimensional, multicultural e individualista propio del occidente industrializado de nuestros días, donde la profesión de psicoterapeuta acaba adquiriendo una fuerte demanda sociocultural y un considerable control sociopolítico.

2. EL MOVIMIENTO HUMANISTA Y LAS PSICOTERAPIAS EXPERIENCIALES Y CONSTRUCTIVISTAS

Como categoría diferencial respecto a los tratamientos psicodinámicos y la modificación de conducta, las psicoterapias experienciales y constructivistas se encuadraron inicialmente dentro de un movimiento intelectual conocido como Psicología Humanista, aunque algunas de ellas, como la Terapia Centrada en el Cliente, tienen sus orígenes en los años 40.

En principio, el movimiento humanista constituyó un movimiento genuinamente norteamericano que se conformó de forma explícita en 1961. A grandes rasgos, la psicología humanista se perfiló (Misiak y Sexton, 1973) como un acercamiento a la experiencia humana de carácter polifacético, que centraba su interés en la singularidad del hombre y en su capacidad de autorrealización.

Pero para comprender el alcance de la psicología humanista es necesario tener en cuenta que, como ya apuntábamos anteriormente, en el plano ideológico la década de los 60 del siglo XX constituyó un período abierto al optimismo. Esta actitud, fundamentada sobre el crecimiento económico de un occidente crecientemente industrializado, coincidió en Estados Unidos con otros factores sociales y políticos como la oposición de una parte de la sociedad a la guerra de Vietnam, la rebelión estudiantil y el movimiento *hippie*, factores todos ellos que se decantaron en acti-

tudes de rechazo hacia los valores promovidos por el materialismo, el racionalismo, el desarrollo tecnológico y el consumismo, al tiempo que exaltaban el antimilitarismo, la relajación de los tabúes sexuales y, en general, la espontaneidad en todo tipo de relaciones.

Porque fue en este contexto que la psicología humanista se alzó como un movimiento de protesta que rechazaba (Berlyne, 1981) cinco aspectos de la psicología académica del momento: la aplicación del método científico en el estudio del ser humano, la concepción de lo que era la ciencia en la psicología de esa época, el conductismo, la negligencia ante algunos aspectos cruciales del ser humano como los axiológicos y la trascendencia, y la distribución de las investigaciones en relación al tema a investigar, aspecto este último en el que reivindicaban la importancia de la creatividad frente al aprendizaje.

En cuanto movimiento intelectual, la psicología humanista fue considerada por Maslow como una *tercera fuerza*; esto es, como una alternativa defendida por quienes centraban su interés en el estudio científico de la creatividad, el amor, los valores superiores, la autonomía, el crecimiento, la autorrealización y la gratificación de las necesidades humanas. Así pues, en un principio, la psicología humanista fue un movimiento programático que pretendía introducir en la psicología científica el estudio de algunos aspectos de la conducta humana a los que el psicoanálisis y la terapia de conducta no prestaban particular atención. Pero, a pesar de ello, la psicología humanista no se constituyó como escuela, sino que se articuló como un conjunto de alternativas teórico-metodológicas directamente relacionadas con la psicología aplicada en las esferas del consejo, la psicoterapia, la enseñanza y el crecimiento personal a partir de experiencias grupales.

Al movimiento humanista se incorporaron tres clases de estudiosos (Rosal, 1982; Villegas, 1986) Por una parte, los psicólogos de orientación existencial estrechamente relacionados con la metodología fenomenológica, como Rollo May, Bühler, Arnold, Heider y Stern; por otra, algunos autores independientes dedicados fundamentalmente al estudio de la personalidad como Allport, Maslow y Kelly y, por último, algunos psicólogos de tradición psicoanalítica que se habían distanciado del modelo ortodoxo, como From, Horney y Goldstein. Todos ellos asumieron la fenomenología como marco de referencia y algunos, mayoritariamente psicoterapeutas, incluyeron entre sus premisas la orientación existencialista. En cualquier caso, las presuposiciones de origen filosófico comúnmente admitidas giraron en torno a una concepción holista del ser humano y al supuesto básico de que la vida humana está dirigida y justificada por la realización de ciertos valores.

Bugental (1964) concretó tales presuposiciones en los siguientes supuestos:

- a) El hombre es una unidad no asimilable a la suma de sus partes.
- b) La naturaleza del hombre se expresa y realiza a través de sus relaciones con otros hombres.
- c) El hombre es consciente, tiene capacidad de elección y sus propósitos, sus experiencias, su creatividad y su reconocimiento de significaciones son de carácter intencional

Desde estos planteamientos, la psicología humanista pretendía dar respuesta a los interrogantes relativos al significado de la vida. Por ello, puso en primer plano la autorrealización de la persona y su experiencia, así como su unicidad, al tiempo que se trazaba como objetivo el desarrollo de métodos para ampliar al máximo la experiencia humana y promover la integración de las emociones y cogniciones de los individuos concretos.

Pero la historia interna del movimiento humanista se caracterizó por una fuerte oscilación entre las propuestas de enriquecimiento ético del método científico y las propuestas irracionalistas que menospreciaban el valor de este tipo de conocimiento. Dicha oscilación tuvo un doble origen: por una parte, el influjo ideológico del optimismo contracultural ya comentado y, por otra, la confrontación entre el método fenomenológico y el método científico, en cuanto vías adecuadas para alcanzar la objetividad frente a los eventos psíquicos. La incidencia conjunta de ambos factores generó dentro del movimiento humanista un clima irracionalista incompatible con la ciencia, lo que provocó que May, Kelly, Bateson y el propio Maslow lo abandonaran. Así, mientras que el creciente irracionalismo imperante en las **psicoterapias transpersonales** provocaba el distanciamiento de numerosos psicoterapeutas experienciales, el abandono de George Kelly contribuyó de forma decisiva —junto con la complejidad y riqueza de su concepción de la personalidad— a que sus propuestas terapéuticas constructivistas y su interés por la verificación empírica (*véase capítulo 9*) no alcanzaran verdadera resonancia clínica hasta casi veinte años más tarde. En definitiva, durante la década de los sesenta y considerado como conjunto, el movimiento humanista fue progresivamente engullido por las tendencias de pensamiento anticientíficas y trascendentalistas, al tiempo que sus actividades, fundamentalmente grupales y tendentes al desarrollo de los potenciales individuales, alcanzaban una amplia repercusión social entre la clase media, ávida de perfeccionismo.

Después, a finales de los setenta y principios de los ochenta, aparecieron nuevos intentos de fundamentación filosófica y de reconceptualización teórica (Wandersman, Poppen y Ricks, 1976; Wertheimer, 1978; Krasner, 1978; Marmor y Woods, 1980; Royce y Mos, 1981), pese a los cuales la psicología humanista no dejó de ser un movimiento cuyos planteamientos y límites no acababan de definirse como una opción homogénea y consistente. Esas mismas carencias continúan vigentes en la actualidad, y ello a pesar de los más recientes esfuerzos que se han realizado en sentido contrario (Schneider, Bugental y Piersons, 2001; Cain y Seeman, 2002).

Pese a ello, de acuerdo con Bernstein y Nietzel (1982) es posible hablar de un modelo clínico fenomenológico asentado sobre los siguientes supuestos:

1. Los seres humanos son individuos activos, pensantes y responsables de su conducta, capaces de elaborar planes y de elegir entre diversas opciones comportamentales, de manera que, a la hora de estudiarlos, no pueden ser definidos ni como portadores de estructuras psíquicas, ni como receptores de refuerzos.
2. El ser humano tiene necesidades biológicas, pero estas no son los determinantes más significativos de su conducta y desarrollo. En cambio, sí lo es su tendencia innata a desarrollarse como individuos plenamente maduros y a desplegar al máximo sus potenciales creativos y afectivos.
3. La conducta de cada ser humano, en cualquier momento de su vida, está determinada fundamentalmente por su percepción del mundo. Además, la forma de ver el mundo es específica de cada persona y se ve reflejada en su conducta observable.
4. Por tanto, nadie puede comprender verdaderamente a una persona a menos que sea capaz de percibir el mundo con los ojos del otro. Esto implica el rechazo de la noción de enfermedad mental o de cualquier otra etiqueta de carácter axiológico peyorativo en relación con la conducta, puesto que toda conducta humana es normal, racional y comprensible cuando se la considera desde el punto de vista de su ejecutante.
5. En consecuencia, en la actividad clínica no se puede tratar a los pacientes como objetos que representan procesos psicopatológicos, sino como nuestros semejantes. Por tanto, la acumulación de datos sobre la biografía de quien acude a un tratamiento constituye un recurso de valor muy restringido, puesto que lo que determina su