

**CESAR VASQUEZ OLCESE**

**UNA APROXIMACION A LA PSICOTERAPIA DE  
CARL ROGERS**



[www.visionlibros.com](http://www.visionlibros.com)

# **UNA APROXIMACION A LA PSICOTERAPIA DE CARL ROGERS**

**CÉSAR VÁSQUEZ OLCESE**

Enmarcada dentro de la llamada "tercera fuerza", la psicoterapia "rogeriana" es el enfoque que mayor influencia ejerce actualmente sobre los psicoterapeutas y consejeros norteamericanos, aún por encima de la terapia racional-emotiva de Albert Ellis y del psicoanálisis freudiano. Al respecto, en un estudio realizado en EE.UU. entre 800 psicólogos y orientadores, se encontró que los psicoterapeutas propuestos como los de mayor influencia fueron, en primer lugar, Carl Rogers, en segundo lugar, Albert Ellis y en tercer, Sigmund Freud (Huber y Baruth, 1991).

Catalogada de especulativa y anticientífica por sus detractores, y vista como la terapia ideal por sus seguidores, el enfoque rogeriano ha pasado por diversas transformaciones, que van desde la simple propuesta de una hipótesis de trabajo -producto de la labor de consejería que su autor desarrollara en los años treinta- hasta la elaboración de una teoría de la personalidad. El desarrollo de esta concepción descansó también sobre una considerable cantidad de investigaciones que fueron guiando su desenvolvimiento, clarificando las dudas y dando validez empírica a las hipótesis que planteaba.

Sin embargo, a pesar de ello, hay quienes piensan que esta psicoterapia se basa solamente en buenas intenciones, en deseos filantrópicos provenientes de la filosofía existencialista, y en la bondad del carácter del propio Rogers. Este razonamiento responde, creemos, más a la ignorancia que a las características intrínsecas del enfoque.

## **LA HIPOTESIS CENTRAL DE LA PSICOTERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE**

En sus libros Orientación psicológica y psicoterapia, Psicoterapia centrada en el cliente y El proceso de convertirse en persona, Rogers realiza una serie de planteamientos tendientes a esclarecer su posición frente al proceso terapéutico, la personalidad y la naturaleza humana.

En dichos textos establece la siguiente hipótesis como eje de toda su concepción psicológica: "Que el individuo tiene la capacidad suficiente para manejar en forma constructiva todos los aspectos de su vida que potencialmente pueden ser reconocidos en la conciencia" (Rogers, 1972, 1978).

Dicha hipótesis es, a nuestro entender, el planteamiento esencial del enfoque, y, a su vez, lo que genera mayores polémicas.

Veámosla con mayor detenimiento. Rogers asume -en base a datos empíricos, según dice- que existe en todo ser humano una tendencia innata a la actualización, esto es, al desarrollo progresivo y a la superación constante, si se encuentran presentes las condiciones adecuadas (Rogers y Kinget, 1971). Algo similar a la autorrealización, también innata, que proponen Maslow y May y todos los demás psicoterapeutas humanistas (Frick, 1973), y a la autorregulación organística de Perls (Perls, 1987).

El hombre, dice Rogers, es positivo por naturaleza, y por ello requiere respeto absoluto, especialmente en cuanto a sus aspiraciones de superación (Di Caprio, 1976). De ello se desprende que está contraindicado para el psicoterapeuta realizar todo tipo de conducción o dirección sobre el individuo; todo tipo de diagnóstico o interpretación, porque ello constituiría un atentado contra las posibilidades del sujeto y contra su tendencia a la actualización. Se exige, o mejor dicho, se recomienda, situarse en el punto de vista del cliente, asumir su campo perceptual y trabajar en base a ello como una especie de alter ego. Incluso la palabra "cliente" es asumida de una manera especial: el cliente es aquella persona

que responsablemente busca un servicio y participa del proceso terapéutico de la misma manera; aquella, conciente de su capacidad de desarrollo no utilizada, que no va "en busca de ayuda" sino que trata de ayudarse a sí misma.

Se descartan del lenguaje rogeriano los términos paciente, enfermo, curación, diagnóstico, etc., porque connotan dependencia, limitación y falta de respeto por la persona.

Esta actitud frente a la dignidad del paciente, la aceptación incondicional y el respeto que se le tiene cobran una importancia tal que se les consideran factores que favorecen u obstaculizan (de faltar) la adquisición del enfoque centrado en el cliente. Aceptación y respeto deben estar enraizados en la personalidad del terapeuta, formar parte esencial de su ser, y ello pasa, antes que nada, por aceptarse a sí mismos.

En síntesis, la hipótesis central propone que el ser humano puede, si se le presentan las condiciones adecuadas, desarrollarse o actualizarse, ampliar sus capacidades y ser conciente de lo que experimenta a fin de poder auto controlarse. "No se puede manejar eficazmente lo que no se percibe concientemente", propone Rogers. De allí la necesidad de ampliar el concepto de sí mismo del cliente, su self, y de incluir en él todo (o casi todo) lo que vivencia. Pero no se pretende hacerlo actuando sobre él sino, como dice Kinget, "acompañándolo" en la experiencia, brindándole las condiciones requeridas y dándole seguridad (Rogers y Kinget, 1971).

## **LA TERAPIA**

A estas alturas de la exposición, una terapeuta no versada en el enfoque rogeriano podría argüir que no se ha dicho nada nuevo hasta el momento, dado que todos los enfoques buscan en mayor o menor medida favorecer la capacidad de crecimiento, y que todo psicoterapeuta que amerite tal título debe comenzar por aceptar y tratar de comprender a sus pacientes. Sin embargo, no se trata sólo de tener piadosamente en cuenta dichos aspectos, haciendo gala de humanitarismo o de haber tenido un buen entrenamiento. Dichos aspectos SON la base del enfoque y constituyen, antes que nociones gaseosas, actitudes plenamente asimiladas de las que se van a desprender las técnicas.

Parafraseando a Claudio Naranjo (1991) cuando habla de la terapia gestáltica, la psicoterapia centrada en el cliente no está conformada básicamente por técnicas sino, esencialmente, por actitudes del terapeuta, las mismas que pueden ser instrumentalizadas de diversa manera.

Se consideran así dos factores: 1) La actitud que tiene el terapeuta, su filosofía operacional básica frente a la dignidad y la significación del individuo (hipótesis básica), y 2) Su instrumentalización a través de métodos adecuados.

Las actitudes del terapeuta deben ser transmitidas de manera indirecta, impregnadas en las comunicaciones pero no formuladas abiertamente en ninguna de ellas. A veces esto no es comprendido plenamente y por esta razón algunos asumen que la actitud centrada en el cliente consiste en ser pasivos e indiferentes, en "no entrometerse". Pero ello de plano es incorrecto y, más aún, es nocivo, porque la pasividad de hecho es asumida como rechazo; además, suele terminar por aburrir al sujeto al ver que no recibe nada.

El enfoque plantea más bien que el terapeuta debe ayudar a clarificar las emociones del cliente, ser un facilitador en el proceso de hacerlas concientes, y por ello manejables y no patológicas. Pero no asumiendo un rol de omnisciente y todopoderoso, que lleva al cliente de la mano diciéndole "Yo te acepto" y devolviéndole "masticadito" el material que éste le proporciona.

## Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

