

## **GRACIAS CARL, TE NECESITAMOS**

Por David Brazier

PhD, autoridad sobre la psicología oriental y occidental, autor de ocho libros: *Más Allá de Carl Rogers*, *Terapia Zen*, *Quién Ama Muere Bien* y otros. Psicoterapeuta y sacerdote budista, presidente del Instituto Terapia Zen Internacional. Fundador de proyectos filantrópico, erudito y poeta. Es inglés y vive en Bélgica.

### **David Brazier**

*Esta reflexión, intenta transmitir el espíritu de la obra de Carl Ransom Rogers, el efecto que tuvo sobre la obra del autor de la misma, y la continua relevancia del enfoque crítico que Rogers presentó.*

Carl Rogers era un hombre formado por una lucha espiritual. Nació en el medio oeste de Norteamérica y se crió en un hogar protestante, donde aprendió e internalizó los valores de sus padres, la disciplina y el sentido de la decencia. Al acercarse a la edad adulta fue a una Universidad, con la intención de emerger como un ministro cristiano. Luego, a mitad de camino a través de sus estudios, realizó una visita a China. Más tarde hablaría de cómo esta visita lo cambió, dándole más amplios horizontes y una sensación de que la vida tenía más posibilidades y menos certezas. A medio camino a través de su carrera, dejó la universidad teológica, cruzó la calle y comenzó a estudiar psicología. En este cambio de dirección, Rogers fue un ejemplo de un cambio de orientación que estaba pasando por un gran número de personas, en ese momento. Rogers, sin embargo, estaba dispuesto a ir mucho más allá que la mayoría de sus contemporáneos y al mismo tiempo, mientras que su estilo de escritura se convirtió en eminentemente secular, se puede sentir la continua búsqueda de un sentido trascendente que todo lo abarca y que atraviesa todas sus obras, desde su postulación de una tendencia actualizante universal, a su discusión de cómo la terapia, culmina en momentos de alteración de la conciencia.

En sus estudios de psicología fue influenciado por Jesse Taft quien era un seguidor de Otto Rank. Taft introdujo la noción de un modelo funcional (en contraposición a un enfoque diagnóstico), al trabajo social y terapia personal. Rank había sido colega de Freud y se hizo famoso por su trabajo sobre el trauma del nacimiento y en el temperamento artístico y por el énfasis que puso en la voluntad, concebida como la fuerza creativa original en la personalidad. Estas influencias disminuían el poder del experto, destacando el potencial creativo del individuo que consultaba. Esto llevó a Rogers un paso revolucionario en el pensamiento de la psicoterapia, con la idea que concurrir a un terapeuta, no era una cuestión de acercarse a un experto, ni de presentar una anomalía para el tratamiento, sino de entrar en una relación destinada a liberar determinados patrones de pensamiento y comportamiento. Para Rogers, la persona que estaba en pleno funcionamiento, se había "convertido en su organismo", siendo, en otras palabras, plenamente humano. Para él, la terapia no se planteaba como un retorno a la normalidad, tanto como un camino de liberación. Él no estaba interesado en la terapia como un medio para curar o tratar enfermedades, estaba más interesado en estudiar el proceso que se desarrolla en la terapia y la optimización del potencial personal, como una fuerza creativa. En la mayoría de las psicoterapias, se observa que el primer paso, es identificar qué queja o síndrome del paciente está sufriendo y el segundo paso, es para identificar una técnica eficaz, por la cual tratar tal condición. Rogers pensaba que se trataba de una manera totalmente equivocada de abordar la situación.

Las personas que acuden a la terapia no eran, para él, pacientes que necesitan tratamiento para curarse.

En su libro más influyente, "El proceso de Convertirse en Persona", escribió: "Si el terapeuta tiene dentro de sí mismo, una actitud de profundo respeto y la plena aceptación por el consultante tal como él es, actitudes similares hacia las potencialidades de los consultantes, para hacer frente a sí mismo y su situación, y si estas actitudes están impregnados con un calor suficiente, con gran afecto hacia el núcleo de la persona, y si se logra un nivel de comunicación, de modo que el

consultante, puede empezar a percibir que el terapeuta comprende los sentimientos que está experimentando y lo acepta en toda la profundidad de ese entendimiento, entonces podemos estar seguros de que el proceso está ya iniciado (pp.74-75) "

Rogers fue, sin embargo, no sólo teórico. Profundamente interesado en los hechos, su otro gran innovador gran avance fue en la investigación. Él fue la primera persona, en poner máquinas de grabación en la sala de consulta, para saber exactamente lo que los terapeutas llegan a decir en sus interacciones con los consultantes. Este movimiento estimuló una gran cantidad de nuevas investigaciones y no solo influyó en el trabajo de los terapeutas, sino también ha tenido una notable, aunque no siempre plenamente reconocida, la influencia sobre los métodos de investigación en sí. Con el fin de evaluar lo que estaba sucediendo en la interacción terapéutica, Rogers tenía que encontrar, maneras de medir cualidades que se tenían hasta ese momento, que se han considerado, se encuentran en el área de la subjetividad y que fueron, por lo tanto, tomadas fuera del alcance de la investigación científica . Rogers, sin embargo, desarrolló escalas de calificación de cualidades, como la empatía y la consideración positiva. Estas investigaciones sobre el límite entre la objetividad y la subjetividad allanaron el camino, para lo que ha sido desde entonces una expansión muy considerable de los métodos de investigación cualitativa y fenomenológica, no sólo en los estudios de psicoterapia, sino en una amplia gama de investigación social.

Cuando Rogers empezó a escribir sus hipótesis, comenzó a avanzar en la idea de que un enfoque menos directivo del tratamiento puede ser más eficaz. Sus primeros escritos profesionales aparecieron en la década de 1940. Pronto empezó a cristalizar esta idea, en su famosa proposición audaz que el cambio constructivo en la psicoterapia, se basaba en la existencia de un clima definible psicológico o una serie de condiciones, entre ellas la empatía precisa, la congruencia y la consideración positiva incondicional. Es difícil, hoy en día, darse cuenta del impacto que esta sencilla formulación ha tenido. Sus implicaciones revolucionarias incluían la posibilidad de que casi todo el entrenamiento en psicoterapia, era en el

mejor de los casos, redundante e incluso nociva. El aprendizaje de las formulaciones sobre la patología y las intervenciones de tratamiento, hacía al terapeuta menos capaz de proporcionar empatía y consideración positiva incondicional y la socialización en un rol profesional puede tender a hacer que se sea menos congruente.

Aunque este debate ha sido en gran parte suprimida bajo la presión constante hacia la profesionalización, y disfrazado por la incorporación en la mayoría de los entrenamientos de orientación de referencia sustancial al trabajo de Rogers, su crítica, en su forma original se mantiene, ahora como entonces, como un serio desafío a los intereses creados y un cambio radical de lo que la mayoría de consejeros (counselors) y psicoterapeutas afirman.

La fuerza iconoclasta de las ideas de Rogers y su estilo - una vez dirigió una convención nacional de los profesores y comenzó su discurso diciendo que él no creía que fuera posible enseñar a la gente cualquier cosa - lo convirtió en un punto de encuentro para muchos de los que estaban creando lo que se dio en llamar la tercera fuerza en la psicología, una fuerte llamada para un humanista, de persona a persona, el enfoque que tomó como punto de partida la suposición de que cada persona y cada grupo de personas tiene un enorme, a menudo en gran parte sin explotar, potencial de crecimiento y cambio constructivo que, para ser liberado, sólo necesita la creación de condiciones facilitadoras.

Su trabajo estaba relacionado a menudo con el de Abraham Maslow, en particular la afirmación de Maslow de que lo interesante en la investigación no fue lo que salió como promedio o más común, sino que lo más es que 5% de la población hizo algo inusual que el 95% no lo hizo. Es posible que haya más por descubrir de saber más sobre ese 5%. Esta idea de Maslow estaba dirigida a producir el concepto de experiencia cumbre, y ambos autores se convirtieron, en los principales contribuyentes al movimiento del desarrollo del potencial humano, dando lugar a los grupos de encuentro y un aumento muy emocionante en la experimentación, en todos los aspectos del campo de las relaciones humanas.

Tuve mi primer contacto con el trabajo de Rogers, cuando estaba aprendiendo a ser un trabajador social psiquiátrico en la década de 1970. Yo ya había vivido en una comuna, trabajando para la liberación, hice campaña como un pacifista, involucrándome en el budismo, y estaba entusiasmado por las ideas de R.D. Laing y A.S. Neill. Es así que Ideas de Rogers cayeron en tierra fértil y se convirtieron en una gran influencia en mi forma de pensar y trabajar para las próximas décadas. Recuerdo a mi tutor, Ann Trembath, diciéndome que realmente debería leer Rogers y tener conversaciones con ella, sobre si sus conceptos eran muy simples o el trabajo de un genio. Para muchos de nosotros, las "simples" formulaciones de Rogers, fueron el  $e = mc^2$  de la psicoterapia y se derivan de ella hacia un maravilloso sentido de la liberación y la inspiración.

Involucrarse con los demás similarmente inspirados también fue una experiencia apasionante, sobre todo cuando el mismo Rogers estuvo presente. Uno puede ir a las reuniones internacionales de cinco días, con un par de cientos de personas de todo el mundo, en el que los organizadores empiezan por decirle, lo que habían hecho para preparar el escenario para la reunión y luego anunciar que su tarea había terminado, y que ahora los miembros de esta comunidad temporal, pueden hacer lo que quieran de ella. Grandes experiencias de grupo sin líderes eran una cosa increíble, y allí nos enteramos de que en América Latina, Carl había experimentado con grupos similares que eran más grandes aún con varios cientos de participantes. Estos fueron, encuentros humanos en las alturas y las profundidades de la emoción humana, la creatividad y el caos, se podría saborear al máximo.

Todos los seres vivos crecen, cambian con la edad y con el tiempo. Lo mismo sucede con los movimientos sociales. El acercamiento iniciado por Rogers pasó por varios cambios de nombre.

En primer lugar se le llamó "terapia no directiva". Luego se convirtió en "centrada en el cliente". Finalmente se convirtió en el "enfoque centrado en la persona" o PCA.

Una de las grandes innovaciones fue llamar consultantes (clients), en lugar de pacientes a los usuarios de la terapia. Con el tiempo, sin embargo, las ideas de Rogers estaban siendo aplicadas a la educación, el trabajo grupal, estudios sobre la paz, el desarrollo organizacional y una variedad de otros campos de las relaciones humanas. Denominar “centrada en la persona”, era el término que entonces parecía más apropiado, estoy seguro de que el mismo Rogers, simplemente vio este cambio de terminología, como una forma de cubrir las múltiples aplicaciones de sus ideas. La implicación del término es diferente, sin embargo. En la terapia, por ejemplo, sólo hay un cliente, pero hay dos personas. Hubo muchos debates entre los seguidores de Rogers, acerca de si este cambio de nombre, implicaba un cambio sustantivo en la teoría. Lo que sí parecía permitir mucha más innovación en el Enfoque, muchos de esos aspectos, son los que he podido documentar, en un libro titulado “Más allá de Carl Rogers”, que publiqué, después de su muerte.

En el libro, escribí un capítulo llamado: "La condición necesaria es Amor" y la manera en la que el amor hace la vida significativa pero también nos trae la mayoría de las dificultades de la vida. En mi último libro “ El amor y su decepción” trato el significado de la vida, la terapia y el arte. En este libro planteo una crítica sobre la teoría de Rogers, y ofrezco una interpretación alternativa de cómo el proceso de la terapia puede funcionar. Creo que aún estuviera vivo, Carl disfrutaría debatiendo esta cuestión. Él nunca fue dogmático. Una vez estuve en una conferencia celebrada en su honor, en el que una serie de oradores hablaron acerca de buscar algún tipo de control profesional que pueda garantizar que las ideas de Rogers no fueron corrompidos por el mal uso. Finalmente, Carl se tomó la palabra y en algunas frases decisivas planteó un desacuerdo con todos ellos. Pensó que es vital que la gente sea libre para innovar.

Rogers continuó ampliando, hasta el final de su vida la aplicación de sus ideas básicas. En realidad a mediados de 1970, comenzó a darse cuenta, de que sus ideas tenían implicaciones políticas, así como personales. Se hizo más y más claro que mucho de lo que realmente estaba investigando, era la relación de poder

entre las personas y sus puntos de vista, pueden aplicarse en todos los niveles de la escala social. En la última década de su vida, prestó menos y poca atención al asesoramiento (counseling) o la psicoterapia, estando mucho más centrado en el tema de la paz y resolución de conflictos.

### ¿Cuál es el significado de Carl Rogers para nosotros ahora?

El movimiento PCA sin duda ha envejecido en algunos aspectos. Una cierta cantidad de dogmatismo, que Rogers tendría que aborrecer y que, sobre lo que es y lo que no se cuente como genuinamente centrada en la persona se ha deslizado. La omnipresente presión hacia la conformidad y la normalización en el campo de la psicoterapia también ha pasado factura. Conferencias sobre Rogers en estos días tienen un calendario y las reuniones son formalmente presididas. El anarquismo fértil que dio ánimo en años anteriores ha sido, por desgracia, domesticado en su mayoría. En una forma algo débil, sin potencia, muchas de las ideas de Rogers han entrado en la corriente principal que predomina en la psicoterapia y el counseling. Muchos lugares educativos y universidades, de asesoramiento y psicoterapia, dan un lugar prominente en sus listas de libros. Muchas de las personas que los leen, sin embargo, nunca pueden realmente sentir la revolución que él representaba en ese entonces, cuando esos mismos lugares los tendrían probablemente en su lista de sustancias prohibidas.

Tal vez es hora de un nuevo Rogers a surgir.

¿No tenemos necesidad de alguien que puede hacer una apelación directa al corazón del hombre y de la técnica excoriar(sacar la piel) de nuevo como sólo él podría hacerlo? Desde su tiempo, sin duda, la terapia ha disminuido en una búsqueda de la seguridad y la respetabilidad por un lado, y una técnica eficaz para por el otro. No habría nada más ajeno a Rogers que escuchó a las personas como un ser humano que escucha a otro, o, para decirlo con más fuerza, como un ser humano que escucha la esencia de la humanidad en el otro. Sus escritos pueden volver una y otra vez a lo que se le dijo a esta persona o aquella persona, sabiendo que cada uno es único y que ofrece una cualidad especial de su creatividad personal. Los escuchó y confió en ellos. Debido a que confiaba, que

estaba dispuesto a asumir riesgos. Le gustaba hacerlo. Le gustaba aprender. No tenía tiempo para un enfoque que considera la educación como principalmente la búsqueda de credenciales o de impartir certezas. A él le gustaba que las cosas sean a escala humana. Él era frugal y sin pretensiones. Valoró la vida interior sobre lo externo. Estaba aburrido de la seguridad. No quiso dar la misma charla dos veces. Él quería una relación viva con personas reales. Nunca fueron simplemente una audiencia para él. Él creía en el potencial de cada persona, en su lucha, su dolor, su vasto potencial interno, y la creatividad milagrosa de la vida ordinaria. Era un hombre verdaderamente compasivo. Me siento inmensamente más rico desde que él entró en mi vida.

**David Brazier** es conocido principalmente como autor e intérprete de la psicología budista en el que tiene un doctorado. En los años 1970 y 1980 se encontró con Carl Rogers en una serie de eventos profesionales y sociales. Es autor de Más allá de Carl Rogers, Terapia Zen, el Amor y su decepción y otros libros.