

El grupo como espacio de crecimiento y encuentro: una perspectiva dialógica centrada en la persona

Javier Armenta Mejía

*Para Mauricio Cerecer y Lulu Gardner por el cariño
Y la amistad entrañable de siempre*

*Entre las sombras que te anegan
otro rostro amanece
Octavio Paz*

Introducción

El trabajo con grupos, cada vez mas en distintas áreas de la psicología, educación y psicoterapia se ha constituido como una forma o un modelo muy adecuado para la promoción del desarrollo, la prevención y el crecimiento sano del ser humano.

Partiendo de que el ser humano nace, vive y se desarrolla dentro de grupos, o estableciendo vínculos con los demás, abordaremos en este escrito cómo la facilitación grupal puede contribuir a nuevas y mejores formas de relación humana, y a procesos tanto inter como intrapersonales que promuevan seres humanos mas congruentes, responsables y en procesos de desarrollar sus potencialidades humanas (Henderson, 2006).

Quisiera establecer que lo que se presenta a continuación es una visión tentativa y que trata de describir cómo la facilitación grupal apuntala el crecimiento y actualización de las personas. Dicha descripción está hecha básicamente desde el enfoque centrado en la persona, (Barrett-Lennard, 2003, 2005; Hobbs, 1989; Lago, and MacMillan, 1999; Missiaen, 2002; Natiello, 2001; Rogers, 1951,1961; Schmid, 1996, 2001, 2005), y en ciertas partes integra aspectos o dimensiones de la terapia existencial (Jourard, 1967; Moustakas, 1968; Rispo, 2002; Ruitenbeck, 1968; Spinelli, 1989, 2006; Van Deurzen y Arnold, 2005; Van Kaam, 1966) y del enfoque colaborativo o construccionista social (Anderson, 2001,2007).

Todo lo anterior igualmente se plantea dentro de las limitaciones de mi comprensión de los grupos, de los límites de mi experiencia personal y de mi necesidad de ir integrando un todo coherente del trabajo grupal. Es decir, que igualmente podríamos encontrar otros modelos o estilos de facilitación grupal, lo que nos ubica dentro de la facilitación grupal en el plano de la diversidad, la pluralidad y en una actitud de diálogo e integración con los demás.

La facilitación grupal y la tendencia a la actualización

El eje direccional de esta forma de trabajo grupal lo constituye la propuesta de que todos los seres humanos estamos en un proceso continuo de crecimiento hacia formas de relación y de vida mas plenas.

La tendencia a la actualización según Rogers (1951) la podemos observar en todos los organismos vivos. Es una tendencia dinámica, que se ve afectada por el medio humano circundante, pero que no se puede destruir, sino únicamente verse temporalmente obstruida o bloqueada.

A partir de esta concepción de crecimiento y desarrollo sano, también en los grupos y a través de una serie de relaciones y vínculos, esta tendencia positiva se ve presente y cada participante la puede vivenciar en su persona y en relación con los demás. (Grobler, Schenck, and Du Toit, 2003). Incluso podríamos hipotetizar que la tendencia a la actualización es impensable en la soledad o el aislamiento total, que dicha tendencia necesariamente emerge en un ambiente relacional, dialógico o de inclusión de un otro significativo (Friedman, 1992). Las condiciones necesarias y suficientes propuestas por Rogers (1961) igualmente implican un ambiente relacional con un otro significativo, y es a partir de esta relación o vinculación humana, que el crecimiento, la reorganización, o el dirigirse nuevamente a la plenitud puede darse. Tal como establece Peter Schmid (1996) “el ser humano como persona, caracterizado por la autonomía y la solidaridad es inconcebible sin el espacio relacional en el que se puede actualizar su ser persona”.

Otra dirección del trabajo grupal es la concepción de la persona que funciona plenamente, entendida como una dirección hacia la que probablemente se pueden orientar las personas en su proceso de desarrollo personal y en el proceso que se da dentro de un grupo de terapia o encuentro. (Kemp, 1970; Rogers, 1961).

Adoptar como eje fundamental de la facilitación de grupo la tendencia a la actualización tendría ciertas implicaciones para la praxis:

- Una concepción del ser humano en donde no es visto como deficitario, patológico ni con una serie de mecanismos que no funcionan o están descompuestos; mas bien se entiende o se postula un ser humano en proceso de llegar o en camino hacia su plenitud, con una serie de potencialidades latentes para una vida mejor (Henderson, 2006; Purton, 2004).
- Una confianza en los recursos de la persona y en la creación de un ambiente relacional que promueva el desarrollo de la persona. (Rogers, 1961).
- Un énfasis en el trabajo con las partes sanas de la persona.
- Una actitud no-directiva en el trabajo grupal, o una actitud que va construyendo de manera colaborativa entre grupo y facilitador, el proceso, la estructura y la vida misma del grupo.
- La promoción y el establecimiento de un ambiente relacional seguro que permita el encuentro, el diálogo y el respeto hacia el otro. (Anderson y Gehart, 2007; Friedman, 1992).
- Un acercamiento fenomenológico para “*estar con*” la experiencia de la persona de una manera empática, respetuosa y valorando la auto determinación del otro. (Purton, 2004; y Spinelli, 2006)

- Un proceso centrado en la persona y en sus múltiples vínculos o contextos relacionales, donde la persona tiene la libertad de ir modificando partes de su identidad, y donde su proyecto existencial de vida puede reevaluarse o reestructurarse a través del encuentro significativo con el otro y consigo mismo. (Mearns y Cooper, 2005; Schmid, 2001).

La persona y el crecimiento bloqueado

En el enfoque humanista-existencial cuál es la comprensión de lo que en otras perspectivas es visto como trastorno, psicopatología o enfermedad? Es necesaria una visión diagnóstica o de categorías patológicas en el trabajo de grupo? (Rispo, 2002).

Basados en una concepción del ser humano que le da primacía a la tendencia al crecimiento, entenderíamos que es imposible negar que dicho crecimiento puede verse afectado negativamente por determinados factores en el medio ambiente humano de la persona. (Tudor y Worrall, 2006). Pero más allá de esto que puede resultar evidente para muchos, cómo se concibe el sufrimiento humano que produce dolor o que genera existencias no plenas, aisladas, sin un sentido de su propia vida, en una lucha o actitud devaluatoria o agresiva frente al otro?

Una hipótesis tentativa y coherente con el enfoque humanista es hablar del “*sufrimiento humano*” más que de categorías diagnósticas, de enfermedad o de psicopatología. (Gantt, 2000).

Dicho sufrimiento también lo entenderíamos como un proceso de *alienación* del organismo, donde éste cada vez más, se aleja de las experiencias vividas. De alguna manera, la persona y debido a sus experiencias de vida dolorosas, difíciles o profundamente traumáticas para su sentido de identidad, puede iniciar un proceso de separación, exclusión o invalidación de lo que su organismo vive o experimenta. El organismo de alguna manera se empieza a alejar de las experiencias orgánicas, en un intento de protegerse a sí mismo. Si este proceso continúa por algún tiempo, el resultado generalmente es la incongruencia del organismo, y un distanciamiento de la valoración orgánica, de lo que a nivel corporal la persona vive y experimenta, con la consecuente sensación de sufrimiento (Purton, 2004; Tudor y Worrall, 2006).

Igualmente podemos entender desde una postura fenomenológica-existencial todo lo anterior en términos de la autenticidad. “Una persona es inauténtica si está alienada de sí misma y de los otros; es decir, del organismo experienciante y de las necesarias y genuinas relaciones” (Schmid, 2005). Otra forma de entender la alienación es como un intento fallido de la *presencia significativa de un otro*, (Gantt, 2000) un resquebrajamiento en los vínculos con el otro, que dan paso a un aislamiento, ensimismamiento, o vinculación en donde no se incluye al otro, o se le incluye de manera superficial, en un vínculo endeble, suspicaz o basado en la apariencia y en una imagen que se desea mostrar, pero que

no es congruente con lo que la persona vive, con sus *sensaciones-sentidas* (felt-sense). (Purton, 2004).

Del crecimiento bloqueado temporalmente en la persona, podemos pasar a la situación del grupo: Cómo en un grupo de encuentro o terapéutico, la persona alienada o inauténtica inicia un proceso relacional que lo acerca a su propia experiencia vivencial y a su propia congruencia? Qué actitudes y procesos tanto del facilitador como de los participantes permiten o facilitan el desbloqueo de la tendencia al crecimiento? Podemos confiar en la potencialidad del “encuentro personal”, para apuntalar e iniciar procesos en la persona que lo vinculan con los otros de una manera mas sana y responsable? Se puede trabajar dándole una primacía a la persona y a su realidad fenomenológica, desde una aproximación basada en el respeto, la cercanía y acompañamiento existencial, cuando muchas de las direcciones o enfoques psicoterapéuticos van encaminados hacia la resolución de problemas, la categorización de trastornos, y la pérdida, ausencia o invalidación de la “persona”, misma que desaparece o se desdibuja en medio de protocolos, historias clínicas y técnicas terapéuticas? (Joseph y Worsley, 2005; Mearns, 2004).

El proceso de facilitar un grupo

Qué es lo que sucede en un espacio donde se reúnen un grupo de personas con el objetivo de crecer, aprender de si mismos y reconstruir, reevaluar o construir un proyecto existencial? Es necesaria la distinción entre grupo terapéutico, de encuentro y de crecimiento? Desde una mirada fenomenológica, cual es la vivencia o la experiencia de cada uno de los participantes? Qué es lo que le permite a cada persona retomar el rumbo de su vida, replantearlo o irlo reconstruyendo poco a poco? Que importancia tiene el “otro” en este proceso relacional? (Gazda, 1968).

La propuesta básica de este texto es que la experiencia vivencial del *encuentro*, en un ambiente libre de amenazas y en un acompañamiento existencial de la persona, es profundamente significativa y puede permitirle a la persona, a partir de su propia libertad, la generación de cambios y transformaciones en su manera de ser, o en el rumbo o dirección de su propia vida, independientemente que se trate de un grupo de terapia o de encuentro (Lago, and MacMillan, 1999; Mearns and Cooper, 2005).

En este sentido, Garry Landreth (1990) presenta una descripción del proceso de facilitar un grupo en los siguientes términos: “Si voy a ser de ayuda para cada uno de los miembros de un grupo, debo hacer contacto con cada persona en todos los niveles de su experiencia en el tiempo que compartiremos juntos. Me gustaria poder contactar el mundo emocional de cada uno y escuchar profundamente sus pensamientos o descripciones. Me gustaría que la respuesta total de mi persona transmitiera para cada miembro, la profundidad de mi deseo por conocer y comprender, al nivel del que soy capaz, el mundo interno experiencial de sentimientos y

pensamientos como son conocidos, experimentados, sentidos, expresados y vividos en el momento por cada una de las personas”

A partir de lo anterior, nos acercamos tentativamente a la experiencia vivencial y subjetiva de lo que puede significar “*encontrarse*” con un “*otro*”. Al igual que Van Kaam (1966) concebimos que “un encuentro humano auténtico siempre implica que estoy, al menos por algunos momentos totalmente presente para una persona, que estoy completamente con él. En un encuentro genuino, participo en la existencia de otro al que aprecio. Participar significa literalmente tomar parte en. Entonces, el encuentro conlleva que puedo compartir la vida del otro, su existencia, su forma de *ser en el mundo*”.

En el proceso de facilitar un grupo, más que un mapa conceptual que nos señale las probables etapas en la vida misma del grupo, o las técnicas que se pudieran emplear, el énfasis está puesto en la vinculación relacional que se va construyendo poco a poco dentro del grupo, en el encuentro humano de personas que buscan su propio desarrollo y que pueden crecer a través de sus múltiples relaciones, mediante la comprensión, el acompañamiento, la construcción de nuevos significados en su vida; pero igualmente el crecimiento en el grupo se puede dar a través de la confrontación genuina y no agresiva o rechazante, el conflicto, la diferencia, y ocupando un lugar central en el grupo, un proceso dialógico, en el que podemos contactar, apreciar, entender y vincularnos con los demás como personas, como seres humanos solidarios y en búsqueda o en la realización de proyectos coexistenciales, donde el otro siempre está presente, y nos permite acceder a nuestra actualización, no a partir de un individualismo miope, sino de la receptividad e inclusión de un otro significativo. (Dominguez, Segura, y Barahona, 2005; Friedman, 1992). El crecimiento del “yo”, de alguna manera, viene y es facilitado por un “tu”, y por la trama dialógica entre ellos, vínculo donde a través de un “otro” comprensivo, cálido y auténtico, se da el crecimiento. La llamada o interpelación del otro, siempre me remitirán a un acercamiento al mundo vivencial del otro, y es a partir de la respuesta que se puede generar en un grupo de crecimiento o terapia, que se genera nuevamente el proceso de estar-con-el-otro, en su mundo, en su dolor, en su fracaso, en su soledad, y en la construcción de una nueva forma de ser-en-el-mundo, de un nuevo proyecto coexistencial o solidario (Rispo y Signorelli, 2005).

A lo anterior, habría que agregar que en el trabajo grupal desde el enfoque centrado en la persona, existe uno o varios facilitadores designados y que establecen un clima relacional seguro y no amenazante para facilitar el encuentro personal. Pero más allá de esto, a medida que el grupo va construyendo su estructura y estilo particular, va a ser el *grupo* mismo, el agente terapéutico o facilitador más importante. Es decir, que el facilitador nunca ocupa el lugar central del proceso, sino que los mismos participantes a través de sus múltiples vinculaciones se convierten en facilitadores o acompañantes existenciales de las luchas ajenas. Este proceso en el que los mismos participantes facilitan el crecimiento del otro,

genera un crecimiento en el participante que actúa momentáneamente como acompañante (Schmid, 1996).

Otro elemento dentro de la facilitación de grupo que en la práctica se ve con mucha frecuencia tanto en grupos de encuentro como de terapia, es lo que pudiéramos llamar “buen humor”, risa o momentos divertidos.

Las investigaciones de Fry y Salameh (1987, 1993) han demostrado que el buen humor y la risa pueden ser elementos terapéuticos en diferentes contextos y corrientes terapéuticas, y que tienden a desbloquear o permitir un acceso al desarrollo de nuevas capacidades constructivas en relación con la imagen de si mismo, de los demás, y de los “problemas” que se viven.

Desde la terapia existencial Rispo (2002) entiende el buen o mal humor en relación a la movilidad existencial de la persona. Implica la capacidad de ser flexible y reirse de si mismo con los demás, o por el contrario, la rigidez y dureza de aquel que ve en la risa del otro, un ataque o una amenaza para su identidad.

La creación de un buen humor terapéutico favorece un clima afectivo cálido, agradable y con momentos de un compartir lúdico. Asimismo genera un sentido de mayor pertenencia, y una aproximación a la realidad del otro, desde la distancia a la proximidad.

Sobra decir que el buen humor o la risa no puede emplearse como técnica, ni puede ser una estrategia impuesta sobre el grupo. Para que sea genuino, debe emerger en el proceso mismo del grupo.

El buen humor tal como lo establece Pablo Rispo (2002) “será siempre el vínculo necesario e inseparable para el encuentro de otro en la dimensión de EN-EL, del ser en el mundo (.....) quien como paciente puede alcanzar a reirse y compartir lo cómico que se puede dar en una sesión de grupo, es para que exista un anhelo de una manera de ser con el otro y de una aceptación implícita de un compartir un mundo emocional afectivo”.

Esta inevitable presencia y vinculación con el “otro”, descentramiento del propio egoísmo o individualismo, este tender un puente y salir de si mismo al encuentro frente a la interpelación de un prójimo, la encuentro bellamente expresada en el siguiente fragmento poético:

la vida no es de nadie, todos somos
la vida —pan de sol para los otros,
los otros todos que nosotros somos—,
soy otro cuando soy, los actos míos
son más míos si son también de todos,
para que pueda ser he de ser de otro,
salir de mí, buscarme entre los otros,
los otros que no son yo si yo no existo,
los otros que me dan plena existencia,
no soy, no hay yo, siempre somos nosotros
Octavio Paz

Persona, diálogo y existencia

Probablemente uno de los objetivos fundamentales de un facilitador sea el de crear un ambiente relacional en el que cada uno de los participantes del grupo pueda irse involucrando y animando a romper su aislamiento y *encontrarse con el otro*, con su persona y con una nueva manera de ser en el mundo.

Una descripción en términos levinasianos, del papel del facilitador la encontramos en Worsley (2006) el cual establece que “la cercanía es conocer la dicha y el sufrimiento en y a través del Otro. Sin embargo, solo puedo hacer esto cuando estoy profundamente para-el-otro, mas disponible para él que para mi mismo. En ese momento se que la piel es una dimensión del rostro (visage), y al estar disponible contacto mi profunda y casi obsesiva responsabilidad para el otro. Esto es profundamente ético, pero también pre-ético porque es anterior a cualquier regreso a mi mismo. Y en mi obsesión, participo en el nacimiento del significado para él, y él para mi. Cuando regrese, todo será diferente”.

En esta concepción relacional o dialógica del ser humano, algunas ideas de la corriente construccionista social o postmoderna (Anderson, 2001; Anderson y Gehart, 2007) son bastante afines en cuanto a la dirección y la concepción de las personas-en-relación y de su sustento existencial en y a través del diálogo.

En un grupo terapéutico o de encuentro, cuál es la realidad de la experiencia vivida por cada participante? Tiene el facilitador acceso a una realidad mas objetiva? Vivimos en múltiples y variadas realidades existenciales? Los miembros del grupo, a través de este proceso relacional de estar-con-los-otros, construyen realidades mas sanas y que les ofrece mayor plenitud en sus vidas?

Los cuestionamientos anteriores de alguna manera nos hablan de aspectos epistemológicos que se ponen en juego dentro de un grupo, o de cualquier actividad que implique conocer o entender algo. Desde la fenomenología (Spinelli, 1989; Van Kaam, 1966) se establece que la realidad, es un intento de llegar a *las cosas en si mismas*. En este sentido, y de manera muy simplificada entenderíamos que *la realidad de una persona*, es como dicha persona vive o experimenta algo. La realidad sería la *experiencia vivida*. Desde la perspectiva del construccionismo social, es imposible tener acceso a una realidad objetiva y nítida, mas bien se propone que la realidad es un *proceso comunal* de construcción en el que participan las personas, en un proceso de ser co-autores de conocimientos y formas de concebir algo.

De lo anterior deducimos que en el trabajo de grupo, el facilitador nunca se siente en posesión de la verdad. Trabaja básicamente desde una postura que privilegia la humildad frente al otro, que construye el conocimiento aparejado con la incertidumbre y que igualmente entiende el proceso de un grupo como un acontecimiento único y en el que no conoce a-priori el rumbo, ni el destino de cada grupo o persona dentro de éste.

De ahí que su acercamiento a realidad del otro se da de manera empática, respetuosa de las múltiples y variadas experiencias vividas, y a partir de contactar el mundo como-es-vivido-para-el-otro. Cuando las diferencias surgen, que es un proceso natural, mas que ser visto como signo de conflicto, se establece el dialogo genuino como un medio de aproximación a la realidad del otro.

Dentro de un proceso dialógico, la actitud de *no-saber* implica no presuponer o dar por sentado ciertas cosas. Implica mantener una actitud de apertura y novedad frente al discurso del otro. La arrogancia de sentirse en posesión de la verdad, únicamente congela y aborta cualquier proceso de diálogo. Este enfoque basado en la “ignorancia del otro” implica desde la fenomenología irse aproximando al mundo interno, o a las experiencias vividas de las personas del grupo de la manera menos prejuiciada.

Otro elemento fundamental sería la actitud de aprender, es decir, el diálogo implica necesariamente una respuesta al otro, que trata de entender y conocer, pero a partir de lo que el otro dice, no de mi propios valores o convicciones. En un proceso dialógico siempre tenemos a personas receptivas a la realidad de un otro distinto, pero con la suficiente apertura para mantenerse aprendiendo dicha realidad. (Armenta, 2003).

En el proceso dialógico, que se mantiene como dinámico, cambiante e impredecible, se camina siempre al lado de la incertidumbre. La certeza total generalmente nos lleva a posturas rígidas en las que el diálogo tiende a complicarse. En la faclitación grupal, los participantes construyen, y deciden a partir de su libertad, la forma de expresión, el contenido, la forma de relacionarse con los demás, etc. Es decir, que la vida misma del grupo, se construye en el aquí y ahora, pero sobre todo en el “*entre-nosotros*”. Sobra decir que este proceso no es sencillo y lleva como acompañante a la incertidumbre.

En este mismo sentido, pero desde un acercamiento buberiano, Maurice Friedman (1992) considera que “la esfera del “entre” alcanza su completud en la vida del diálogo. Llegamos a la completud personal cuando respondemos al otro, sin pensar en nosotros, y logramos el diálogo genuino, no al dirigirnos a él, sino al permitir que el otro exista en su otredad y no como un contenido de nuestra experiencia o pensamiento. Podemos percibir al otro como completo y único solo a través de una actitud de acompañamiento, y no a través de una actitud reductiva, analítica o derivativa como las que existen hoy en día”.

Podemos tentativamente concluir que el diálogo es una condición primaria en el ser humano. No es una actividad que se realiza, un medio o un fin para conseguir algo. La persona desde un punto de vista ontológico es el diálogo mismo. El muy conocido ser-en-el-mundo, bajo esta concepción se torna *ser-en-diálogo*. La persona no es entendida como entrando o generando vínculos y procesos dialógicos; la persona es sus vínculos relacionales, su propia y originaria naturaleza dialógica. (Mearns y Schmid, 2006; Schmid, 2006).

La profundidad relacional: el desafío del encuentro con el Otro

Qué significa encontrarse con el otro en un nivel de profundidad relacional? Cuáles podrían ser algunas de las dimensiones de dicho encuentro? Qué implicaciones tiene la profundidad relacional para la psicoterapia, la facilitación de grupo o las relaciones humanas?

Mearns y Cooper (2005) definen la profundidad relacional como un “estado de profundo contacto y vinculación entre dos personas, en el que cada persona es completamente genuina con la otra, y puede comprender y valorar profundamente las experiencias de la otra persona”.

Es decir, que en términos de las condiciones necesarias y suficientes propuestas por Rogers (1961), en la profundidad relacional éstas se encuentran en altos niveles de expresión. El constructo de la profundidad relacional no modifica nada de las condiciones, sino que explicita varias dimensiones de las actitudes básicas.

A continuación se presentan algunas dimensiones de la profundidad relacional y la forma como pueden emerger en la facilitación de grupo. Habría que aclarar que la profundidad relacional es una gestalt, y que las dimensiones que aquí se mencionan brevemente, nunca se presentan de manera aislada, sino como un todo que engloba o abarca a la persona en ese momento existencial de su vida:

Presencia: entendida como una actitud donde tanto facilitador como miembro del grupo se encuentran experiencialmente disponibles, y en un proceso de “estar ahí” con los otros. Al estar presente, o respondiendo a la llamada o interpelación que puede hacer otro miembro del grupo, se involucra o hace contacto con vivencias, experiencias tanto propias como de los demás, en una actitud que acompaña desde la cercanía y la proximidad, y desde lo que la persona es, en ese momento existencial de su vida (Armenta, 2003).

Autenticidad: la profundidad relacional, por ir más allá de una imagen de presentación o fachada superficial, implica que ambos miembros responden desde su experiencia genuina ante el otro. Lo podríamos entender también como un proceso gradual de irse acercando a la experiencia vivida, y a todos sus matices y dimensiones. Implica también un dirigirse hacia la congruencia y compartir dicha expresión con los demás miembros del grupo, si así lo decide la persona.

Comprensión empática: en este proceso la otredad del facilitador emerge como respuesta ante el llamado de la otredad del cliente. Esto implica necesariamente una comprensión empática del proceso que vive el cliente. Comprensión que abarca lo que el cliente dice, sus sentimientos, pensamientos, deseos o su proceso holístico de experimentar algo.

Afirmación: entendida como un proceso continuado y activo de aprecio, valoración, respeto y aceptación del otro. La *confirmación del otro* (Friedman, 1992) implica este proceso de reconocimiento de la individualidad, genuinidad y unicidad de la persona. Es una actitud del facilitador que se manifiesta por el aprecio de la persona tal como es. Lo anterior, de acuerdo a la teoría centrada en la persona, tiende a

contrarrestar las condiciones de valor impuestas, y a generar procesos de mayor auto aceptación y congruencia de la persona.

Existencialidad: implica el sentirse tocado por las experiencias de la otra persona. De lo anterior se deduce que la profundidad relacional no se puede imponer, planear o diseñar para aplicarse. Es un proceso que surge de sentirse tocado personalmente y tocar las experiencias significativas de otro, y de la disponibilidad para compartir lo anterior.

Este encuentro con el otro, de alguna manera implica lo extraño, distinto, diferente, la radical otredad de la persona. Peter Schmid (2002) parafraseando al filósofo alemán Romano Guardini establece que el “encuentro significa que uno es tocado por la esencia de lo opuesto. Para que esto suceda, debe haber una apertura libre de propósito, una distancia que conduzca a la sorpresa, y la libertad de la iniciativa. En un encuentro inter-personal, tanto la afinidad como la alienación pueden ser experimentadas al mismo tiempo. Entonces, el encuentro es una aventura que contiene una semilla creativa, un descubrimiento hacia algo nuevo”.

Mutualidad: este encuentro en profundidad relacional en un grupo lo podríamos entender como una invitación abierta a la que cada participante responde de distintas maneras. Algunos entrarán en dicho proceso, mientras que tal vez otros decidan permanecer en otras áreas de mayor seguridad y de mas apariencia.

La mutualidad implica que si la relación es asimétrica, ya que el facilitador se encuentra para-el-cliente, en la profundidad relacional el contacto puede ser equitativo y recíproco en la humanidad que tanto cliente como facilitador comparten.

Intimidad: llegar a este nivel de encuentro con otro, significa que el ambiente psicológico ha sido lo suficientemente seguro y libre de amenazas para poder entrar libremente a él. De la misma manera, implica una calidez y cercanía con las vivencias del otro, en un proceso que respeta y aprecia al experiencia ajena en sus diversos matices.

Auto-determinación: cada participante del grupo siempre tienen un amplio espectro para decidir el nivel de profundidad, o la intensidad de la relación facilitadora. Se puede elegir permanecer en el nivel de la superficialidad o por el contrario, ir tentativamente avanzando hacia el nivel de la propia realidad existencial, lo que puede ser profundamente perturbador y confrontativo con la vida como hasta ese momento se ha vivido.

Centrado en la relación: este proceso mas que estar centrado en la persona del cliente, del grupo o del mismo facilitador, tiende a concentrarse en *la relación dialógica* establecida dentro del grupo; proceso que se entrama en las múltiples vinculaciones o relaciones que todos tenemos.

Inmediatez: diálogo y encuentro se realizan sin medios, técnicas o entrenamiento en destrezas. Es la vinculación sin intermediarios de un ser humano con la humanidad de otro. Relación que se construye en el

presente y en un aproximarse cálido y respetuoso hacia la realidad de la otra persona.

Riesgo: en este proceso de encuentro con el otro, no hay seguridades ni certezas. Ambos participantes se arriesgan a una aventura nueva, confiando en la vinculación con el otro y en la tendencia al crecimiento. Sin embargo, esto no es garantía en contra del dolor, la decepción, el sentirse lastimado o herido por el otro.

Tanto facilitador como cliente en este proceso en profundidad relacional están expuestos al cambio y la transformación personal.

Espontaneidad: el encuentro no puede darse de manera premeditada, estructurada o planeando su ocurrencia. Al igual que el diálogo, surgen de que cada persona puede contactar en su experiencia lo que vive existencialmente, y compartirlo honestamente con un otro significativo.

Vulnerabilidad: significa que la persona se presenta frente al otro, sin una postura defensiva o que trata de dar cierta apariencia, mas bien, es la invitación de una persona a entrar en una relación humana honesta, cercana y cálida, sin la necesidad de sentirse amenazado o tratando de protegerse. En este proceso relacional, la vulnerabilidad significa que el otro me afecta profundamente, y que por su importancia y significado, lo que ocurre dentro de esta relación, me afecta, toca o conmueve de manera significativa.

Humildad: el facilitador de grupo se aproxima a cada participante desde una postura que privilegia la humildad frente al otro. “Es por ello que en el diálogo me acerco a la realidad del otro de una manera tentativa, tratando de ver si mi comprensión es congruente con lo que la otra persona me expresa o siente. Ante la imposibilidad o arrogancia de llegar a conocer la *verdad* de la otra persona, asumo que mi aproximación hacia ella siempre será desde la humildad, desde una postura que trata de entender y se muestra falible; de ahí que me presente al encuentro con el *otro* como compañero que busca aprender o comprender a la otra persona desde un marco de referencia en donde el otro tiene la última palabra sobre su propia experiencia” (Armenta, 2003).

Esperanza: este tipo de encuentro en profundidad relacional, al permitirle a la persona contactar su realidad existencial de ese momento, también la contactan con un sentido de deseo o esperanza acerca de su vida, futuro o potencialidades latentes.

La persona, en contacto con su propio experimentar vive un sentido de esperanza acerca de sus relaciones o vínculos humanos, proceso que le permite mirar al futuro con mayor fluidez y flexibilidad, y en un proceso que construye y trabaja para su bienestar y el de las personas significativas en su vida.

Finalmente, quisiera mencionar que la profundidad relacional puede ser una experiencia emocional correctiva, que contrarresta y sana aprendizajes tempranos de abuso o rechazo. En este sentido, es una experiencia de una profunda sanación o reorganización emocional.

Igualmente, puede ser la profundidad relacional una experiencia vivencial que al conectar a la persona con un otro significativo, de la misma manera permite que los sentimientos de soledad o aislamiento destructivo, tiendan a desaparecer lentamente.

El encuentro en profundidad relacional también permitiría que las diferentes partes o configuraciones del self pudieran entablar un diálogo intrapersonal, que generaría mayor congruencia en la persona (Cooper, Mearns, Stiles, Warner & Elliott, 2004)

La potencialidad del encuentro personal en profundidad relacional, puede ser replicado o intentado fuera de un grupo de encuentro o terapéutico. La seguridad y satisfacción de contactarse en este nivel, genera que la persona intente esta nueva manera de ser-con-los-otros, con su grupo mas cercano afectivamente, generando nuevos procesos dialógicos, y mayor plenitud en la vida de la persona.

Quisiera terminar a modo muy personal, con un fragmento poético de A.R. Ammons, que me habla mucho acerca del otro, de esta profunda e inevitable relación dialógica:

*No he sacado conclusiones, no he marcado límites
para abarcar y excluir, para separar el interior
del exterior: no he
trazado líneas:
asi como
los múltiples movimientos de la arena
cambian la forma de las dunas, que no será la misma
mañana,*

*asi quiero seguir, quiero aceptar
el pensamiento
conveniente, no cercar los comienzos ni los fines,
no levantar muros*

BIBLIOGRAFÍA

Anderson, H. (2001). Postmodern collaborative and person-centred therapies: What would Carl Rogers say? *Journal of Family Therapy*, 23(4), 339-360

Anderson, H., and Gehart, D. (2007) *Collaborative therapy. Relationships and conversations that make a difference*. New York: Routledge.

Armenta, Javier (2003). Dialogando. *Revista Mexicana de Psicología Humanista y Desarrollo Humano Prometeo*. 35, pag. 64-70.

Barrett-Lennard, G. T. (2003). *Steps on a mindful journey. Person-centred expressions*. Ross-on-Wye, UK: PCCS Books.

Barrett-Lennard, G. T. (2005). *Relationship at the centre: Healing in a troubled world*. London/Philadelphia: Whurr.

- Cooper, M., Mearns, D., Stiles, W. B., Warner, M. & Elliott, R. (2004) Developing self-pluralistic perspectives within the person-centered and experiential approaches: a round table dialogue. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies* 3, (3), 176-191.
- Dominguez, X., Segura, J., y Barahona, A. (2005). *Personalismo terapéutico. Frankl, Rogers, Girard*. Salamanca: Fundación Emmanuel Mounier.
- Friedman, Maurice (1992) *Dialogue and the human image. Beyond humanistic psychology*. Newbury Park: Sage Publications.
- Fry, W., y Salameh, A (1987) *Handbook of humor and psychotherapy. Advances in the clinical use of humor*. Florida: Professional Resource Exchange Inc.
- Fry, W., y Salameh, A (1993). *Advances in humor and psychotherapy*. Florida: Professional Resource Press-
- Gantt, E. E. (2000). Levinas, psychotherapy and the ethics of suffering. *Journal of humanistic psychology*, vol. 40, 3, pag. 9-28. Sage Publications.
- Gazda, George (1968). *Basic approaches to group psychotherapy and group counseling*. Illinois: Charles Thomas Publisher.
- Grobler, H., Schenck, R, and Du Toit, D. (2003) *Person-centred communication. Theory and practice*. Southern Africa: Oxford.
- Henderson, Edith (2006) *La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades*. Barcelona: Gedisa.
- Hobbs, Nicholas (1989) Psicoterapia centrada en el grupo. En Rogers, Carl. *Psicoterapia centrada en el cliente. Práctica, implicaciones y teoría*. México: Paidós.
- Joseph, S. & Worsley, R. (Eds.) (2005). *Person-centred psychopathology: a positive psychology of mental health*. Ross-on-Wye: PCCS: Books.
- Jourard, Sidney (1967). *To be or not to be... existential-psychological perspectives on the self*. Gainesville: University of Florida Press.
- Kemp, Gratton (1970) *Perspectives on the group process*. Boston: Houghton Mifflin.
- Lago, C., and MacMillan, M. (1999). *Experiences in relatedness: groupwork and the person-centred approach..* Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Landreth, J., y Berg, R. (1990) *Group counseling. Concepts and procedures*. Muncie: Accelerated Development Inc, Publishers.
- Mearns, D. (2004) Problem-centered is not person-centered. *Person-Centred and Experiential Psychotherapies* 3, (2), 88-101.
- Mearns, D., & Schmid, P. (2006). Being-with and being-counter: relational depth: the challenge of fully meeting the client. *Person-Centred and experiential psychotherapies*. Vol. 5, 4, pag. 255-265
- Mearns, Dave and Cooper, Mick (2005) *Working at relational depth in counselling and psychotherapy*. London: Sage.
- Missiaen, C. (2002). Client-centered group psychotherapy: Six theses put to the test. A contribution from practice. In J. C. Watson, R. N. Goldman & M. S. Warner (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the 21st Century: Advances in theory, research and practice* (pp 370-379). Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Moustakas, Clark (1968) *Individuality and encounter. A brief journey into loneliness and sensitivity groups*. Cambridge: Howard Doyle.
- Natiello, P. (2001). *The person-centred approach: A passionate presence*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Purton, Campbell (2004). *Person-centred therapy. The focusing-oriented approach*. New York: Palgrave.
- Rispo, Pablo (2002) *La experiencia terapéutica existencial de grupo*. Buenos Aires: Ediciones Fundación CAPAC.
- Rispo, P., y Signorelli, S. (2005) *La terapia existencial*. Buenos Aires: Ediciones Fundación CAPAC.
- Rogers, Carl. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, Carl (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Ruitenbeek, Hendrik (1962). *Psychoanalysis and existential philosophy*. New York: E. P. Dutton.
- Spinelli, Ernesto (1989). *The interpreted world. An introduction to phenomenological psychology*. London: Sage.

Spinelli, Ernesto (2006). *Tales of un-knowing. Therapeutic encounters from an existential perspective*. Ross-on-Wye: PCCS Books.

Schmid, P. (1996). Probably the most potent social invention of the century: person centered therapy is fundamentally group therapy. In Hutterer, R., Pawlowsky, G., Schmid, P., and Stipsits, R. (ed.). *Client-centered and experiential psychotherapy. A paradigm in motion*. Frankfurt: Peter Lang.

Schmid, P. (2001). Authenticity: The person as his or her own author. Dialogical and ethical perspectives on therapy as an encounter relationship. And beyond. In G. Wyatt (ed.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice volume 1: Congruence* (pp. 213-228). Ross-on-Wye: PCCS Books.

Schmid, P. (2002) Knowledge or acknowledgement ? Psychotherapy as "the art of not knowing – prospects on further developments of a radical paradigm. . *Person-Centred and experiential psychotherapies*. Vol. 1, pag. 56-70.

Schmid, P. F. (2005) Authenticity and alienation: towards an understanding of the person beyond the categories of order and disorder. In S. Joseph & R. Worsley (Eds.) *Person-Centred Psychopathology: a Positive Psychology of Mental Health* (pp. 75-90). Ross-on-Wye: PCCS Books.

Schmid, P. F. (2006) The challenge of the other: towards dialogical person-centred psychotherapy and counseling. *Person-Centred and experiential psychotherapies*. Vol. 5, 4, pag.240-254.

Tudor, K., and Worrall, M. (2006). *Person-centred therapy. A clinical philosophy*. Great Britain: Routledge.

Van Deurzen, Emmy and Arnold, C. (2005). *Existential perspectives on human issues. A handbook of therapeutic practice*. New York: Palgrave.

Van Kaam, Adrian (1966) *The art of existential counseling. A new perspective in psychotherapy*. Denville: Dimension Books.

Worsley, Richard (2006). Emmanuel Levinas: resource and challenge for therapy. In *Person-centered and experiential psychotherapies*. Vol 5, 208-220.

Javier Armenta es psicólogo clínico tijuaneño egresado de Cetys Universidad. Correo electrónico: armentaxavier@hotmail.com

Artículo publicado en la Revista Mexicana de Psicología Humanista y Desarrollo Humano "Prometeo" No. 50, Primavera 2007