

REVISTA DE LA ASOCIACION DE COUNSELORS ARGENTINA

Año III N° 3

Mayo 1994

CARL ROGERS

COOPER'S

S

NEW YORK

1850

**ASOCIACION DE COUNSELORS
ARGENTINA**

Comisión Directiva:

Presidenta:

Judit Horvat

Vice-Presidenta: María Amaral

Secretaria: Patricia Rebagliati

Secretaria Suplente: Elba Fort

Tesorera: María Talanco

Tesorera Suplente: María Lancman

Órgano de Fiscalización:

Angela Toso

Claudia Bernheim

Vocales: María Figueroa

Elis Gröz

Para Cecelli

**Revista de la Asociación de
Counselors Argentina**

Dirección y Coordinación Editorial:

María Lancman de Gelassen

Amparo Bonaf de Salaverra

Redacción y Administración:

11 de Septiembre 1760-7F

Impresión y Encuadernación:

Pañero 2897

Tapa:

Foto de Carl Rogers

Colaboran en este número:

Lic. Jorge Brusca

Dr. Octavio Fernández Mouján

Counselor Elena Frezza

Lic. Héctor D. Klurfan

Counselor Judit Horvat

María Lancman de Gelassen

Diana Martínez Barrios de Toso

Alejandro Martínez

Dr. Claudio Adrián Rud

Counselor Amparo Salaverra

Lic. Andrés Sánchez Bodes

Counselor Elena Sperverl

Counselor Angela Toso

EDITORIAL

"¿ Qué deseo hacer en la vida?

¿ Cual es mi propósito ?

Supongo que tengo una razón para vivir

y que mi vida tiene una dirección."

Hugh Prather

Nuevamente estamos conectándonos con ustedes, cumpliendo con la palabra dada cuando dijimos que este boletín sería un vehículo de comunicación para todos los que estamos trabajando en favor de la salud. Para todos los que estamos convencidos que "crear salud" previene "la enfermedad". Que ésta sólo existe en la mente de una sociedad que no se cuestiona, que no se asume, y que deposita en un otro - un paciente- sus propias incongruencias.

Para ello contamos en este número con la colaboración de prestigiosos profesionales quienes a través de sus palabras nos transmiten ¿u valiosa experiencia en la que seguramente la "escucha atenta" es su mayor pilar.

Desde esta columna deseamos que la palabra escrita pueda ser escuchada por muchos y que ello nos posibilite interactuar desde la comprensión, la cognición y el sentimiento. Esta es la tarea que nos propusimos cuando comenzamos esta publicación. Llegar a diversos lugares para que juntos podamos recrear una nueva forma de "escucha" con la fuerza propia del verdadero diálogo. Un diálogo que una, que integre para que sea un encuentro con la salud.

En su libro, El Camino del Ser, Carl Rogers nos dice: "Hace mucho tiempo que me intereso por el futuro. El mundo en el que vivimos cambia y me agrada discernirlas direcciones en las que se encamina. Estoy convencido de que en estos momentos atravesamos una crisis transformadora, de la que ni nosotros ni nuestro mundo podremos emerger inalterados. Pero me gusta la analogía del idioma chino, en la que el mismo signo tiene dos significados, crisis y oportunidad."

A todos los que colaboraron con esta publicación,

¡Muchas gracias! y hasta el próximo reencuentro, y a todos los que deseen integrarse y ser parte de este diálogo interdisciplinario ¡Bienvenidos!, los esperamos.

*María Lancman de Gelassen
Directora*

¿Por qué Temer a la Tercera Edad?

Por el Dr. Octavio Fernández Mouján
Médico, Psiquiatra, Psicoanalista

La tercera edad hoy día, en los países del primer mundo o en aquellos que pretenden serlo como el nuestro; es una etapa de la vida (la última) desvalorizada y marginada de la tarea social.

El conflicto entre la tercera edad y el sistema socio-económico dominante es muy claro. Un sistema que idealiza el "mercado libre" regulado por los monopolios económicos y la corrupción politizada, tiene como enemigos declarados a sus miembros, cuando atraviesan dos ciclos vitales importantes: la juventud y la tercera edad.

Hablaremos de la tercera edad como periodo caracterizado por: "estarde vuelta", la sabiduría, vivir la muerte como consejera y sensibilizarse a una identidad social como "gran familia". "Estarde vuelta" por la experiencia de vida, es lo que le permite al hombre y a la mujer, arriba de los 65 años, mirar hacia atrás un largo camino donde se aprendió a transmitir y a asimilarla vida como la tarea más noble. "La verdad, oficial, ya no me engaña" decía Nietzsche. Saben que la vida no es un objeto del mercado, sino la conquista diaria de uno mismo y así poder ayudar a los demás desde lo que soy. Actitud de libertad que molesta a cualquier sistema cerrado que se cree verdadero y rechaza a todo aquel que lo cuestione. La sabiduría, no es conocimiento, no se adquiere consumiendo información y propaganda. Es una forma especial de captar la realidad desde su globalidad y así particular adquiere su valorización relativa al todo. La mujer y el hombre de la tercera edad, cuando "han vivido" desarrollaron esta capacidad y han perdido la ingenuidad del hombre moderno que se cree en todo lo que la propaganda lo seduce como medio para tener éxito y placer.

¿Cuándo, mejor que en la tercera edad, tenemos a la muerte como cercana? Por este hecho se cuestiona el mito de la inmortalidad que, el confort y el consumo, subíiminalmente nos van metiendo. Este mito pierde

fuerza cuando la muerte es la gran consecra, que hace valorar cada minuto, invitando a vivir plenamente. Es decir, dando lo mejor de sí, cada día.

Por último, dije que en la tercera edad el hombre y la mujer están sensibilizados a una identidad social más participativa. No sólo para conocer como abuelos a la familia ampliada, sino especialmente porque sienten agradecimiento por lo vivido y necesitan retribuir ayudando a los que les siguen. Tarea que la sociedad monetarizada, no puede dar jamás pues no es negocio. Es un dar agradecido, que da sentido a la etapa por la que se atraviesa; toda retribución económica es secundaria.

Muchos dirán que estoy hablando de mujeres y hombres ideales. Puede ser, pero toda etapa de la vida tiene un ideal que suscita imágenes y acciones. La pregunta válida es: ¿por qué hoy este fenómeno de la vida es tan vapuleado? ¿por qué se le quitan sus ahorros? ¿por qué se les engaña y se los margina de la tarea social?

Podemos responder que, para un sistema que idealiza "el mercado" como dios, la mujer y el hombre de la tercera edad son inútiles, basándose en la vejez del cuerpo. No sirven como modelos de venta, o como héroes de la eficiencia mecanizada o el deporte. Pero esto es una artimaña, un sistema así necesita que todos estén "de ida"; que cuanto más ingenuos y decididos a adquirir cuanto cosa o idea esté de moda o se propagandee, es mejor. Para algo se gasta tanto en marketing, o ¿qué sentido tiene invertir dinero si no es negocio?

El contraste está a la vista: al poder del dinero, se le opone el poder de la experiencia, a la eficiencia productiva, se le opone la sabiduría liberadora, al consumo que alimenta el mito de la inmortalidad, el hombre y la mujer de la tercera edad opone la muerte como consejera que pro-

pugna "vivir" más que consumir; a la competitividad y a la explotación de las riquezas naturales, la tercera edad opone "la gran familia" como un gran ecosistema abierto, donde el amor nos une.

Creo que son suficientes razones para que el sistema imperante declare a la tercera edad como su enemigo central; aunque diga hipócritamente lo contrario. Se la quiere hacer pasar como etapa de decadencia: sexual, productiva, física y mental. Lo peores que lo logran cuando estas ideas pueden ir determinando hábitos y conductas enfermantes.

Cuántas veces hemos visto en consulta pacientes que se sienten descartados porque han consumido esta idea que los margina de la vida sexual, de la enseñanza, de la producción, de la vida social y hasta de la vida familiar. Una vez desalienados se liberan de la depresión que la marginación les generó. Entonces sí, se dan cuenta que su sexualidad es verdaderamente plena, pues no hay nada que exhibir, ni que perder. Todo es dar y recibir con libertad, para que la vida y

el amor sean transmitidos. La misma libertad y generosidad descubren en sus actividades sociales y en especial en la enseñanza que ya no es repetir lo dicho sino lo vivido.

Volvamos al título; a la tercera edad no hay que temerle, es un desafío que la vida nos invita "a dar todo y lo mejor de sí". Acto humano supremo solo posible cuando somos libres porque no tememos perder. Ese es el "consejo" de la muerte: carpe diem.

Pensemos bien, padres, hijos y abuelos a un sistema social mercantil como el nuestro la tercera edad no es negocio, es una "carga social". Por eso lo queremos vender como problema y entonces todos le temen. Hasta los propios "ancianos" se automarginan.

Lo que quisiera transmitir es una tercera edad como el período vital más temible para un sistema que necesita consumidores para sostenerse. El sistema lesfeme, pero no nosotros. No nos confundamos, démosle y démosnos el lugar que la plenitud de la vida merece. Vale la pena.

Vale la Pena

*Por la tarde... tarde
con el sol ya cansado
levanto la mirada
y un cielo espejado me sorprende
anunciando el tiempo juntos pasando
¡Sesenta años!*

*Me inquieto
no lloro ni río
me levanto
tomo un lápiz
escribo mi regalo
a quien quiera tomarlo
y compartirlo.*

*¿Saben lo que son sesenta años?
¿Saben lo que son sesenta años
la paz buscando?
que a momentos llega en otros
espera
su sombra apenas me acompaña.*

*Contemos también las horas
que son muchas
cuando la vida por mis huesos sentida cursa
y no está quieta.*

*¿Se imagina sesenta años
buscando amor y ser amado?
manantial inagotable
añorado encuentro
que colmado
insiste por querer tanto.*

*invito a levantar la copa
amigos
y compartir sabiendo:
* "un corazón grande se llena con muy poco"
brindemos.*

*Si, lo sé
sesenta años es doblar el codo
pero también es ver
solo y sencillamente una recta
final donde la vida aún sin transitar
generosamente.
Sesenta años
vale la pena*

Octavio Fernández Mouján

** "Voces" de Antonio Porchia*

A Veces También es Bueno que el Hombre Esté Solo

Por el Lic. Jorge Miguel Brusca
Psicoterapeuta

Se separaron después de quince años de matrimonio. El tenía cuarenta, ella treinta y siete. Los hijos, diez y doce. Estuvieron de acuerdo en la decisión de bienes, el régimen de visitas y la cuota alimentaria. Habían sufrido mucho los últimos años de convivencia y era evidente que miraban el mundo con ojos muy distintos, pero eso no impidió que lograran una separación en condiciones aceptables para ambos. La esperanza de una vida mejor les había dado fuerzas para afrontar el dolor de un divorcio.

Había disfrutado mucho de las relaciones sexuales con su mujer, pero también éstas se habían espaciado en los últimos años de convivencia debido a las fuertes discusiones que originaban sus distintos puntos de vista. Al comienzo de las peleas usaron la vida sexual como reconciliación, pero pronto se dieron cuenta de que incluso su intensidad se debía al miedo que les producía la amenaza de separación. Al contrario, cuanto más gozaban en la cama, más se daban cuenta de lo que iban a perder si se separaban... Entonces, por protección, ambos decidieron no tener relaciones sexuales.

Y ahora él estaba solo y cómodo en su flamante departamento: casi todo el equipamiento era nuevo y le gustaba. Pero estaba solo. Y en algún sentido le parecía que estaba aprendiendo otra vez a vivir: esto le producía una extraña sensación de serveterano y novato al mismo tiempo. Se imaginó muchas reacciones (por ejemplo, cuando anunció su separación en la oficina), pero a veces le resultaba raro sentirse como un producto nuevo en el mercado, especialmente ante los ojos de las mujeres. Le costó darse cuenta de que ahora era un hombre "disponible", y de que eso agregaba posibilidades a cada relación. Había sido un marido fiel y conscientemente no había intentado seducir a ninguna mujer desde hacía muchos años.

El arreglo de la mañana comenzó a ser distinto: nunca había sido un hombre descuidado en su arreglo personal, pero se descubrió mirándose de otra manera en el espejo del baño, eligiendo cuidadosamente corbatas en el ropero, pensando cómo la miraría esa secretaria del quinto piso que lo saludaba tan amablemente en el ascensor. Y así el

peinado, los trajes, el perfume. Tuvo que reconocer que no sólo los demás lo miraban distinto, sino que él también se mostraba de manera diferente.

En realidad el primer shock lo tuvo cuando salió a elegir las cosas para su nuevo departamento. ¿Cuánto hacía que compraba sábanas, toallas, cubiertos, cacerolas? Al principio, el recuerdo de la lejana lista de regalos para su casamiento lo angustió un poco, y hasta sonrió con nostalgia cuando, con una plancha en la mano, se instaló en aquel tiempo en que todo parecía ser para toda la vida. Pero pronto empezó a disfrutar fantaseando acerca de qué pensaría la joven vendedora si le aclaraba que estaba comprando para él solo. Empezó a darse cuenta de que el título de separado le daba un matiz seductor: varias amigas le habían ofrecido ayudarlo y era tentador hacer esas compras con una mujer. Pero él tenía claro que eran sólo amigas (algunas solteras y atractivas), y que le resultaba casi pornográfico jugar a la pareja con ellas, aunque sabía que una que otra lo hubiera deseado. No quería despertar falsas expectativas, y así pudo regular las cosas como para disfrutar de la ayuda femenina sin herir ni herirse.

Al volver al mercado de los disponibles a los cuarenta tuvo que aprender muchas reglas del juego de la conquista que habían cambiado mucho. En eso se sentía novato. Pero había otros aprendizajes donde el ser veterano le daba sus ventajas. Por ejemplo aprendió a usar rápidamente el "refuser", algo que le había comentado una amiga que vivía en París, y que pensaba que los argentinos no sabían utilizar. El "refuser" consistía en poder rechazar una invitación sexual sin ofender al que recibía la negativa, y asimismo, a la inversa, a no sentirse ofendido por la invitación. Al principio le pareció snobismo de intelectuales eso de: "Me halaga tu propuesta pero no tengo ganas", o, del otro lado, "Lamento que no tengas ganas, pero me encantó proponértelo". A su manera, logró encontrar las palabras para hacer propuestas sin tanto miedo de ofender, y a rechazar otras sin tanto miedo a herir.

Para eso era una ventaja la veteranía, pues había desarrollado un amor propio que le permitía correr riesgos.

Este punto, su autoestima, fue el factor que más se movilizó en su separación y en la nueva vida solo. El desgaste de los últimos años de desavenencia le había disminuido la autoestima. Las mutuas críticas con su esposa, acentuadas con los consabidos sentimientos de culpa de los padres divorciados, les habían "¿hollado" a ambos su autoestima. Los dos habían sentidos además miedos y resentimientos que les habían también herido el amor propio.

Vivir solo lo llevó a tener que enfrentar innumerables situaciones que le permitieron ensayar conductas nuevas y rescatar otras olvidadas. El contacto con los hijos fuera del ámbito anterior, le crearon nuevas situaciones que le descubrieron otras formas de vida familiar sin la madre de sus hijos. Las comidas en su nueva casa, hecha a veces por él ante las "clavadas" de la muchacha por horas, le permitieron correr el riesgo de hacerse el cocinero sin miedo a perder su rol masculino. Aprendió a cocinar algunas pocas cosas, a planchar de apuro un uniforme escolar, a coser botones que justo saltaban cuando tenía que salir apurado, a colar fideos con el teléfono enganchado en el hombro mientras pasaba números a la oficina. Aprendió a manejar carritos entre las góndolas del supermercado, chocando con señoras apuradas que no entendían cómo podía perder tanto tiempo eligiendo una marca de aceite. Muchas veces se enojó por el tiempo que le hacían perderlas compras, los deberes de los chicos cuando estaban con él y la dificultad de conciliar el manejo de la casa con la oficina.

Pero le sirvió mucho todo eso para comprender mejor a su ex esposa, pensó que ella también estaría aprendiendo un montón de cosas. Incluso un domingo al mediodía se emocionó cuando llamó por teléfono uno de sus hijos para preguntarte, de parte de la madre, cómo se encendía el fuego para hacer un asado.

Aprendió a reconocer que a pesar de todos los problemas, había hecho muchas cosas bien en su matrimo-

nio, y la mayoría de sus errores se habían debido a la incomunicación y a la repetición de antiguas pautas familiares. Estas reflexiones le permitieron perdonarse y perdonar a su ex, pues pensó que a ella la había pasado algo parecido. En todo caso esta experiencia del divorcio les había servido para aprender mucho de sí mismo y de los otros, y también a elegir con más habilidad nuevas parejas.

En uno de esos días en que estaba deprimido y sólo veía los inconvenientes de su nueva vida, un amigo le dio la dirección de una terapeuta. El nunca había creído en esas cosas. ¿Quién mejor que él mismo para ayudarse? Pero igual concertó una cita. En realidad era una counselor matrimonial, y tuvo con ella tres entrevistas. Y allí aprendió algo nuevo de su divorcio. Era cierto que estaba triste y que tenía que realizar un duelo, pero no estaba necesariamente enfermo por eso tenía ante sí una gran tarea: iniciar una nueva vida desde la debilidad de todo trabajo de separación.

La counselor le enseñó a ver en su nueva situación una oportunidad de probarse a sí mismo. Le aconsejó que tomara realmente como desafío cada situación nueva y se animara a correr riesgos. "Para crecer hay que correr riesgos", le dijo. Y la única forma de no envejecer es crecer continuamente. concluyó él. En las siguientes entrevistas aprendió a cuidarse de los "arrecifes del divorcio", que hacen naufragar al navío de nuestro amor propio.

Pascó el tiempo y él siguió teniendo muchas ocasiones de ponérsela a prueba. El primer veraneo solo, la primera relación en; la que se sintió enamorado después de su divorcio, la primera novia que le presentó a sus amigos, a sus hijos, a su familia. Con cada novedad corrió un riesgo, y eso lo hizo crecer y tener mayor confianza en sí mismo.

Alguna vez se despertó en medio de un sueño romántico y acariciando el lado vacío de la cama canturreó a Serrat.,; "Sin ti, mi cama es ancha... Pero antes de volver a dormir, se dijo filosóficamente: A VECES TAMBIÉN ES BUENO QUE EL HOMBRE ESTE SOLO.

Recursos de un Terapeuta o de un Counselor

Por el Lic. Héctor D. Klurfan
Psicoterapeuta

Cada vez que me pregunto qué es ser un terapeuta, qué es lo que cura o le hace bien a un paciente (aunque eso de "curar" es muy relativo y da lugar a una controversia casi permanente entre salud y enfermedad), me encuentro con respuestas muy diversas. Las mismas recorren una gama tan amplia, que cada una de ellas daría pie a un artículo.

De todos modos, enumeraré algunas de las cualidades que a mi gusto tienen que ver con el fenómeno de la terapia y con las características de quien oficia de terapeuta.

Desde el lugar del terapeuta, yo diría que una persona con buena aptitud para escuchar y transmitir, inteligencia, bondad, formación, experiencia, buena conexión afectiva y capacidad de amar, reúne las condiciones para ejercer una sana influencia sobre los demás. Tampoco estaría de más tener una buena cuota de optimismo.

Desde la moderna concepción de la comunicación, se dice que "comunicares influir". Ya que entiendo a la terapia como el arte de influir sobre el otro respetando sus propios deseos y su propia identidad, cuanto mejor sea nuestra capacidad de comunicarnos con el otro, mejor podremos ayudarlo.

Además de esta capacidad para comunicarnos con los demás, es deseable poseer una buena conexión afectiva con quienes nos consultan. Y tenemos que quererlos. Si no queremos a nuestros pacientes, difícilmente podamos colaborar con ellos en su búsqueda de un mayor bienestar

Algunos de los recursos con los que cuenta el terapeuta y el counselor tienen que ver con la intuición y su capacidad de narrar historias cuyas metáforas influyan en quienes consultan. Cuando alguien me pide una entrevista, suele contarme una historia llena de patología acerca de conflictos personales y familiares que no han podido ser resueltos. Si logramos cambiar el título, el desarrollo de la historia, las culpas de que viene acompañada, la responsabilidad de los distintos protagonistas, o la visión de enfermedad asociada,

o las causalidades en que se apoya, o...; o...; o... etc., alterando la visión congelada que los pacientes traen, ya estaremos colaborando con el proceso de cambio.

Igualmente, si logramos un deslizamiento desde el "ser" hacia el "parecer", también ayudaremos a organizar la realidad de una manera diferente. Si yo digo "fulano es un esquizofrénico", me estoy apoyando en creencias que postulan que un esquizofrénico no tiene cura. Puede experimentar mejorías, pero básicamente siempre va a ser un enfermo. Si alguien "es", desde la lógica aristotélica, no puede "no ser". El verbo en sí establece una especie de "chaleco de fuerza" sobre mi manera de pensar. Y esto me limita en mi capacidad de colaborar con el proceso de cambio. Si yo digo "me parece" que fulano tiene ciertas conductas caracterizadas como esquizofrénicas, esto me da la oportunidad de pensar que con cierta ayuda (y/o medicación) esas manifestaciones pueden desaparecer, y la persona que la padecía podría tener una vida más normal.

En última instancia, toda ayuda terapéutica consiste en construir realidades alternativas que posibiliten un grado menor de sufrimiento para nuestros pacientes y para nosotros mismos. Y recalco que también para nosotros mismos, ya que si nuestro compromiso es grande, nos sentiremos felices con cada mejoría de nuestros pacientes.

El Tránsito de una Personalidad Inhibida a una Joven Resuelta

Por la Counselor Angela Toso

Llegó hasta mi temerosa, confundida y muy preocupada por no poder divisar con claridad la meta más próxima en su futuro: su elección vocacional. Daba la impresión de estar soportando un gran peso sobre sus hombros, estaba agobiada por la incertidumbre y la responsabilidad.

Pensé al verla: "es un pollito mojado," y no pude evitar una sonrisa ante tanto desconsuelo. La ternura que me inspiró brotó mansa, sin atropello, apenas una mano que se tendió hasta su carita en una caricia fugaz de bienvenida, y que luego descendió hasta su mano en un firme apretón, donde la confianza se estableció mutua y sólidamente.

Nos miramos escrutadoras y nos aceptamos diría que incondicionalmente, y sólo entonces nos hablamos.

Comenzó la primera charla; el tiempo pasó sin que lo tuviéramos en cuenta. Nos dejamos fluir en un conocimiento mutuo, nos dejamos ser.

Este fue el comienzo del camino hacia la profundización de la empatía. Nos quedó muy claro desde el principio que ella estaba allí porque yo podía ofrecerle la oportunidad de esclarecer su propio pensamiento siempre que ella me permitiera estar cerca de su mundo íntimo.

¿Qué podía ganar ella con esta propuesta? Pregunta y respuesta surgieron nítidas: ganaría una progresiva, distinta y experiencial percepción de sí y de su situación concreta.

Establecimos entonces un campo de trabajo lenta y progresivamente. Lo vivido como perturbador fue esclareciéndose a través de su expresión corporal. En ese actuar desde "su escenario", desarrollando el tema de todo su mundo vivido, es que fue en último término ella misma. Yo fui dejándome envolver, encarnándome y viviendo su aquí y ahora. Su escenario fue el mío y me sentí empujada a una comunión de sentimientos. En ese mundo vivido como "mi mundo" pude encontrarme con ella y comunicarme

intersubjetivamente.

En todo momento la percibí como a una persona con la capacidad adecuada para resolver su elección. Esto se tradujo en aumento de confianza en sí misma y en autodeterminación.

El cambio estaba en marcha, las etapas se fueron cumpliendo y agotando. El fin de la orientación se vislumbró feliz y enriquecedor para ambas. Ella aceptó el desafío que implicó su elección, y quedó abierta plenamente a su experiencia donde ha de fundaren lo sucesivo su conducta y la actitud más apropiada para satisfacer sus necesidades.

Lógicamente que el hacer y el hecho tendrán la última palabra para dar validez a lo aquí afirmado.

La orientación finaliza. Tengo ante mí a una adolescente cambiada, está sentada muy erguida y su mirada me conmueve y maravilla. Sostiene su mirada con firmeza, mientras una sonrisa de satisfacción juguetea en su rostro.

¡Qué distinta se va de como había llegado! La veo contenta, segura y decidida, toda ella es un himno a la alegría, es como una planta que crece y madura lozana. Yo también estoy dichosa y se me nota. Hoy despido a una joven pletórica de ilusiones.

Me siento un poco hacedora en este momento fructífero, de este resultado que es para mí una experiencia inigualada y estoy profundamente agradecida de que me haya sucedido. Siento que he enriquecido mi vida y mi personalidad. He creado algo satisfactorio, he expresado alguna parte de mí misma, de mis pensamientos y sentimientos. Mi yo ha entrado en acción como una realización de potencialidades hasta entonces inexistentes y que ahora se manifiestan como un producto creativo de un acto fundamental: "el permiso de ser libre", de ser una misma de manera responsable e irrenunciable.

La Consultoría en la Escuela Secundaria

Una Experiencia Positiva

Por la Vice-Rectora Diana Martínez Barrios de Toso
Escuela Municipal de Enseñanza Media N~2 D.E.Nº3

La escuela de enseñanza media carece de gabinetes psicológicos que atiendan las problemáticas del alumnado en lo que se refiere a su conducta individual y social.

Los conflictos propios de la adolescencia se ven agudizados por las dificultades que aparecen en sus hogares (de pareja, económicos, laborales, de salud, etc) lo que deriva en fracasos escolares, deserción y repitencia, no siempre ocasionados por dificultades de aprendizaje.

Otros peligros constantes a los que se ven expuestos los adolescentes actuales son: embarazos no deseados, enfermedades psico-somáticas, adicciones, S.LD.A.

Prevenir estas situaciones es el desafío actual de la escuela secundaria.

Evitando esto, el adolescente puede dedicar su tiempo y su esfuerzo al aprendizaje, al estudio, al arte, la cultura, la ciencia y la tecnología.

Desde hace años, una escuela media oficial cuenta con la participación de un equipo de counselors que brinda su colaboración profesional permitiendo que los docentes (autoridades, profesores y preceptores) puedan encarar mejor la tarea pedagógica, para la que están especialmente capacitados, dendiéndoles los problemas que les resulta difícil resolver.

A los alumnos y a su familia se les ha brindado, en la propia escuela, la contención que necesitaron. Se los recibe, se efectúa el diagnóstico de cada situación, se los guía, se los orienta, otorgándoles espacios para la reflexión se efectúan seguimientos y, si el caso así lo requiere, se los deriva

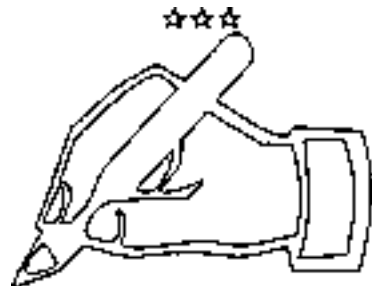
a centros donde son atendidos por personal especializado. Durante esta corta pero efectiva experiencia, se han obtenido exitosos resultados, a pesar de existir una pequeña parte de personal docente que ofrece una discreta resistencia, por considerar que la Consultoría o los Gabinetes Psicológicos deben estar constituidos por profesionales con experiencia docente o ser psicólogos.

Esto se debe al desconocimiento de la tarea específica que pueden desempeñarlos counselors y su participación en equipos de trabajo conjunto para apoyar la labor educativa.

Otra actividad desempeñada por estas profesionales ha sido la coordinación de Talleres sobre Orientación Vocacional para alumnos de 5º y 4º años con muy buena recepción por parte de alumnos, padres y docentes.

Este año está previsto realizar actividades sobre Prevención de la Violencia y Discriminación, efectuar apoyo y seguimiento para los alumnos que repiten primeros años.

Esta experiencia piloto muestra la efectividad en la colaboración con la institución educativa y los grupos familiares de los alumnos y nos marca una posible vía de solución a los problemas planteados al comienzo de esta página.



Counseling del Counseling

Por el Lic. Andrés Sánchez Bodas*
Psicoterapeuta

Sabemos que el Counseling es una disciplina nueva en la Argentina, como tal, si bien se basa en la existencia del mismo en otros países (desde hace más de 50 años) su creación en nuestro país tiene su propia impronta. Podríamos metaforizar que sus antepasados tienen origen extranjero y como tal es un inmigrante, también podríamos pensarlo desde un nacimiento aquí como hijo de un alguien que captó la necesidad de crearlo.

Sea como sea su nacimiento, de lo que no hay dudas es que es un pequeño que ha decidido hacer su vida aquí entre nosotros, por lo tanto el camino del desarrollo de su sí mismo es algo que nos compete, como padres reales y/o adoptivos.

Ahora, en su adaptación a este medio, que aún lo mira en forma incrédula es buena pero algo costosa, por lo tanto vemos necesario consulte a un counselor, y aquí vamos:

En adelante mencionaremos al Counseling consultante con la letra C, y al Counselor consultor con las letras CT.

CT: Buenas tardes, soy CT su Consultor, tome asiento por favor.

C: cómo le va, soy Counseling y vengo a verlo dado que necesito su ayuda.

CT: ¿en qué puedo serle útil?

C; mire soy alguien nuevo en este lugar... quiero instalarme... trabajar... ser útil a la gente... ayudarme... desarrollarme... perfeccionarme... pero...

CT: parece que sabe bien qué es lo que quiere... pero... hay algún pero...

C: ...y sí... quizás más que uno,...

CT: ...varios,.

C: sí, varios... aunque...

CT: ¿aunque?...

C: ...¿sabe por qué dudo?...

CT: no.

C: porque si bien parecen varios, y quizás así sea, tengo la sensación que primero debería preguntarme quién soy...(con cara de preocupación).

CT: parece que intuye que hay una pregunta básica que tiene primero que responder y a partir de allí discriminar, y esto le preocupa bastante... ¿algo así?...esto de ¿quién

soy?...

C; sí, y de dónde vengo y adonde voy (lo dice cantando y sonriente)

CT: antes preocupado y ahora no tanto.

C: no, no es eso, lo que pasa es que si logro distenderme quizás pueda salir más pronto del dilema, porque ¿sabe?... en realidad estoy bastante seguro de lo que quiero., por lo tanto una parte de la cuestión está resuelta. Por otro lado sé lo que necesito...

CT: creo haber captado anteriormente ¿o que desea....

C; necesito que me den bola, que me crea\$, que se den cuenta de que puedo ser útil...

CT: que lo tomen en cuenta.

C: ¿usted sabe a qué cosas puedo dedicarme? ¿en qué puedo ofrecerme como profesión?

CT: ¿usted me pregunta si sé quién es usted?

C: sí.....

CT: intuyo que hay algo más en su pregunta, algo que se refiere a si puedo yo darle ja bola que usted precisa para crecer.

C: no quiero parecer un carenciado, que pide por favor, quieranme, OK...

CT: no escucho eso, sólo me parece percibir que necesita hacerse conocer, y que sabe qué es lo que puede ofrecen pero un poco de afecto y acompañamiento no vendría nada mal.

C: parece que nos vamos entendiendo (con una sonrisa)... podría contarle un poco de mi historia... ¿que le parece?

CT: le parece que puede ser útil, ponerme al tanto de ciertos datos... mal no me vendrían... mejor dicho mal no nos vendrían... para poder tener elementos...

C: bueno... mire ... alguna vez alguien me pensó como necesario... allá en EEUU... por 1942 Carl Rogers publicó un libro que tituló "Counseling and Psychotherapy" que marcó un hito de inicio de una forma de ayudar a personas en su crecimiento personal detenido...

CT: ¿este psicólogo norteamericano fue el creador del Counseling?

C: es muy difícil decirlo así, en realidad es una disciplina derivada de la psicoterapia que emergió como una posibilidad de brindar ayuda a personas normales, y dado que este psicólogo estaba enrolado en una línea denominada Psicología Humanística, y fue el creador del E.CP., fue coherente que de alguien como él surgiera el mayor énfasis en esta

forma.

CT: en qué sentido coherente?

C: y... en aquel que se refiere a colocarelénfasis en lo sano, en el crear salud, más que en el curar enfermedad... Fíjese, él creía que las personas tienen en sí mismas recursos potenciales para la autocomprensión, para el cambio del autoconcepto, de sus actitudes, para dirigir su propio proceso, para una vez conocidas, a mayor cantidad de variables en juego, tomar las decisiones más adecuadas, etc. etc.

CT: algo así como una confianza básica en el ser humano...

C: claro... y desde allí construyó teorías que fueron siendo avaladas por la investigación de cientos de horas de grabaciones, filmes, pruebas, tests...

CT: de la práctica a la teoría...

C: y viceversa...

CT: con confianza en sí mismo y en los demás...

C: una confianza primaria que después fue avalando con la experiencia y las comprobaciones experimentales...

CT: fe en el hombre y ciencia a su disposición, ¿algo así?

C: un verdadero humanista libertario...

CT: al estilo del hoy conocido Fernando Savater...

C: ¿quién?

CT: Savater, un pensador español que le recomiendo... tiene un libro que titula "Humanismo Impenitente"...

C: gracias por el dato... veo que me va comprendiendo...

CT: lo que no comprendo es que si parece tan consustanciado cuál es su problema...

C: me deja que le diga o cuente algo más...

CT: tenemos todavía unos 10 minutos de entrevista, como usted lo desee...

C: bueno mire...después que el Counseling se impuso en EEUU, pasó a Europa, a Inglaterra, Francia, Alemania, Bélgica, Países Escandinavos, también más recientemente a Rusia, Japón, India, China... claro que en cada uno de estos lugares había antecedentes en la orientación y entonces fue engranado desde cada historia y cultura... también en México tiene mucha fuerza...

CT: empiezo a ver algo...nuestra historia y cultura puede influir y (observa un gesto de C)...parece que ahí está el problema...o por lo menos en parte...

C: mire, cuando el Lic. Sánchez Bordas me pensó para aquí...sabía del predominio de un mundo Psi muy psicoanalítico y que podría traer alguna dificultad el poder captar una población tan meloneada...

CT: ¿y entonces?...

C: nada (y traga saliva con dificultad)...

CT: parece que algo se le atragantó...

C: sabe... si bien Andrés me pensó adecuándome a este país, y su equipo viene trabajando seriamente y modificando cosas en forma dinámica de acuerdo a lo que todos van aportando...

CT: ¿a qué todos se refiere?...

C: y... alumnos... docentes... colegas... consultantes... empleados de 'Holos... amigos... otras instituciones ... la Asociación de Counselors...

CT: pero algo ¿o atraganta...

C: ...(se mueve incómodo en el sillón)...

CT: y lo incomoda...

C:...(se para)...

CT: y lo inquieta... como queriéndolo sacar de algún lugar...

C: ese es el tema... el lugar que quiero y tengo que ocupar...

CT: un lugar que en otros países parece tiene asegurado y muy claro...aquí...

C: aquí... como dice el tango "¡a lucha es cruel y es mucha"...

CT: ay !... ay !... ay !... nuestro querido país de tango... cuánto jodelam...

C; mucho lamento... mucha depre... mucha envidia... mucha queja...

CT: usted también se queja...

C: y, me estaré aggiornando (sonríe con tristeza)...

CT: quizás de eso se trate,... de aggiornarse... de meterse adentro, y desde allí emerger... quizás tenga que dejar de ser extranjero...

C: mire, usted quizás sabe que hay bastante gente estudiándome... bastante ya recibida,... desde 1992 soy reconocido como carrera oficial... a Holos le dieron el número definitivo de Instituto incorporado a la enseñanza oficial A-1048, está abierta una sede en San Isidro y otra por abrirse en Lomas de Zamora... el primer libro de Counseling argentino fue publicado el año pasado con el nombre de "Crear Salud o Curar Enfermedad" ...el plan ha sido modificado para enriquecerlo con alrededor de 24 materias cuatrimestrales...

CT: buenas noticias, muchos logros..., pero...

C: "....."

CT: parece asustado...

C:

CT: vengo de lejos... me recrean aquí... quién soy aquí... me atraganto... estoy incómodo...me darán bola... cuál es mi lugar...está llegando el momento del hacer...del atender consultas...tengo miedo...

C: ¿está mal tener miedo,...?

CT: el cementerio está lleno de gente que dijo que estaba mal tener miedo..

C: sí... algo de miedo tengo...¿usted me puede ayudar?...

CT: puedo ayudarlo a trabajar con su miedo... desde su miedo...no a negarlo... ni querer vencerlo desde afuera.

C: ¿y cómo se hace eso?...

CT: es bastante probable que usted sepa cómo hacer eso... puedo ayudarlo si quiere, le propongo que tengamos dos o tres entrevistas más para seguir conociéndonos... y luego ver si juntos podemos trabajar... si está de acuerdo...

C: bueno ...¿cuándo seguimos?...

CT: ¿qué le parece si nos vemos la semana próxima en la misma hora y el mismo canal...?

C; sí puedo venir, no hay problema, pero no dijo nada de sus honorarios...

CT: mire las primeras entrevistas ¿así cobro \$ xxx ... luego vemos la frecuencia semanal necesaria etc. etc....¿ok?...

C: está bien... (y saca el dinero para pagar la entrevista)... nos vemos entonces la semana que viene...(extiende su mano)...

CT: (recibe el dinero... le da el vuelto)...

Ambos se paran y se saludan con afecto medido.

Comentarios:

Al terminar de escribir esta primera supuesta entrevista, pensé como interesante que los lectores puedan hacer un análisis de la misma y enviárselo a la redacción. Sugiero se coloquen en lugar de Counselor (Consultor/a) y envíen su opinión acerca del cómo se observa la misma, qué recursos fueron utilizados y sobre todo qué sugieren acerca del momento en que se encuentra el consultante y cómo piensan que podría ayudársele mejor.

El modo de ser tiene como requisitos previos la independencia, la libertad y la presencia de la razón crítica. Su característica fundamental es estar activo y no en el sentido de una actividad exterior, de estar ocupado, sino de una actividad interior, el uso productivo de nuestras facultades, el talento, y la riqueza de dones que tienen (aunque en varios grados) todos los seres humanos. Esto significa renovarse, crecer, fluir, amar, trascender la prisión del ego, estar activamente interesado, dar.

Erich Fromm

¿ Se Superan las Pérdidas?

Por la Counselor Elena Sparvieri

El tema de las pérdidas siempre me interesó sobremanera por las huellas profundas, definitivas que marcan las pérdidas en nuestra persona, creando surcos divisorios entre el antes y el después.

En mi experiencia como counselor tuve la ocasión de comprobar que a lo largo de las sesiones es frecuente que los consultantes traigan este tema. Pero no se trata de elaborar el duelo, ya que muchas veces se trata de pérdidas lejanas, "superadas" hace tiempo.

Florencia tenía 35 años cuando vino a consultar por los problemas sexuales de su relación de pareja. Francisco y ella estaban juntos desde la disolución de su previo matrimonio hacía ya 4 ó 5 años. Por más que ella había asumido su separación y su vida actual era rica en muchos aspectos, y Francisco era importante para ella, la relación sexual ideal seguía siendo la que había mantenido con su ex-marido.

Mariana vino a verme luego de su ruptura con su novio, a los 23 años. Se había convertido en una muchacha vulnerable y su mundo en un mundo impredecible y amenazante. Intentaba proseguir con su vida y realmente parecía poner mucha energía en ello, pero por dentro se desarticulaba como piezas de una máquina que ya no pertenecen juntas.

Sus amistades se habían acercado a ella al principio, pero luego la habían abandonado, hartos de sus lamentos, de su resistencia al cambio. Sola y aislada en su desesperación había desarrollado una especie de distancia de las cosas y de la gente de modo que sólo el dolor cabía en su vida, intenso, agudo, abrumador. Este dolor la acosaba como latigazos embargantes que ponían a prueba su resistencia física a la miseria humana, drenando cualquier otra sensación o sentimiento. En consecuencia, el mundo externo se desvanecía, perdía definición y se volvía lejano. No podía establecer contacto con nadie ni nada y sólo una mínima parte de su persona intervenía en la vida diaria. Con el tiempo,

hasta esta pena intensa cedió, dejando lugar al desierto y al silencio de su vida, sobreviviente de una guerra devastadora.

En general, la pena finalmente cede y la aceptación toma su lugar. La energía bloqueada encuentra un nuevo cauce y la vida vuelve a fluir.

Pero los sueños y las fantasías siguen aflorando por largo tiempo, al principio con más fuerza y poder que el presente, ocupando todo el espacio interior (como en el caso de Mariana); luego, aún después de que se recupera el equilibrio y la esperanza, dificultan el ajuste entre la persona y su entorno (como en el caso de Florencia).

La experiencia de pérdida es una experiencia traumática en el sentido de que crea una fisura en la persona. Parte de la personalidad permanece fijada en el tiempo, incapaz de comprometerse con la vida, alienada, desconectada del presente.

Las consecuencias de las pérdidas pueden vivir con nosotros por mucho tiempo, sino por siempre. Por eso pienso que la elaboración del duelo no se da de forma continua en todas las áreas de la personalidad y que las áreas más débiles o las más afectadas permanecen fijadas en el pasado.

En este sentido, el proceso de consulta consistirá en integrar esta parte alienada, aislada, a la vida, beneficiado de esta experiencia para conectarse con el otro. Cuando esto sucede así, la experiencia de pérdida lleva al crecimiento y al desarrollo de la personalidad y facilita la adaptación a nuevas situaciones.

Al escribir este artículo mi intención es enfatizar el efecto traumático de toda pérdida importante y pienso que al asistir al consultante en la elaboración del duelo se deben tomar en cuenta aquellas áreas de su personalidad que puedan haber quedado relegadas, fijadas en el tiempo por el efecto del trauma.

El Fin de las Interpretaciones

Por Alejandro Martínez, Estudiante de Counseling

"Se ha roto el contrato entre el lenguaje y el mundo, ha desaparecido la vieja concordancia entre las palabras y las cosas, los símbolos flotan sobre un fondo de ausencia. Aún así, hay algo en lo que decimos."

"Pocas cosas pueden decirse acerca de una obra artística, pocas, sin embargo son preferibles al silencio". (Wittgenstein S. XIX)

Hay sin duda un abuso de interpretación en el mundo: los "críticos", los "intérpretes" de todas las disciplinas, se largaron a hablar donde la vida y la obra callaba, a explorar los intersticios, las reticencias, sus vacíos.

La monstruosa erección de una Ciudad Secundaria y de sus Príncipes Postmodernos constituyen la actual Torre de Babel y su hermenéutica.

Sin embargo, "puedes verlo que ves y sólo lo que ves".

Silencio lleva a la escucha, silencio lleva al vacío, pero vacío no es igual a la anodina nada, vacío son las aguas primordiales, las aguas generadoras de respetuosas y mínimas comprensiones, respuestas cautelosas, reflejos iluminadores de "insights", percepciones.

Silencio es vacío, ausencia de ruidos internos, receptividad. Silencio es presencia.

...y estamos en Babel con su Carrusel de Egos.

Si este resquebrajamiento de sentido y acuerdos mínimos se produjo, es porque se atentó contra el antiguo pacto con las palabras.

Nos dice George Steiner: "Cualquier comprensión coherente de lo que es el lenguaje, de como actúa; cualquier explicación coherente de lo que es el habla humana para comunicar significado y sentimiento, está garantizada en última instancia por la presencia de Dios". El autor propone afirmar la presencia de Dios para recuperar la confianza en el lenguaje y evitar así los extravíos hermeneúticos de las

formulaciones ultra-analíticas y de la crítica posmoderna.

El mismo autor en su libro "Presencias Reales" nos presenta a su Dios: el sentido común, la vieja deidad anglosajona. Ya Umberto Eco predicaba una sumisión semejante al sentido original.

No deja de ser lógica e históricamente válida la advertencia católica romana de que, por fundamentalista y textualmente reductora que se proclama, "la interpretación sin fin" se transformará, primero, en crítica histórica, luego en deísmo más o menos metafórico y, por último, en agnosticismo. Sin finitud, concluye el autor, el discurso secundario es cismático.

Nosotros diríamos que la interpretación sin fin del otro, llevaría a la confusión del mismo, a la manipulación constante, a la instauración de un lugar y un sujeto de supuesto saber, al descentramiento en la persona, por el centramiento en el problema o la teoría. Y lo más alarmante sería la pérdida de fe, el descreimiento de la Tendencia Actualizante que tienen todos los seres y que se da dentro de condiciones de seguridad y de calor, por mínimas que éstas fuesen, para lograr su dirección positiva al crecimiento, y la realización o puesta en acto de sus potencialidades. Como las brújulas de la historia han enloquecido, Steiner nos aconseja no perder de vista las tierras del sentido común. ¿Sin embargo, qué obra de arte no se aleja peligrosamente de las formas ortodoxas de ver al mundo? No existe acontecimiento artístico y/o psicológico que no sea una deriva sin cartas de navegación. No hay nada que buscar pues todo está presente, "Yo no busco, encuentro," decía Picasso. No podemos reducir lo nuevo, lo singular, tal vez lo irreplicable a variantes más o menos disimuladas o adornadas de algún esquema arcaico y prefijado. Nos referimos a la obra hermenéutica de cualquier deísmo pseudo-científico de cualquier semi verdad religiosa. Y a propósito de esto último, por favor ¡Basta de sacerdotes de la palabra!

Si algo nuevo en el arte, en el ser, se expresa, brota, germina libremente como aquella heroica legumbre de Rogers, no podemos ante eso sino guardar un prudente silencio.

Empatía, una Manera de Estar

Por el Dr. Claudio Adrián Rud
Médico, Psicoterapeuta

Y dijo Jehová: He aquí el pueblo es uno y todos éstos tienen un sólo lenguaje; han comenzado la obra, y nada les hará desistir ahora de lo que han pensado hacer.

Ahora, pues, descendamos y confundamos allí su lengua, para que ninguno entienda de sus compañeros.

GÉNESIS. 11

Con una creciente frecuencia escuchamos hablar en la vida cotidiana de empatía, que, para nosotros, pertenecía casi exclusivamente a "nuestro ambiente". Mucho se ha ahondado en tratar de precisar este concepto y sin embargo algo de él se hace inasible, confuso, indefinido.

Es mi propósito a través de este artículo acercarlos una mirada alternativa al concepto de empatía, tan caro a nuestro modelo de trabajo, y con esto contribuir -al menos este es mi deseo- a una praxis cada vez más congruente, y cada vez más centrada en la Persona.

Para aquellos que ya están adentados en el ACP sabemos a partir de lo escrito por Rogers que ésta es uno de los principales y más poderosos agentes de cambio en la terapia.

Existen varios trabajos técnicos y filosóficos en relación al concepto de empatía, sus alcances y su caracterización científica, a las que remito a los lectores. Sin embargo me parece útil tratar de precisar a qué se refiere este concepto en el campo específico de la psicoterapia y de las relaciones de ayuda en general, dado que de acuerdo a cómo entendamos que opera en la práctica, es que nos colocaremos frente al otro en nuestra experiencia cotidiana. Desde este punto de vista cabría considerar dos aspectos básicos:

- 1) La captación o comprensión empática
- 2) La comunicación empática
 - a) el emisor - terapeuta
 - b) el receptor - consultante

La Captación Empática

Una primera y muy original aproximación a la definición de empatía es que se trata de una forma de captación de la realidad experiencial del otro.

Pero ¿cuál es el modo en que realizamos esa captación? ¿se puede aprender? ¿en qué interviene la información para mejorar esa práctica? ¿es una capacidad innata en todos los seres humanos? ¿es una percepción, un sentimiento, una intelección?

En sus orígenes, éste es un concepto usado en el ámbito del arte para referirse al acto y a los modos en los que un ser humano capta sensible y emocionalmente una obra de arte y la especial "química" que se produce entre la obra y la persona.

*Este concepto fue creado por Lipps en 1903 para describir psicológicamente la experiencia estética, lo llamó *Einfühlung* (del alemán *ein-dentro*, en, *yfühlen-sentir*) y fue posteriormente Titchener quien en 1909 lo tradujo al inglés como *empathy*, concepto cuya raíz griega proviene del *pathos* como pasión o como padecimiento, o por extensión, sentimiento en general.*

En principio debiéramos entender a la empatía como una cualidad de la contemplación.

Suelo decir para ilustrar metafóricamente en qué consiste la práctica de la empatía, que lo más parecido a ella es la captación emocionada de un paisaje, ya sea por bello como por lo aterrador, sin que ésto implique abrir algún juicio de valor acerca de las cualidades del paisaje: es sólo su constatación.

La mejor definición de lo que es la captación empática no la encontré en un libro técnico sino en una novela de Michel Ende de la que transcribo una parte:

"Pero, ¿por qué? ¿Es que Momo era tan increíblemente lista que tenía un buen consejo para cualquiera? ¿Encontraba siempre las palabras apropiadas cuando alguien necesitaba consuelo? ¿Sabía hacer juicios sabios y justos?

No; Momo, como cualquier otro niño, no sabía nada de todo eso.

Entonces, ¿es que Momo sabía algo que ponía a ja gente de buen humor? ¿Sabía cantar muy bien? o ¿es que -ya vivía en una especie de circo- sabía bailar o hacer acrobacias?

No, tampoco era eso.

¿Acaso sabía magia? ¿Sabía algún encantamiento con el que se pudiera ahuyentar todas las miserias y preocupaciones? ¿Sabía leer en las líneas de la mano o predecir el futuro de cualquier otro modo?

Nada de eso,

Lo que la pequeña Momo sabía hacer como nadie era escuchar. Eso no es nada especial, dirá, quizás, algún lector; cualquiera sabe escuchar.

Pues eso es un error. Muy pocas personas saben escuchar de verdad. Y la manera en que sabía escuchar Momo era única.

Momo sabía escuchar de tal manera que a la gente tonta se le ocurrían, de repente, ideas muy inteligentes. No porque dijera o preguntara algo que llevara a los demás a pensar esas ideas, no; simplemente estaba allí y escuchaba con toda su atención y toda simpatía. Mientras tanto miraba al otro lado con sus grandes ojos negros y el otro en cuestión notaba de inmediato como se le ocurrían pensamientos que nunca hubiera creído que estaban en él.

Sabía escuchar de tal manera que la gente perpleja o indecisa sabía muy bien, de repente, qué era lo que quería. O los tímidos se sentían de súbito muy libres y valerosos. O los desgraciados y agobiados se volvían confiados y alegres. Y si alguien creía que su vida estaba totalmente perdida y que era insignificante y que al mismo tiempo no era más que uno entre millones, y que no importaba nada y que se podía sustituir con la misma facilidad que una maceta rota, iba y le contaba todo eso a la pequeña Momo, y le resultaba claro, de modo misterioso mientras hablaba, que tal como era solo había uno entre todos los hombres y que, por eso, era importante a su manera, para el mundo.

¡Así sabía escuchar Momo!

Cuando hablamos de capacidad de escuchar nos estamos refiriendo a la captación de la experiencia vivida por el consultante, más que a la atención por los datos "objetivos" del relato. A veces se trata de captar la experiencia vivida en el momento actual en que se está relatando algún episodio, otras veces es la experiencia vivida en el momento en que se vivió ese episodio. Para mí es más importante captar el "como" que el "qué".

Esa capacidad es una disposición a un estado de apertura perceptual y afectiva que por momentos es vivida como un estado alterado de conciencia, con un cierto borramiento de la conciencia de yo-noyó. Sujeto y predicado se confunden, y ese punto de vista, la empatía más que un atributo de un individuo respecto de la realidad afectiva de

otro, es un acontecimiento emocional que incluye al empático y al empañado en un movimiento de mutua implicación. Este fenómeno sería la levadura que permite que aparezca la transformación y la ayuda en el contexto de esa relación.

En un trabajo publicado hace unos años traté de explicar cómo había resultado este modo de concebir la relación con otro desde mi propia experiencia profesional. "Contemporáneamente con el uso creciente del lenguaje poético fue creciendo en mí la impresión de perder objetividad. El discurso del paciente al que se agregaba mi propio discurso comenzó a transformarse en un discurso, un acontecer que no se me permitía diferenciar con claridad dónde estaba el sujeto ni el objeto, qué fragmento del discurso le pertenecía a él y cuál me pertenecía a mí. Creí poder restituir algún centro a partir de un nuevo "sujeto" llamado vínculo. Fue inútil, la realidad se descentraba, no había alojamiento posible para el fenómeno fuera de sí. Los olores, los sonidos, los sentimientos, la mesa, Juan, el recuerdo, Claudio, las palabras, las formas; constituyen un discurso totalizante e indiferenciado que se aparece y se constituye en ese aparecerse. Solo es posible estar presente, asistiendo, resonando. Es a este fenómeno al que hoy podría definir como PERSONA. Tal vez sólo se trate de una mayor densidad en un continuo.

Ya no es posible hablar de ayuda, al menos como una prestación que algún alguien da a otro alguien, se diría que la ayuda habita en la persona, la constituye".

Empatizar es entonces estar en contacto: con uno, con el otro, con el entorno, todo como uno, y uno como todo. Es una forma de encuentro que como todo encuentro genuino es eterno, no porque dure mucho tiempo, sino porque ocupa "todo el tiempo".

Nos preguntábamos más arriba si esta capacidad puede ser "entrenada", o aprendida; creemos que sí, aunque tal vez en un sentido algo distinto al que tradicionalmente se entiende el aprendizaje, de aquellas informaciones (juicios y perjuicios) que median e interrumpen una aproximación más "ingenua" al mundo experiencial propio y del otro.

Como se puede observar, esta manera de entenderla comprensión empática se aleja de la habitual "ponerse en el lugar de otro": creo que esa experiencia no es posible, pero aún en el supuesto de que fuera posible, se perdería el efecto profundamente ayudador de la empatía, que es la certeza de sentirse escuchado por otro que capta, experiencialmente, el mundo experiencial de uno.

Decíamos que la empatía implica un estar en contacto

y es en este sentido que querría como ilustración délo anterior traer un ejemplo de algunas de las formas de contacto que existan entre seres humanos.

Supongamos un niño con un fuerte dolor abdominal; imaginemos ahora el contacto que con su abdomen mantiene un muy bien intencionado pediatra. Cada intervención del profesional es una procura de hallar "signos" que pongan en evidencia algún padecimiento y con esto arribara un diagnóstico que permita un ulterior tratamiento. Es decir que él aprendió un idioma con el que pretende entender al tocar esa panza, aunque "ella no quiera". Es decir que el contacto es unidireccional, y él sólo lo registra cuando "escucha" algún "signo positivo" como suele decirse en

medicina. Podemos suponer que el niño solo registra una manipulación a veces dolorosa y a veces no.

Imaginemos ahora la madre acercándose amorosamente a tomar contacto con esa pancita. No hay una intención que no sea tomar contacto, no hay otro idioma que no sea el de comunicar la presencia. Lo que hay es ese misterioso acontecer que ocurre tanto en la panza como en ese vientre, que se traduce a veces en una profunda y compartida sensación de compañía y almo.

Aprender a empatizar significa poder acercarse al otro como esa mamá al vientre de su hijo, tratando de desaparecer el "idioma pediátrico", que se muestra pero al mismo tiempo oculta la esencia de la comunicación empática,

La Comunicación Empática

Es mi experiencia, que en la consulta acontecen lo que llamaría momentos empáticos, que son aquellos en los cuales se destaca de un modo más ostensible este fenómeno, admitiendo que esto sucede en un clima empático como fondo permanente.

Es difícil entender, por lo que antes decía que es esta concepción de la empatía, que en estos momentos no suceda alguna forma de comunicación, sea esta verbal, o gestual, o a través de una mirada, o corporal, o algún otro modo menos convencional de comunicación, pero que en esencia revela el carácter de mutua emisión y mutua recepción que funda el acontecimiento empático.

A mi entender, cualquier procedimiento que tienda a incrementar la capacidad de transmisión de la comprensión empática por parte del terapeuta o consultor, contribuye a una riqueza expresiva que redunde en beneficio de esa relación de ayuda. En mi práctica clínica, fui incorporando otros recursos expresivos como modo de enriquecerla: el psicodrama, la expresión corporal, la eufonía y el uso del lenguaje figurado o metafórico como respuesta reflejo. Querría transcribir un fragmento de un trabajo realizado ya hace muchos años, en el que me refiero en particular a este último modo de expresión en relación a la terapia.

"Pensamos que la tarea del terapeuta debe ser en cierto sentido poetizar, es decir, describir la naturaleza del discurso en su naturalidad, en su inefabilidad, y posibilitar de esta manera que el discurso continúe en el camino hacia la cuestión fundante.

Tanto el poeta como el terapeuta están cumpliendo con un llamado, obedecen a una vocación. En tanto este llamado lo demanda, hay un tiempo y un espacio compartido, y lo que se trata está totalmente a la vista. Así como el poeta

está preparado para escuchar el murmullo de las cosas y en su palabra se instaura la resonancia de lo existente, así en psicoterapia ponerle nombre al murmullo de la hoexistencia es instaurar su resonancia en el discurso.

Por poetizar no entendemos sólo el manejo del lenguaje figurado con cierta riqueza estética, se trata de asistir rigurosamente a la descripción comprometida de las cuestiones que nos ocupan, que, en el caso del terapeuta se refieren a las cuestiones presentes en el discurso del paciente o del grupo.

Pero aquí nos estamos refiriendo además a una cierta facultad de captación totalizante del fenómeno, como multívoco, complejo e irreductible. Si bien esta facultad se centra por supuesto en el bagaje conceptual, teórico y técnico del terapeuta, no es su razón suficiente. No basta conocer gramática, retórica, métrica, y versificación para ser poeta. Es necesario saber cómo y qué decir. Así como es valioso un poema cuando ya naturaleza puede sentirse reconocida en él, así el paciente debería reconocerse en el discurso del terapeuta".

A modo de síntesis, diría que empatía es poner entre paréntesis, en el sentido en que lo propone la fenomenología, el conocimiento de todos los "idiomas" que nos enseña la cultura y avanzaren la procura de aquel idioma original, el de la experiencia orgánica, que todos poseemos por el mero hecho de haber sido niños alguna vez. Aquello que nos permita asombrarnos cuando recibimos de un niño la comprensión más perfecta de nuestro estado emocional sin que medie más información que su pura presencia. La empatía es entonces para mí una forma de ejercicio de la alteridad.

Tal vez éste sea ese lenguaje primitivo en el cual todos nos entendíamos, del que nos habla La Biblia, y que nos permitía en la medida que lo recuperemos "construir ciudades y torres para llegar al cielo".

El Focusing

Una Experiencia Personal

Por la Counselor Elena frena

Mi primer contacto con "Focusing" fue en agosto de 1960, en Brasil, durante la inolvidable experiencia de participar en el IV Foro Internacional del E.C.P. Ann Weiser, una americana discipula del Dr. Eugene T. Gendlin, presentaba allí este taller al cual asistí desconociendo por completo su contenido. Durante el transcurso del mismo, por primera vez en muchos años, pude comprender el lenguaje del cuerpo, percibir la sabiduría de su contenido y lograr aceptar empáticamente sus mensajes. En pocos minutos pude darme cuenta, visceralmente, de lo que mi cuerpo a gritos, en sus diversas formas de manifestarse, estaba intentando decirme... Entender que nadie más que yo conocía orgánicamente todas mis respuestas,

A partir de entonces me mantuve siempre en contacto con Ann, hasta que recibí su invitación a asistir como Counselor (asesora psicológica) a dos seminarios intensivos de "Focusing" a realizarse en el "Omega Institute for Holistic Studies". Verdadero modelo de centro educativo que en los últimos años viene ofreciendo más de 200 talleres, seminarios y conferencias, con la asistencia aproximada de 8000 personas por verano. Su objetivo es facilitar el crecimiento personal y profesional de los participantes, con la asistencia y guía de algunos de los más renombrados profesores y pensadores de nuestro tiempo.

A tres horas de la ciudad de Nueva York, en un marco empapado de naturaleza, olor a pino y frutillas, cabañas de madera, sinfonías de pájaros, bosques y girasoles, inundada de encuentros y nuevas experiencias, comenzó mi aprendizaje de Focusing. A través del mismo pude sentir al "Enfoque Centrado en la Persona" en su máxima expresión y pureza, vivenciar cada día el alcance casi infinito de su simplicidad.

Posiblemente me sea más fácil explicar qué es Focusing, remitiéndome a sus orígenes. A fines de la década del sesenta, descubren a través de la investigación y el análisis de miles de sesiones terapéuticas grabadas, que los clientes o pacientes que concluían con éxito su procesoterapéutico tenían una percepción interna, un darse cuenta orgánico, una peculiar sensación corporal. Era un "felt sense" (sensación sentida) acerca de sus problemas. Cuando su discurso provenía de esa sensación (felt sense) y se remitía a ella reiteradamente, era cuando se producían cambios reales y significativos en sus vidas. A partir de esta investigación, Eugene Gendlin idea esta simple, flexible y

enseñable técnica llamada: "Focusing".

Focusing es una visión optimista del hombre, no concibe al ser humano como una estructura fija cuya forma puede ser analizada. Concibe a la persona como un proceso en continuo cambio y crecimiento. Los problemas o conflictos son aquellas partes del proceso que han sido interrumpidas, su objetivo es destrabarlas y permitir así que éste continúe su movimiento natural, su fluir. Focusing es al mismo tiempo un recurso rico, complejo y sorprendentemente simple. Es mental y kinestésico, misterioso en su capacidad de permitir el surgimiento de nuestra sabiduría oculta; holístico con respecto al "felt sense" (sensación sentida), acerca de un problema, conflicto o situación, tal cual lo vivimos. Es un método efectivo en sí mismo y extremadamente valioso para ser utilizado en distintos enfoques terapéuticos,

Ann Wiser lo define como un proceso natural interno con el cual todos nacemos. Al enseñarlo, lo que hace es ayudarnos a redescubrirlo y poder reencontrarnos con el lenguaje y sabiduría de nuestro cuerpo.

El proceso de "Focusing", que consta básicamente de movimientos, trata de hacer conscientes esas sensaciones corporales llamadas por el Dr. Gendlin "felt senses", terminología inventada por él, ya que nuestro lenguaje no contiene palabras para describirlas, su traducción literal al español sería: "sensaciones sentidas".

La "sensación sentida" no es una experiencia mental sino física, que luego es simbolizada a través de palabras, gestos, sonidos o imágenes. Es la reacción holística de todo nuestro organismo ante algo que está sucediendo en nuestra vida. No es una emoción, pero puede contenerla. Una emoción es clara y fácil de describir, ej.: ira, miedo, amor, etc. Una "sensación sentida" es más compleja y casi siempre poco clara, tiene la cualidad de un "algo más." Tiene un "darse cuenta" propio, deseos, sentimientos, estados anímicos, historias... esencialmente es como si tuviera vida propia. El "tengo miedo" se transforma en: "Le pregunto a ese lugar de miedo, de qué tiene tanto miedo". Esta diferenciación entre la persona y el "felt sense" permite el movimiento y el cambio. Evita la identificación: "ser todo miedo", o la disociación: "no tengo miedo"; lo que realmente hay es un aspecto de mí que tiene miedo. A través del proceso de focusing puede establecerse una relación interior con ese miedo.

Personalmente me aclara este concepto un trabajo de Gendlin llamado *The Client's Client* ("El Cliente del Cliente) en el cual describe como en focusing aprendemos a utilizar las actitudes rogerianas de empatía, aceptación positiva incondicional y congruencia con nuestra propia experiencia interior, nuestro "cliente interno". El localizador es la persona que se auto focaliza, o sea, quien atiende a su propio proceso; quien acompaña a esa persona es llamado "listener" (persona que escucha), guía o facilitador, y se centra en la persona y su proceso.

Generalmente estas "sensaciones sentidas" se localizan específicamente en la zona central de nuestro cuerpo que comprende cuello, pecho, estómago y abdomen, aunque también puede localizarse en otras partes. No existe ninguna forma de fundamentar este fenómeno, tan sólo la experiencia da cuenta del mismo.

Lo que Gendlin llama "body shift", el cambio o viraje corporal del Jeltsense" (sensación sentida), es el corazón de este proceso y de su característica más sorprendente cuando

se ha logrado focalizarse en él correctamente. Se puede sentir este cambio ocurriendo en nuestro cuerpo durante el proceso de focalizar. Es una sensación física bien definida de algo en movimiento e invariablemente placentera. Un nudo o tensión en la garganta puede transformarse en la "sensación-imagen" de un espacio libre y relajado, una opresión en el pecho, puede convertirse en una mañana de sol serena. Siempre de alguna manera es una sensación física.

Estos "body shifts", virajes o movimientos corporales, acerca de diferentes problemas, conflictos o situaciones vitales a través del tiempo, son los agentes facilitadores del cambio, la transformación y el crecimiento de la persona.

Cada sesión de focusing concluye con el agradecimiento a nuestro cuerpo por la posibilidad de lo experimentado.

Soy consciente de lo difícil que es transmitir, tan sólo con palabras este modo de ayudar a las personas, como siempre, es necesaria la experiencia.

Avisos

Colaboración para ja Revista

La Comisión de Publicaciones, desea informar a los socios de la asociación que toda colaboración es de gran interés. La revista se nutre de las inquietudes y necesidades de los socios, por tanto, su participación activa es indispensable.

Para envío de los trabajos solicitamos sean atendidas las siguientes pautas:

- * Dactilografiado a doble espacio
- * Máximo cuatro carillas tamaño carta
- * Notas y citas bibliográficas en hoja aparte
- * Curriculum

Para mayor información comunicarse con Amparo Salaverria; Tel 772-9627

Importante: La Comisión de Publicaciones se reserva el derecho de selección de los trabajos y su orden de publicación

Para la revista No. 4, el plazo de presentación del material es el 31 de Agosto de 1994.

Concurso

Buscamos el logotipo que mejor represente el espíritu de la asociación. Invitamos a todas las personas creativas a participar. El ganador se decidirá por mayoría de votos y obtendrá un premio sorpresa.

Dirigirse a:

Judith Horvat
11 de Septiembre 1760 - 7F
1426 Capital

Tel. y Fax N° 782-7069

Recordamos que el buzón de comunicación que se encuentra en la secretaría de Holos es para facilitar la comunicación entre los estudiantes de Counseling y la Comisión Directiva de la asociación.

Se comunica **que** a partir de este número se **abre** la sección **CORREO DE LECTORES**.

De la Asociación

Presentamos con orgullo la nueva revista de A.D. C.A. fruto de mucho trabajo y sacrificio de ¡a comisión de publicaciones integrada por las creativas, infatigables y entusiastas Amparo y María

Nuestras intenciones son ampliarlas perspectivas con artículos de profesionales de renombre, a quienes agradecemos sus colaboraciones desinteresadas. Esperamos que estas páginas sirvan el propósito de comunicación entre counselors, estudiantes de la carrera y todos aquellos que de una u otra manera tratan de promover la salud mental en el marco de la psicología humanística. Queremos además informar sobre ¡os caminos que recorreremos con las dificultades, retrocesos y frustraciones propias de una profesión nueva y casi desconocida en nuestro país. Encontrarán aquí escritos decounselors yestudiantes para mostrar como cada uno siente, piensa, expresa y vive nuestra profesión, como todos nos enriquecemos con el intercambio de ideas que esta revista desea facilitar.

Por mi parte hago una pequeña reseña de las actividades que desarrollamos para demostrar que si bien la lucha es dura; es posible. Hay cada vez más y mas lugares donde el counseling es conocido y reconocido.

Aprovecho la oportunidad para informarles de lugares donde el hacer de los counselors es una profesión conocida y reconocida. Dos compañeras están trabajando actualmente en bs Hospitales Borda y Moyano. Una coordinando un grupo de acompañantes terapéuticos, la otra un taller de terapia laboral. Varios counselors más se incorporaron a un plan de la municipalidad para la lucha contra la violencia en colegios y escuelas. Arman talleres para docentes y niños generando la manera de enseñar, aprender y practicar una mejor convivencia y solidaridad. Otros atienden individualmente en sus consultorios y algunos se han sumado a las filas de los docentes en Holos.

Dos de nosotras, trabajamos en el Hospital Alvarez. Por solicitud de la jefa del área programática del mismo hospital hemos dictado un cursillo de dinámica grupal a seis médicos, quienes a su vez trabajan en prevención en institutos de enseñanza del barrio. Además coordinamos allí mismo un grupo pera separados y/o solitarios, y otro para mayores de 45 años.

Estamos ejerciendo y divulgando nuestra profesión en lo educacional, en hospitales, en organizaciones y en forma privada con éxito. Estamos abriendo senderos no sólo para nosotros los que ya estamos practicando, sino para todos los estudiantes que comienzan o que están en vías de formación.

En esta sección encontrarán información sobre matriculación. Creo que es importante mostrar nuestro frente unido al mundo profesional por medio de una asociación fuerte y seria. La matriculación es la forma de estar unidos, de dar y recibir, aquí y ahora.

¡Los esperamos!

Judit Horvat
Presidenta de la Asociación de Counselors

Programa de Actividades

Reunión General de Socios

Invitamos a un espacio abierto para intercambiar experiencias, recibir sugerencias, formar comisiones de trabajo y para conocernos. Las reuniones serán los primeros miércoles de cada mes. Primera reunión:

Día: 1 de junio

Hora: 19:30 hs.

Lugar: Holos
Sala Carl Rogers
Córdoba 4448 Capital Federal

Se realizarán charlas por invitados especiales y funciones cine / debate, lugar y fecha por determinarse.

Sección Eventos

Ética y Psicoanálisis

Conferencia dada por el Dr. Octavio Fernández Mouján
el 10 de noviembre próximo pasado en la sede
de Holos invitado por nuestra asociación

Por María Lancman de Gelassen Psicólogo Social

El Dr. Fernández Mouján, ampliamente conocido y respetado por su tarea profesional, lo es también por su personalidad siempre abierta a nuevos conocimientos y su continua búsqueda de mayor comprensión empática en todo lo referente al ser humano.

Como médico psiquiatra y psicoanalista; como profesor en la universidad; como fundador y director del Centro Oro; como escritor y conferenciante, pone siempre el énfasis en cómo todos los que estamos trabajando para la salud debemos sentir, pensar y saber al hombre como un ser que siente, ama y sufre... y no como a un objeto predeterminado por su historia. Parafraseando a Erik Erickson, decimos que: "Forzar a las personas vivientes a desempeñar el papel de marionetas es un peligro que no se traduce en beneficio ni de la terapia ni de la teoría".

Según el diccionario de la Real Academia: ética significa "ciencia de la moral", trata de las costumbres y de la moralidad de los diversos pueblos. Moral significa "ciencia que trata del bien en general y de las acciones humanas en orden a su bondad o malicia". En la definición de moral entra la idea de la obligación y el deber.

A continuación trataré de transcribir el mensaje que el Dr. Fernández Mouján nos dijo a través de sus palabras.

"Para aplicar el concepto de la ética en psicoterapia, primero debemos saber en qué ambiente nos movemos. Si nuestra sociedad hoy plantea modos de existir donde se privilegia el 'tener' y su opresiva carga de ambiciones materiales, de deseos de 'poder' sobre el 'ser' que postula vitalmente el amor, el placer y la comunión; entonces el hombre padece un desajuste consigo mismo y con las cosas y sufre de una insatisfacción permanente.

"Solo cuando se pregunta ¿quien soy? ¿quiénes somos...se pregunta por su identidad como un sentimiento. Participar genera una nueva forma de recrear, sin determinismos, una fuerza propia para el diálogo. La ética es un campo de valores que nadie puede manosear. Hay momentos que no hay explicación... sólo la imagen. Este es el campo que debemos recuperar en la clínica. Hemos sobrevalorado el mundo y nuestras propias imágenes. Cuando rompemos con nuestros prejuicios y nos soltamos entramos en la ética. Lo desconocido es lo inquietante. Si algo define a la vida es la inquietud."

los demás es cuando nos calmamos por momentos, el sentido de la vida no tiene que ver con el "tener". abierto al sentimiento de unidad con los demás
'1. Cuando el respeto por uno coincide con el demás. Respetarse en su sentir, no sólo en su el pensar... Esto abre un espacio que no es sólo)... Cuando participamos, eso es la ética. Lo s es el olvido de la ética. Los seres parte de una identidad que compartimos es la cultura.

¿Por qué importa la ética? "Cuando nace un niño se genera un espacio nuevo, la vida que anhela superarse a través del hombre. La creatividad no es un hecho de artistas, es de la vida cotidiana. "Cuando la madre se aleja del bebé, lo deja ser. Se genera un espacio donde cada uno deja ser al otro. Hay que dejar que los chicos sientan su llanto, su tristeza. El "no ser" nos aleja de la ética. El bebé que puede "ser" crea un mundo propio, su propio ser.

"La ética no es moral (principios y normas para la convivencia). La ética es un espacio de valores, una autoridad que emerge del diálogo, del consenso, respeto por uno y los demás. Así surge una moral al servicio de la ética y no de nuestras necesidades. "Ante la verdad, la muerte, el dolor, no hay posesión. El amor no es poseerse, es desprenderse...

"El psicoanálisis es hijo de la física mecánica. Partió de un inconsciente determinado por pulsiones, fantasías, buscando objetos que lo satisfagan. Hay un determinismo biológico. Lacan lo cuestionó y elaboró el inconsciente en el lenguaje, o sea que estamos determinados por la lingüística. Ética en psicoanálisis es no buscar solamente aliviar. Hay que dejar ser. Se suspende el 'yo' para que aparezca el 'ser'. El verdadero 'self' se construye con nuestras miserias y nuestras grandezas. Tengo que asumirlo malo que hice, no olvidarlo y reconocer que tuve la grandeza para superarlo. El verdadero self está cuando participamos de todo, nos guste o no. Una cosa es estar enamorado y otra amarse. El amor viene después de los desencuentros. El amor es un valor, no un objeto de identificación. La moral no me permite ser infiel. La ética me dice: sé fiel porque quieres. La ética es un sentimiento participativo, no una mera interacción.

"Lo que planteamos es el rescate de la ética. El ideal no es tranquilizarnos, calmarnos. Es recuperar nuestro ser. Participar genera una nueva forma de recrear, sin determinismos, una fuerza propia para el diálogo. La ética es un campo de valores que nadie puede manosear. Hay momentos que no hay explicación... sólo la imagen. Este es el campo que debemos recuperar en la clínica. Hemos sobrevalorado el mundo y nuestras propias imágenes. Cuando rompemos con nuestros prejuicios y nos soltamos entramos en la ética. Lo desconocido es lo inquietante. Si algo define a la vida es la inquietud."

"SCMOS ÉTICOS PARA SER EN LIBERTAD"

COOLIDGE **S** **BRIDGE** **CO**

Carl Rogers

Carl Rogers nació en norteamérica en el seno de una familia numerosa en la que imperaban los principios éticos, religiosos y de trabajo. Tenía doce años cuando su familia se trasladó al campo en donde participó en la explotación de una granja. Fue así que empezó a interesarse en la agricultura científica que posteriormente estudiara en la Universidad de Wisconsin. De sus investigaciones y experimentaciones adquirió un profundo respeto por el método científico como el medio más adecuado para resolver problemas y adquirir nuevos conocimientos.

Después de contraer matrimonio con Melen Sillott, amiga de la infancia, la pareja se mudó a Nueva York. Rogers había abandonado la religión tradicionalista de su familia y adquirido interés en enfoques religiosos más modernos. Por ello empezó sus estudios en el Union Theological Seminar y donde se propiciaba la libertad de pensamiento y existía un respeto por todo esfuerzo de reflexión sincera, aún cuando tal esfuerzo apartara al individuo del camino de la fe. Al cabo de dos años Rogers había perdido interés en la religión y su interés por la psicología había aumentado.

Ingresó en el Teachers College de la Universidad de Columbia adquiriendo sus primeros conocimientos de psicología clínica provistos del enfoque profundamente humano de Ceta Hollinworth. Poco tiempo después comenzó a trabajar en el Institute for Child Guidance, una clínica psicopedagógica que acababa de fundarse. Sus dirigentes eran de orientación freudiana y existía un ambiente altamente especulativo que contrastaba con las concepciones estadísticas del Teachers College. En Rogers habría de germinarse el problema fundamental que daría lugar a sus futuras teorías. Posteriormente trabajó durante doce años en un instituto de orientación infantil llamado Society for Prevention of Cruelty to Children, en Rochester, en el Estado de Nueva York. Los profesionales allí reunidos tenían formación diversa y cuya orientación podría describirse como ecléctica. Los métodos de tratamiento se discutían basándose en la labor cotidiana con los niños, adolescentes y adultos que allí recurrían. Esas discusiones señalaron el comienzo de un esfuerzo por descubrir el orden inherente a la experiencia como terapeuta. Además se sumaron las concepciones terapéuticas de Otto Ronk y del grupo conocido como "Escuela de Filadelfia", añadiendo fuerza a la creencia de Rogers de que cada individuo posee los recursos personales para resolver sus propio problemas sin que sea necesario que este saber sea impuesto desde afuera.

De sus trabajo en Ohio State University y de la Universidad de Chicago emergen los pilares fundamentales de su pensamiento. El enfoque centrado en la persona (cliente) y de la psicoterapia no directiva. Pensamiento avalado por una amplia investigación que quedó formulado en una vasta obra literaria que se compone de 16 libros y más de doscientos artículos profesionales y de investigación científica. En la Universidad de Chicago también fundó el Counseling Center donde integró a estudiantes multidisciplinarios, es decir, provenientes de campos como la sociología, psicopedagogía, etc, en diversos programas de formación profesional.

Lo anteriormente dicho no quedaría completo sin mencionar lo que quizás fue la fuente que le dio el mayor estímulo a su pensamiento psicológico, sus clientes. De treinta años de experiencia clínica extrajo conclusiones acerca del significado de la terapia, de la dinámica de las relaciones ínter personales y de la estructura y funcionamiento de la personalidad.

El legado de Carl Rogers hizo posible la diseminación del Counseling y de la psicoterapia hasta entonces reservado a la psiquiatría tradicional y al psicoanálisis. Su difusión alcanzó campos hasta entonces carentes de los beneficios de las ciencias de la salud mental. En la educación, sus principios transformaron las aulas de norteamérica. Fue pionero en la aplicación de la comunicación efectiva en grupos de encuentro y foros internacionales. Fundó el Centro de Estudios de la Persona en la Jolla, California, donde estuvo vinculado profesionalmente hasta su muerte en 1987. Fue uno de los líderes de la psicología humanística, pero no buscó seguidores, su mensaje fue de libertad y creatividad en un compromiso humano y profesional

*Carl Rogers es reconocido mundial mente como uno de los grandes autores de la psicología del siglo XX**