

ANUARIO DE PSICOLOGÍA
Núm. 34 - 1986 (1)

EL STATUS CIENTÍFICO DE LA PSICOLOGÍA Y PSICOTERAPIA HUMANISTA

JOSÉ M^a GONDRA REZOLA
Departamento de Psicología
Universidad del País Vasco

José María Gondra Rezola
Departamento de Psicología
Universidad del País Vasco
Paseo de Zorroaga
20011 San Sebastián

Han pasado 25 años desde que, en 1960, Abraham Maslow, Carl Rogers, Rollo May, Gardner Murphy, James Bugental, René Dubos y Charlotte Bühler se reunieron en Old Saybrook, en el Estado americano de Connecticut, para unir sus fuerzas y fundar una revista destinada a la defensa de la Psicología Humanista. Un año después, en 1961, nació la Revista *Journal of Humanistic Psychology*, y al año siguiente, en 1962, se constituía la *Sociedad Americana de Psicología Humanista*. Con ello cobraba carta de naturaleza un nuevo movimiento psicológico, el de la Psicología Humanista.

Desde entonces la Psicología Humanista ha hecho sentir su presencia en el campo de la psicología moderna, no tanto en el de la psicología académica cuanto en el de la psicoterapia y el del compromiso social. Las psicoterapias humanísticas han jugado un papel importante en la psicoterapia actual, y las posiciones de los psicólogos humanistas norteamericanos en defensa de los derechos y libertades civiles —por no citar más que un ejemplo— han ejercido una benéfica influencia social, sobre todo en los Estados Unidos.

Estos 25 años de existencia son suficientes como para reflexionar sobre el pasado, presente y futuro de la Psicología Humanista. ¿Cuál ha sido su función en la psicología de los últimos años? ¿Cuál es la situación presente del movimiento humanista? ¿Cuáles son sus perspectivas de futuro?

Para responder a estas preguntas será preciso hacer una breve consideración histórica sobre las circunstancias en las que nació el movimiento humanístico, y sobre sus primeras intenciones y posterior evolución. La comprensión de las metas de los primeros psicólogos humanistas nos permitirá evaluar sus logros y sus limitaciones. Y esta evaluación crítica nos servirá para reflexionar sobre el papel de las terapias humanistas dentro del conjunto de la psicoterapia actual.

Los primeros psicólogos humanistas

Una de las características más salientes de los primeros promotores del movimiento de la Psicología Humanista es su *heterogeneidad* y diversidad de procedencia. Todos ellos procedían de campos muy diversos de la psicología y representaban posiciones teóricas muy distintas.

Así, por ejemplo, su principal impulsor, Abraham Maslow, había iniciado su carrera en el campo de la experimentación y de la psicología animal, y después de la segunda guerra mundial sus intereses se habían polarizado en el estudio de la motivación y de la personalidad. Carl Rogers y Rollo May procedían del campo de la psicoterapia, pero pertenecían a tradiciones distintas. Rogers había fundado a comienzos de los años 40 una nueva psico-

terapia, —la terapia no directiva— caracterizada por su énfasis en la individualidad y autonomía personal. Y, por aquella época, estaba reconsiderando su posición fenomenológica inicial, y tras una larga carrera dedicada a la investigación y a la práctica de la psicoterapia individual estaba derivando hacia las dinámicas de grupo y los problemas de la educación. Rollo May representaba al movimiento del análisis existencial, introducido por él en los Estados Unidos con la publicación del libro "Existencia" (May, Angel y Ellenberg, 1958). Junto a él había otros existencialistas importantes, tales por ejemplo como J. Bugental y C. Moustakas, por citar algunos.

Además había otros psicólogos relevantes, tales, por ejemplo, como G. Murphy, G. W. Allport y H. Murray que habían trabajado principalmente en el campo de la personalidad, y habían defendido posiciones personalistas mucho más eclécticas y menos deterministas que las de la psicología académica oficial. Tampoco debería ser olvidado Kurt Goldstein, neuropsiquiatra interesado por la personalidad que, a raíz de sus estudios sobre las lesiones cerebrales de los soldados heridos durante la primera guerra mundial, había propuesto una teoría organicista contraria al mecanicismo y al atomismo, y próxima a las posiciones de la Gestalt.

Por último, habría que mencionar a Charlotte Bühler, con una obra copiosa en el campo de la psicología evolutiva, a los psicólogos guestaltistas, a muchos psicoterapeutas disidentes del psicoanálisis, tales como E. Fromm, los Adlerianos, Rankianos, neofreudianos y postfreudianos etc. Todo ellos componen la lista propuesta por Maslow en el prefacio de su obra "Hacia una Psicología del Ser" (1962).

La intención de los primeros humanistas no era fundar una nueva escuela de psicología teórica, dada esta diversidad. Su propósito era introducir un nuevo espíritu, una nueva manera de hacer psicología que trascendiera las limitaciones del puro objetivismo y de esta forma llenara el vacío dejado por los dos grandes sistemas teóricos de la época: el conductismo y el psicoanálisis. Pero al presentarse como una *tercera fuerza* (Maslow, 1962) psicológica, es decir, como una alternativa a esos sistemas teóricos, e intentar una organización similar a las de las demás escuelas, es decir, fundar una revista y una asociación, de hecho actuaban de la misma manera que sus antagonistas.

A pesar de su heterogeneidad, los primeros humanistas coincidían al menos en una cosa: la insatisfacción profunda ante el estado de cosas imperante en la psicología de la época. La Psicología Humanista era un grito de protesta contra los excesos del conductismo y del psicoanálisis. Los humanistas criticaban al conductismo por su mecanicismo, que convertía al ser humano en un muñeco mecánico a merced de los estímulos ambientales, y por su reduccionismo, que imposibilitaba el estudio de lo más específicamente humano: la vivencia de la plena subjetividad. Al psicoanálisis le reprocharon su irracionalismo y su determinismo que convertían a la persona en una víctima de sus oscuras motivaciones inconscientes, y la dejaban anclada en el pasado.

Y en la base de esta insatisfacción con la despersonalización de la psicología, había un profundo malestar frente a una concepción específica de la ciencia, la *neopositivista*, que en su opinión, había sido incapaz de incluir

dentro de sus dominios a los valores más profundos de la persona humana.

Sin embargo, esta coincidencia y unanimidad no fue tan clara a la hora de la formulación positiva de un ideario psicológico común. Al igual que otros movimientos de protesta, los psicólogos humanistas insistieron mucho más en lo negativo que en lo positivo. Afirmaron su propia identidad combatiendo a sus rivales e insistiendo en lo que ellos no eran, en lugar de especificar sus propios rasgos o características positivas. De ahí que sea muy difícil encontrar en sus primeros escritos una definición clara y un programa concreto de psicología. Sus definiciones parecen declaraciones de intenciones, o lo que es lo mismo, formulaciones de deseos, tales como los de la defensa de los valores subjetivos, la libertad y la actualización.

Veamos, por ejemplo, algunas de las primeras definiciones. Según A. Sutich (1962) "La Psicología Humanista puede ser definida como la tercera rama principal del campo general de la psicología (las otras dos son la psicoanalítica y la conductista), y en cuanto tal, se ocupa primariamente de aquellas capacidades y potencialidades humanas que tienen poco o ningún sitio sistemático, ya sea en la teoría positivista o conductista, ya en la teoría psicoanalítica clásica: tales por ejemplo, como el amor, creatividad, *self*, crecimiento, organismo, gratificación básica de la necesidad, auto-actualización, valores superiores, ser, hacerse, espontaneidad, juego, humor, afectividad, naturalidad, calor, trascendencia del yo, objetividad, autonomía, responsabilidad, significado, juego limpio, experiencia trascendental, salud psicológica y conceptos afines".

Para C. Bühler (Bühler y Allen, 1972, pp. 1-2) la Psicología Humanista nació con los siguientes propósitos:

1. Hacer que los psicólogos centren su atención en las vivencias subjetivas de la persona, para así poner a la *experiencia* en el lugar privilegiado de fenómeno primordial para el estudio del ser humano.

2. Frente al pensamiento mecanicista y reduccionista, defender e insistir en las cualidades específicamente humanas, tales como la elección, creatividad, valoración y autorrealización.

3. Estudiar aquellos problemas que tengan verdadera relevancia para la vida humana y combatir a los que defienden la objetividad a toda costa a expensas de la subjetividad.

4. Un profundo interés por la dignidad y valor de la persona humana, así como por el desarrollo del potencial inherente a su condición humana.

Pero estos objetivos generales tan sugestivos no se concretaron en programas más concretos. De ahí que los primeros psicólogos humanistas no consiguieran presentar una verdadera alternativa psicológica a los grandes sistemas imperantes entonces. Les faltó una teoría psicológica específica y un método que articulara sus intuiciones. Los humanistas no tuvieron un método psicológico común. Unos, influidos por la metodología y el análisis existencial, recurrieron al método fenomenológico. Otros siguieron utilizando los métodos de sus psicologías de origen. Otros, como Rogers intentaron conciliar en vano al método objetivo con el estudio de la subjetividad humana.

Debido a esta ausencia de un programa y una metodología específica,

la Psicología Humanista se hallaba en desventaja con respecto a sus oponentes, y además corría el riesgo de convertirse en una psicología especulativa o filosófica. Y, de hecho, esto hizo muy difícil su aceptación por parte de la psicología científica.

Evolución de la Psicología Humanista

Como decíamos anteriormente, las buenas intenciones de los primeros humanistas no se vieron acompañadas de una concreción empírica, y la evolución ulterior del movimiento humanístico no logró cuajar en una psicología teórica capaz de competir con las demás. En el campo de la teoría, los humanistas no respondieron a las expectativas por ellos suscitadas. Ello fue debido a varias razones.

En primer lugar, los humanistas no sólo no fueron claros en la formulación de sus objetivos, sino que además su programa era algo contradictorio. Por una parte no querían presentarse como una Escuela de psicología, y por otra parte querían ser una alternativa a las demás escuelas. Si lo único que pretendían era impregnar un nuevo espíritu a la psicología, no tenía mucho sentido presentarse como la tercera *revolución psicológica*, en continuidad con las revoluciones conductista y psicoanalítica.

En segundo lugar, los humanistas mantuvieron una postura equívoca frente a la ciencia. Tal como fue concebido por Maslow y Rogers, el movimiento humanista no era anticientífico. Las críticas no iban dirigidas contra la ciencia en sí, sino contra un modelo específico de hacer ciencia, el modelo basado en el positivismo lógico. Ahora bien, al rechazar el lenguaje científico entonces imperante, y no sustituirlo por otro, los humanistas tuvieron que recurrir al lenguaje filosófico o literario, lo cual les llevó a una pérdida de rigor que favoreció algunos excesos subjetivistas. Este peligro fue denunciado muy pronto por algunos psicólogos humanistas. Por ejemplo, en 1964, en una charla a los miembros de la Asociación de Psicología Humanista, Carl Rogers (1965, p. 41) decía lo siguiente: "He de afrontar la posibilidad de que esta orientación no sea otra cosa que un grupo de protesta con un valor transitorio. Es cierto que está rindiendo un gran servicio al deplorar la esterilidad de una buena parte de la ciencia psicológica actual, al luchar contra la psicología del estímulo y respuesta, al oponerse al objetivismo... al protestar contra la idea del hombre como ser totalmente mecánico y combatir la idea de que el mundo es un reloj al que ya le ha sido dada cuerda y sigue su curso de un modo totalmente determinista. Estas protestas son necesarias. Formamos parte del cuerpo cada vez mayor de ciencias que consideran al ser humano como algo que trasciende los límites impuestos por esas ideas. Pero si lo único que hacemos es deplorar y resistir, entonces no seremos más que un grupo de protesta transitorio, que muy pronto se verá desbordado".

Rogers concluía su conferencia con una serie de preguntas: "¿Seremos capaces de desarrollar una filosofía y metodología de la ciencia capaces de darnos conocimientos bien verificados y, al mismo tiempo, reconocer el lugar de la subjetividad humana? No nos gusta el empirismo mecanicista, pero

¿qué pondremos en su lugar? Un misticismo existencial, en mi opinión, no será suficiente" (Rogers, 1965, p. 42).

El paso del tiempo confirmó los temores de Rogers. En efecto, en 1970, este peligro era más acentuado, como lo demuestran las siguientes palabras del mismo Carl Rogers: "La Sociedad Americana de Psicología Humanista convocó el año pasado a unas 25 personas para que pensarán en el futuro de la Psicología Humanista. Era una espléndida colección de personas... pero ¿qué fue lo que hicieron? Se reunieron por espacio de dos días y medio y escucharon las conferencias de unas 6 u 8 personas, miembros de la Sociedad. Esto demuestra una falta de imaginación que para mí es muy decepcionante en una corriente nueva. Creo que probablemente es Maslow el más visible y hablador de los humanistas. Su persona encarna un montón de cosas que al mismo tiempo me estimulan y preocupan. Muchas de sus ideas son intrigantes, y él está continuamente formulando nuevas ideas. Pero creo que no le preocupa mucho el establecer un puente de unión entre la Psicología Humanista y la ciencia. Ahora bien, si sólo nos contentamos con *hablar* prolijamente sobre psicología, me temo mucho que no conseguiremos nada significativo y que nuestros efectos no serán profundos. La ciencia es el lenguaje de nuestro tiempo. Tiene grandes ventajas pero también comporta grandes riesgos sociales. Tengo el sentimiento de que, si deseamos hacer una Psicología Humanista que sea completa, hemos de solucionar de alguna manera el problema de incluir al ser humano dentro de un modelo científico que sea capaz de comprenderlo". (Rogers y Hart, 1970, p. 524).

Otro psicólogo humanista muy distinto a Rogers, Aibert Ellis, expresaba en 1973 con términos mucho más gráficos los derroteros seguidos por algunos humanistas: "Muchos de sus seguidores se han metido precipitadamente en la astrología, magia, percepción extrasensorial, adivinación del futuro y otra serie de empresas acientíficas o anticientíficas en su frenética necesidad de 'extender los límites de la mente humana' y con ello han sumido nuevamente a la Psicología Humanista en la época del obscurantismo" (Ellis, 1973, p. 2).

Estas palabras reflejan una evolución en la que no han faltado sombras. Por no citar más que un ejemplo, los excesos cometidos por algunos partidarios del movimiento del Potencial Humano en los Estados Unidos han dañado la imagen de la Psicología Humanista. Por otra parte, el estandarte humanista ha cobijado dentro de sí a grupos minúsculos de pseudo-terapeutas que han saltado a las primeras páginas de los periódicos por sus actividades incontroladas. Aunque no representan a la mayoría de los psicólogos humanistas, sin embargo, ponen de relieve los peligros derivados del inicial apartamiento de la ciencia.

Por último, hay otra razón histórica más profunda por la que la Psicología Humanista no ha cuajado como sistema teórico. La Psicología Humanista nació en una época en la que se acentuaba el declive de los grandes sistemas teóricos. En efecto, el psicoanálisis estaba ya dividido en multitud de escuelas antagónicas, y la psicología conductista acentuaba su crisis (Leahey, 1982, pp. 486-488). La desaparición de Tolman y Hull en la década de los 50, y la crisis del positivismo lógico llevó al cuestionamiento de los fundamentos

epistemológicos positivistas (Yela, 1980) y a la dispersión dentro de las filas conductistas. Por consiguiente, el movimiento humanista llegaba un poco tarde, llegaba en una época en la que sus enemigos comenzaban a evolucionar hacia la moderna psicología cognitiva, y las grandes construcciones sistemáticas dejaban paso a la construcción de modelos mucho más limitados y menos ambiciosos.

Además, los fundadores del movimiento humanista fueron personas de edad madura que ya habían realizado sus principales aportaciones psicológicas antes de unirse al movimiento de la "tercera fuerza". Por eso, el movimiento humanista careció del ímpetu juvenil necesario para llevar adelante un programa innovador, y, después de la muerte de A. Maslow en 1970, no tuvo un líder eficaz que guiara sus destinos. A partir de ese momento las divisiones se hicieron más patentes y en 1971 muchos humanistas se pasaron a la División de Psicología Humanista de la Sociedad Americana de Psicología, consumando así la escisión del movimiento.

Esto no quiere decir que el movimiento humanístico careciera de justificación histórica ni que sus aportaciones fueran insignificantes, ni mucho menos. La psicología moderna debe mucho a los psicólogos humanistas. Entre otras razones porque fueron sus protestas las que pusieron de relieve las limitaciones epistemológicas del modelo científico de la psicología académica y contribuyeron a acelerar la crisis del conductismo. Los humanistas introdujeron una corriente de aire fresco al insistir en el valor incuestionable de la experiencia subjetiva individual y poner de relieve las posibilidades de la persona humana. En cierto modo, sus protestas prepararon el camino a la moderna psicología cognitiva. Y en el campo de la práctica clínica, su insistencia en la relación interpersonal y en los objetivos de la autorrealización y crecimiento personal, llevaron a que otras escuelas replanteasen sus objetivos terapéuticos últimos. En la práctica, muchas de sus metas, tales como las de la libertad, crecimiento y autonomía personal han sido asumidas por casi todas las escuelas terapéuticas, incluidas las conductuales.

El presente: las terapias humanistas

Pero esto nos lleva a la situación actual de la Psicología Humanista. Dejando a un lado sus aportaciones sistemáticas, que, como habrá podido verse, en la actualidad no son numerosas, nos vamos a fijar ahora en uno de los campos en donde el movimiento humanista ha sido más fructífero, el de la psicoterapia. En general, el movimiento humanístico ha seguido la misma suerte de casi todas las escuelas psicoterapéuticas: el fraccionamiento y atomización en multitud de tendencias rivales. Por ejemplo, bajo el epígrafe de humanistas podrían encontrarse enfoques tan dispares como el activo-directivo de A. Ellis y el no-directivo de los rogerianos. Y entre ambos habría que situar a los grupos de encuentro, entrenamiento de la sensibilidad, bioenergética, guesaltistas, análisis transaccional, psicósíntesis, terapias transpersonales, etc. Hay incluso también "conductistas humanistas" (Thoresen, 1973).

Como decíamos, el movimiento humanista ha seguido en este fraccionamiento la suerte de las demás psicoterapias. Porque una de las características más interesantes de la psicoterapia actual es la de la multiplicación de escuelas y de enfoques. En la actualidad, las listas de sistemas psicoterapéuticos van desde 130 (Parloff 1979) hasta 250 (Corsini, 1981). Y cada año aumenta el número.

En 1981, esta situación era descrita por Gardfield en los siguientes términos: "Aunque siempre han aparecido terapias nuevas de tiempo en tiempo, la variedad surgida en estos últimos años parece abrumadora... Hay varios aspectos que me han intrigado siempre. Uno es que todas las distintas terapias han proclamado su eficacia o incluso han dicho que son las más eficaces. Ninguna ha pretendido tener menos éxito que sus rivales. Otra característica interesante es que psicoterapias en apariencia diametralmente opuestas parecen conseguir resultados comparables... aunque la mayor parte de ellas no han sido evaluadas de una manera verdaderamente sistemática. Pero este hecho no ha desmoralizado a sus seguidores" (Gardfield, 1981, p. 178).

Esta proliferación de enfoques antagónicos y muchas veces contradictorios, cuya eficacia terapéutica es, más o menos, la misma (cfr. Frank, 1982; Garske y Lynn, 1985), no deja de ser paradójica y se presta a múltiples consideraciones. Ante ella son posibles dos reacciones. Una es encerrarse defensivamente dentro de los muros protectores de la propia escuela terapéutica y negarse a ver la rica realidad situada más allá de esas barreras. Es una actitud frecuente en algunos psicoterapeutas, en especial en aquellos pertenecientes a escuelas marginadas del mundo psicológico oficial, que, por un malentendido afán de supervivencia, rechazan toda alternativa que no sea la suya.

Pero no creemos que esta opción sea la más racional, ni tampoco la mayoritaria entre los modernos terapeutas. Porque uno de los efectos más saludables de esta crisis —que, en nuestra opinión es una crisis saludable de crecimiento— ha sido la apertura hacia los demás enfoques y técnicas terapéuticas. En efecto, cada vez son más numerosos los psicoterapeutas pertenecientes a todas las escuelas que, insatisfechos con esta situación, tienden hacia posiciones más abiertas y eclécticas. Esta tendencia se revela en el aumento creciente del *eclecticismo* entre los psicoterapeutas de nuestros días. Las encuestas realizadas entre los psicólogos clínicos norteamericanos son a este respecto significativas. Por ejemplo, en una de 1976, la cifra de eclécticos ascendía al 55% de los encuestados (Garfield y Kurtz, 1976). Esta cifra es muy significativa, sobre todo si se la compara con la de la escuela que más seguidores tenía, la psicoanalítica, que sólo contaba con un 19% de partidarios, incluyendo aquí a los miembros de distintas confesiones psicoanalíticas.

En 1978, un estudio realizado por Kelley daba un 58% de eclécticos (Kelley et al., 1978), y esta cifra se mantuvo en otro trabajo posterior realizado por Smith (1982), en donde el porcentaje de eclécticos quedaba reducido al 41,20% debido a que la encuesta incluía a otras alternativas (la cognitivo-conductual, terapias familiares, etc.) que en realidad eran eclécticas.

Estas cifras son muy significativas. Reflejan la actual desconfianza hacia los propios enfoques teóricos, como ha señalado Goldfried en un artículo sugestivo (Goldfried, 1980). Una buena parte de los terapeutas no cree que ninguna de las teorías actualmente existentes pueda agotar la riqueza y complejidad del comportamiento humano. Y esta insatisfacción ha dado origen a un interesante movimiento de acercamiento entre las distintas posturas. Ya no se trata de discutir los principios filosóficos básicos, como ocurría hace unas décadas, y de lo cual dan buena cuenta los debates entre Rogers y Skinner (Rogers y Skinner, 1956), en los que era imposible el acuerdo. Ahora los psicoanalistas, conductistas y humanistas han flexibilizado sus posiciones y comienzan a buscar estrategias comunes (cfr. Goldfried, 1980, 1982) que permitan acuerdos básicos y pongan un poco de orden en el campo de la terapia.

Creemos que esta es la dirección más interesante de la psicoterapia actual, y de ella hay buenas pruebas que ahora no sería posible tratar en profundidad. Baste con señalar los muchos esfuerzos tendentes a resaltar los puntos comunes entre los representantes más eminentes de los distintos enfoques (cfr. por ejemplo, Kahn, 1985; Krasner, 1978), la invasión de textos modernos defensores del eclecticismo (Brammer y Shostrum, 1982; Hart, 1983; Ivey, 1983; Lynn y Garske, 1985; Prochaska, 1984, etc.); y el actual interés por la investigación de los elementos comunes a todas las psicoterapias (Berman et al., 1985; Sloane et al., 1975; Smith et al., 1980).

Y es en esta línea donde la Psicología Humanista debe situarse, como de hecho lo está haciendo. En sus comienzos, el movimiento humanista no fue excluyente. Por ejemplo, el programa propuesto por Maslow era un programa integrador. "Muchas personas —decía Maslow— insisten en que hay que ser o pro- o anti-freudiano, pro-psicología científica o anti-psicología científica, etc. En mi opinión, tales posiciones de lealtad son estúpidas. Nuestra tarea es integrar a todas estas distintas verdades dentro de la verdad total, la cual debería ser nuestra lealtad" (Maslow, 1962, p. ii).

Pero esta amplitud de miras quizá sea más evidente en Carl Rogers, que fue uno de los primeros en alumbrar esta dirección de la psicoterapia actual. Su diagnóstico del año 1961 no deja de tener actualidad. Ante una reunión de psicoterapeutas, Rogers, tras indicar el caos imperante ya entonces en la psicoterapia, añadía: "Creo que la actual diversidad existente en el pensamiento y práctica terapéutica quiere decir que hemos superado la era de los sistemas, de las escuelas de pensamiento, del dogma. Las instituciones y organizaciones que inculquen a los terapeutas en un sólo punto de vista, son puros anacronismos en la situación actual. No digo esto a la ligera. Creo que los Institutos Psicoanalíticos, de la tendencia que sea —con este tipo especial de formación cültica que dan a sus miembros—, están en vías de desaparición. Exactamente lo mismo diría de aquellos Departamentos Universitarios en donde sólo se enseña a los estudiantes la terapia centrada en el cliente..." (Rogers, 1963, p. 13). De ahí que Rogers, vencido por el peso de la evidencia clínica y desengañado de sus propias técnicas no directivas, dedicara los últimos años de terapeuta a la búsqueda de las condiciones esenciales a todas las terapias, e insistiera en las cualidades personales de la

empatía, autenticidad y aceptación incondicional que, por definición, han de darse en todas las terapias.

A este respecto, y dicho sea de paso, su trayectoria fue similar a la de otro autor conductista, R. Lazarus, quien tras varios años de colaboración con J. Wolpe ha derivado hacia una terapia "multimodal". Su testimonio no deja de ser interesante: "Me opongo al avance del psicoanálisis, me opongo al avance de la terapia guesáltica, de la terapia existencial, de la terapia de la conducta o de cualquier otra escuela de pensamiento. Me gustaría ver progresar al conocimiento psicológico, a la comprensión de la interacción humana, al alivio del sufrimiento y al conocimiento del cómo de la intervención terapéutica" (Lazarus, 1977, p. 553).

Los modernos humanistas embarcados en la actualidad en la promoción del diálogo y en la construcción de un marco conceptual amplio capaz de integrar a todos los enfoques son tan numerosos que no es posible hacerles justicia en estas pocas líneas (cfr. Goldfried, 1982). Por esta razón vamos a contentarnos con señalar algunos ejemplos.

En primer lugar, habría que mencionar al malogrado S. Jourard. Procede del campo existencialista, promovió el diálogo con el conductismo (cfr. Wandersman et al., 1976), y construyó unos cuestionarios para medir la automanifestación que han permitido el estudio empírico de esta característica personal.

Hay otro grupo de autores muy próximos a la posición humanista, tales como J. Frank, S. Strong, I. Janis etc. que, procedentes del campo de la psicología social, han insistido en la comunalidad de todas las terapias, han impulsado la investigación y han construido modelos operativos muy interesantes (Gondra, en prensa). Todos ellos conciben a la psicoterapia como un proceso de influencia personal.

En tercer lugar habría que mencionar a otros humanistas de la tendencia más o menos rogeriana. Por ejemplo, a Carkhuff, cuyo modelo de tecnología humanística intenta integrar a las técnicas de modificación de conducta y está basado en una sólida investigación (Carkhuff y Anthony, 1979); y a G. Egan, que no duda en concebir al proceso terapéutico como un proceso de resolución de problemas (Egan, 1982).

Todos estos humanistas, y otros muchos que podríamos haber mencionado, marchan muy próximos a los modernos modificadores cognitivos de la conducta, que son los que en el campo conductista representan mejor a esta corriente integradora (Mahoney, 1977).

Consideraciones finales

Como podrá observarse, la Psicología Humanista sigue viva y en primera línea dentro de la psicoterapia actual. A pesar de las sombras, sus 25 años de existencia representan un balance positivo y permiten abrigar esperanzas para el futuro.

En el campo sistemático, la situación es bastante distinta a la de los años 60. Las posiciones dogmáticas de los grandes sistemas psicológicos han

sufrido una gran crisis y ya no tiene tanto sentido la protesta contra la deshumanización de la psicología. Ahora se trata de construir, de superar los esquemas rígidos e intentar construir entre todos las bases de una psicología que dé cabida a los grandes enigmas de la existencia y de la conducta humana. Esta psicología que, probablemente, ha asumido muchas de las aspiraciones de los humanistas, necesita del concurso de todos. De ahí que probablemente cometeríamos un anacronismo histórico si nos encerráramos en un nuevo "ismo", en una Psicología Humanista concebida como la panacea de todos nuestros problemas.

Y en el campo concreto de la psicoterapia, que es en donde la Psicología Humanista ha prosperado más, es preciso detenerse a reflexionar. Las contribuciones de las terapias humanistas han sido muy importantes. Ellas nos han dejado un profundo respeto al valor y dignidad del paciente, concebido como persona y no como objeto manipulable. Los humanistas han insistido en la presencia personal del psicoterapeuta, en la atención a la totalidad de la persona y, en especial, a su rico mundo emocional, y han recogido los anhelos de una cultura que desea un mundo más humano. Esta es una herencia a la cual las terapias humanistas no pueden renunciar.

Pero las terapias humanistas tampoco pueden quedarse ancladas en el pasado y quedar al margen de los acontecimientos que están sucediéndose en el campo de la psicoterapia. Es preciso dejar las actitudes sectarias y colaborar en la resolución de los grandes problemas planteados por la crisis actual. Es preciso abrirse a todas las corrientes, y sin renunciar a la propia identidad, colaborar activamente en la búsqueda común. Los retos son numerosos.

En primer lugar está el problema de la *investigación de los resultados* de la psicoterapia. La sociedad moderna está exigiendo una demostración de la eficacia práctica de los tratamientos, dados los abusos ocasionales y las discusiones entre las escuelas. Y esta demostración es impensable sin una rigurosa investigación científica con todas las garantías de objetividad. De ahí la necesidad de colaborar con las demás escuelas en programas de investigación objetivos.

En segundo lugar, y relacionado con lo anterior, nos encontramos con el problema de ordenar el caos de escuelas y encontrar los elementos comunes a todas ellas. No se trata de un mero eclecticismo técnico, sino de una revisión profunda de los fundamentos de la psicoterapia que permita comprender el hecho terapéutico y clasificar a las distintas terapias.

En tercer lugar, es importante abordar el problema de la especificidad de los tratamientos, porque es evidente que no todos son igualmente eficaces en todos los casos. Aquí entraría el problema de las técnicas específicas y su asimilación dentro de las estrategias comunes.

Para resolver estos problemas, y otros que puedan surgir, es necesaria la colaboración de todos. Y en esta tarea la Psicología Humanista puede jugar un gran papel. Su herencia de pluralismo, respeto y tolerancia le sitúa en una posición excelente para participar en el diálogo y servir de catalizador.

Por otra parte, sus realizaciones dan pie al optimismo. Como acabamos

de ver, son muchos los humanistas que en la actualidad están en primera línea, tanto en la promoción de la convergencia como en la investigación científica, la mejor garantía del rigor y la eficacia. Marchando en esta dirección, los humanistas, unidos a los demás psicoterapeutas, conseguirán alumbrar las líneas por donde marchará la psicoterapia del futuro. Una psicoterapia, estamos seguros, que no será 'humanista', pero sí mucho más humana, rigurosa y eficaz.

RESUMEN

El balance que puede hacerse de las aportaciones de la Psicología Humanista en general es positivo, en cuanto ha contribuido a ampliar las perspectivas y a superar las barreras de los rígidos sistemas psicológicos y psicoterapéuticos.

Sin embargo, la situación actual de la Psicología es bastante distinta a la de los años 60. Las posiciones dogmáticas han sufrido una gran crisis y ya no tiene sentido la protesta contra la deshumanización de la Psicología, protagonizada originariamente por el movimiento humanista.

La principal aportación de la Psicología Humanista en nuestros días debe situarse en la confluencia con otras técnicas y enfoques terapéuticos, a fin de contribuir a una integración, fundamentación y evaluación de los elementos comunes a toda terapia, dejando de lado todos los ismos, incluido el propio del humanismo.

SUMMARY

It can be considered that the general results of the Humanistic Psychology contributions are positive. It has enlarged the perspective and has gone over the barriers of the rigid psychological and psychotherapeutic systems.

However, the present-day status of Psychology is quite different to that of 60s. The dogmatic positions have gone through a crisis and it has no sense anymore the protest against the deshumanization of Psychology, mainly supported by the Humanistic Psychology.

The main contribution of the Humanistic Psychology in our days should be located in the confluency of other therapeutic techniques and approaches in order to integrate and evaluate the common elements of any therapeutic process, dropping off the -isms, including the one of the very same humanism.

RÉSUMÉ

Le bilan que l'on peut faire des apports de la Psychologie Humaniste est globalement positif pour sa contribution à élargir les perspectives et à dépasser les limites de systèmes psychologiques et psychotérapeutiques plus rigides.

Cependant, la situation actuelle de la Psychologie est sensiblement différente de celle des années 60. Les positions dogmatiques ont connu une grande crise et la critique contre les côtés peu humains de la Psychologie, initiée par le mouvement humaniste, n'ont maintenant plus de sens.

Le principal apport de la Psychologie Humaniste de nos jours se trouve dans la rencontre de différentes techniques et bases de réflexion thérapeutiques, ceci dans le but de contribuer à une intégration et évaluation des éléments communs à toute thérapie, de leurs fondements, en laissant de côté tous les "ismes", y compris celui de l'humanisme.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Berman, J. S., Miller, R. C. y Masman, P. J. (1985). Cognitive therapy vs. Systematic Desensitization: Is one Treatment Superior? *Psychol. Bulletin*, 97, 451-461.
- Brammer, L. y Shostrum, E. L. (1982). *Therapeutic Psychology: Fundamentals of Counseling and Psychotherapy*, Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Bühler, Ch. y Allen, M. (1972). *Introduction to Humanistic Psychology*, Monterey, Cal.: Brooks/Cole.
- Carkhuff, R. y Anthony, W. (1979). *The Skills of Helping*, Amherst, Mas.: Human Resources Development Press.
- Corsini, R. J. (Ed.) (1981). *Handbook of Innovative Psychotherapies*, New York: Wiley.
- Egan, G. (1982). *The Skilled Helper*, 2 ed., Monterey, Cal.: Brooks/Cole.
- Ellis, A. (1973). *A Humanistic Psychotherapy: the Rational-Emotive Approach*, New York: Julian Press.
- Frank, J. D. (1982). The Present Status of Outcome Research. En M. R. Goldfried (Ed.), *Converging Themes in Psychotherapy*, (pp. 281-290), New York: Springer.
- Garfield, S. L. (1981). Psychotherapy: a 40 Years Appraisal, *American Psychologist*, 36, 174-183.
- Garfield, S. L. y Kurtz, R. (1976). Clinical Psychologists in the 1970's, *American Psychologist*, 31, 1-9.
- Garske, J. P. y Lynn, S. J. (1985). Toward a General Scheme for Psychotherapy: Effectiveness, Common Factors and Integration. En S. J. Lynn y J. P. Garske (Eds.), *Contemporary Psychotherapies*, (pp. 497-516), Columbus, Ohio: Charles E. Merrill.
- Goldfried, M. R. (1980). Toward the Delineation of Therapeutic Change Principles, *American Psychologist*, 35, 991-999.
- Goldfried, M. R. (Ed.) (1982). *Converging Themes in Psychotherapy*, New York: Springer.
- Gondra, J. M. (en prensa). Aplicaciones de la Psicología Social a la Psicoterapia: el modelo de la Influencia Social. En J. F. Morales (Ed.), *Psicología Social Aplicada*, Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Hart, J. (1983). *Modern Eclectic Therapy*, New York: Plenum.
- Ivey, A. E. (1983). *Intentional Interviewing and Counseling*, Monterey, Cal.: Brooks/Cole.
- Kahn, E. (1985). Heinz Kohut and Carl Rogers: A Timely Comparison, *American Psychologist*, 40, 893-904.
- Kelley, E. L., Goldberg, L., Fiske D. y Kilkowski, J. (1978). A Follow-up Study of the graduate Students in Clinical Psychology assessed in the VA selection Research Project, *American Psychologist*, 33, 746-755.
- Krasner, L., (1978). The future and the past in the Behaviorism-Humanism Dialogue, *American Psychologist*, 33, 799-804.

- Lazarus, R. S. (1977). Has Behavior Therapy, outlived its usefulness? *American Psychologist*, 32, 550-554.
- Leahey, Th. (1982). *Historia de la Psicología*, Madrid: Debate.
- Lynn, S. J., Garske, J. P. (1985). *Contemporary Psychotherapies: Models and Methods*, Columbus, Ohio: Charles E. Merrill.
- Mahoney, M. J. (1977). Reflections on the Cognitive-Learning Trend in Psychotherapy. *American Psychologist*, 32, 5-13.
- Maslow, A. H. (1962). *Toward a Psychology of Being*, New York: Van Nostrand.
- May, R., Angel E. y Ellemberg, H. (Eds.) (1958). *Existence, a new Dimension in Psychiatry and Psychology*. New York: Basic.
- Parloff, M. B. (1979). Can Psychotherapy Research guide the Policy maker?, *American Psychologist*, 34, 296-306.
- Prochaska, J. O. (1984). *Systems of Psychotherapy: a Transtheoretical analysis*, 2 ed., Homewood, Il.: Dorsey.
- Rogers, C. R. (1963). Psychotherapy today. *American J. Of Psychotherapy*, 17, 5-16.
- Rogers, C. R. (1965). Some questions and challenges facing a humanistic Psychology. *J. Humanistic Psychology*, 5, 1-5.
- Rogers, C. R. y Hart, J. T. (1970). Looking back and ahead: a conversation with Carl Rogers. En J. T. Hart y T. M. Tomlinson (Eds.) *New Directions in Client-Centered Therapy*, (pp. 502-534), Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. y Skinner, B. F. (1956). Some Issues concerning the control of human behavior. *Science*, 124, 1,057-1,066.
- Sloane, R. B., Staples, F., Cristol, A., Yorkston, N. y Whipple, K. (1975). *Short-term analytically oriented Psychotherapy vs. Behavior Therapy*, Cambridge, Mas.: Harvard Univ. P.
- Smith, D. (1982). Trends in Counseling and Psychotherapy. *American Psychologist*, 37, 802-809.
- Smith, M. L., Glass, G. V. y Miller, I. (1980). *The Benefits of Psychotherapy*, Baltimore: Johns Hopkins Univ. Press.
- Sutich, A. (1962). American Association for Humanistic Psychology: Progress Report, Palo Alto, Cal., 1 nov. 1962, multicopiado. (cfr. también, *J. Humanistic Psychology*, 1961, 1, p. ix).
- Thoresen, C. E. (1973). Behavioral Humanism. En C. E. Thoresen (Ed.) *Behavior Modification in Education*, Chicago: Chicago Univ.
- Wandersman, A., Poppen, P. y Ricks, D. (Eds.) (1976). *Humanism and Behaviorism*, Oxford: Pergamon.
- Yela, M. (1980). La evolución del conductismo. *Análisis y Modificación de Conducta*, 6, 147-179.

