

# POR QUÉ Y PARA QUÉ SURGIÓ EL MOVIMIENTO DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

RAMÓN ROSAL CORTES

Doctor en Psicología

Co-director del Instituto Erich Fromm de Psicología Humanista

*Para poder comprender las circunstancias que contribuyeron al surgimiento de la Psicología Humanista, en este trabajo se destaca la aportación del creador de la Teoría General de los Sistemas, Lud wig von Bertalanffy, con sus advertencias críticas respecto a los enfoques psicológicos reduccionistas de los años 50, y a las señales del surgimiento de orientaciones holistas en sustitución de aquéllos.*

*A continuación, utilizando la teoría aristotélica de los cuatro tipos de causas-material, formal, eficiente y final- se ofrece una explicación de todos los factores que contribuyeron a que surgiera la Psicología Humanista, y los que formaron parte del común denominador de las múltiples corrientes que se integraron en este Movimiento social.*

## 1.INTRODUCCIÓN

### 1.1. Advertencias críticas presentadas por Ludwig von Bertalanffy

En un primer punto de esta introducción veo apropiado centrar la atención en las advertencias críticas que Bertalanffy -biólogo, filósofo de la ciencia e iniciador de la Teoría General de los Sistemas- dirigió en los años sesenta, en diversas ocasiones, a los representantes de las teorías psicológicas predominantes en aquellos años.

El concepto de "sistema" -con sus variantes de sistemas cerrados y sistemas abiertos- había sido elaborado por Bertalanffy, con anterioridad a los años cuarenta. Fue en 1937 cuando presentó por primera vez su idea sobre la Teoría General de los Sistemas en un seminario filosófico que tuvo lugar en la Universidad de Chicago. Dejó claro que su concepto de sistema tuvo antecesores en la historia de la filosofía, en especial en Nicolás de Cusa, Leibnitz y Vico.

No se decidió a publicar su teoría en aquel momento, dados los prejuicios generalizados contra la actividad teorizadora entre los biólogos de la época. Fue ya concluida la segunda guerra mundial cuando presentó las primeras publicaciones sobre el tema. Quedó sorprendido por el cambio de actitud que se había producido tras esos años de espera, como se constata al afirmar que:

*un buen puñado de científicos habían seguido líneas de pensamiento*

*parecidas. O sea que, al fin y al cabo, la teoría general de los sistemas no estaba tan aislada, ni era una idiosincrasia personal en el grado que yo había creído, sino que correspondía a una tendencia del pensamiento moderno (Bertalanffy, 1968/1976, p.93).*

Un ejemplo del interés suscitado hacia este paradigma en el ámbito de la psicología y de la psiquiatría puede ser el acontecimiento que se produjo en un simposio celebrado en Detroit, por la *American Psychiatric Association*, para la presentación de esta teoría: en una reunión de trabajo que ocupó una mañana entera, en una sala con cabida para 1.500 personas, varios centenares tuvieron que permanecer de pie por insuficiencia de asientos. Esto ocurría en el año 1967, menos de veinte años después de la primera publicación sobre el tema, por Bertalanffy, en la revista **Science**.

Nos preguntamos aquí sobre las causas que pueden explicar el contraste entre el interés suscitado por la TGS, en otros países, no sólo en los Estados Unidos donde fue presentada, en comparación con la muy escasa atención que se le ha concedido en nuestro país en el ámbito de la psicología y la psiquiatría, especialmente en las facultades universitarias, y en las publicaciones -tanto libros como revistas- pertenecientes a estas áreas el saber. No queremos silenciar nuestra sospecha de que ello pueda deberse al claro rechazo que Bertalanffy presenta, en muchas páginas de los lugares donde ofrece aplicaciones de la TGS en estas ciencias, a los modelos psicológicos conductista y psicoanalítico freudiano y a las no disimuladas simpatías que muestra hacia autores de la línea psicológico-humanista tales como Allport, Maslow, Goldstein y Charlotte Bühler. La acentuada uniformidad que ha caracterizado a la casi totalidad de nuestras Facultades de Psicología (o secciones de Psicología de las Facultades de Filosofía y Ciencias de la Educación), y las graves dificultades o casi imposibilidad de presentar tesis doctorales enmarcadas en cualquiera de los modelos terapéuticos humanistas, delatan una actitud a la que no pueden dejar de sorprender determinadas declaraciones de Bertalanffy, por muy internacional que sea el reconocimiento a su metateoría científica.

Refiriéndose al surgimiento de un nuevo modelo o imagen del ser humano, Bertalanffy

había afirmado:

*Se trata sin duda del común denominador de muchas corrientes, distintas por lo demás, tales como la psicología del desarrollo de Piaget y Werner, varias escuelas neofreudianas, la psicología del yo, el nuevo punto de vista sobre la percepción, la obra reciente sobre la cognición, las teorías de la personalidad tales como las de G. Allport y Maslow, nuevos enfoques en la psicología de la educación, la psicología existencial, etc.*

*Esto implica una orientación holista en psicología. Solía tenderse en general, a reducir los acontecimientos mentales y el comportamiento a un manajo de sensaciones, pulsiones, reacciones innatas y aprendidas, o cualesquiera elementos últimos fuesen presupuestos teóricamente. En contraste, el concepto de sistema procura poner al organismo psicofisiológico, como un todo, bajo la lente del examen científico.*

*Así, resulta necesario un nuevo modelo del hombre, y en verdad va surgiendo lentamente de tendencias recientes en psicología humanística y organísmica. El hincapié en el lado creador de los seres humanos, en la importancia de las diferencias individuales, en aspectos que no son utilitarios y están más allá de los valores biológicos de subsistencia y supervivencia; todo esto y más está implícito en el modelo del organismo activo. Estas nociones son fundamentales en la reorientación de la psicología que se está presentando hoy; de ahí el creciente interés que despierta la teoría general de los sistemas en psicología y especialmente en psiquiatría.*

*En contraste con el modelo del organismo reactivo expresado por el esquema de E-R -la conducta como satisfacción de necesidades, relajamiento de tensiones, restablecimiento del equilibrio homeostático, interpretaciones utilitarias y ambientalistas, etc.-, preferimos considerar el organismo psicofísico como un sistema primariamente activo. Creo que no hay otra manera de considerar las actividades humanas. Por mi parte, soy incapaz de ver, p.e., cómo las actividades culturales y creadoras de toda índole pueden considerarse "respuestas a estímulos", "satisfacción de necesidades biológicas" "restablecimiento de la homeostasia", y así por el estilo (Bertalanffy, 1968/1976, pp. 202s.).*

Ciertamente que también puede haber contribuido a ello la insuficiente capacidad de muchos psicólogos humanistas -más artistas que científicos de la terapia, y en algunos casos un tanto "aventureros", como es normal en los orígenes de todo movimiento social- para poder presentarla en un lenguaje que pudiera amortiguar la ansiedad que había de suscitar su pluralismo quizás algo caótico de modelos y procedimientos, no siempre adecuadamente representados, en un ámbito académico que todavía aspiraba en aquellos años a un paradigma único para la ciencia psicológica, y en no

pocos casos, incluso a un sistema psicoterapéutico único.

Centrándose en las explicaciones de la TGS en el ámbito de las ciencias del hombre, y en especial, la psicología y la psiquiatría Bertalanffy (véase 1968/1976, caps. VIII y IX principalmente) se refiere a la "revolución organísmica" ante un conjunto de concepciones psicológicas predominantes durante decenios en las que estaba implicado un "modelo de robot" (o de organismo meramente reactivo) para el comportamiento humano. Comparte la siguiente declaración de Murray (1962) al describir la imagen del ser humano en dichas concepciones.

*El hombre es una computadora, un animal, o un niño. Su destino está completamente determinado por genes, instintos, accidentes, condicionamientos y reforzamientos tempranos, fuerzas culturales y sociales [...] no se prevé nada para la creatividad, no se admiten márgenes de libertad para las decisiones voluntarias, ni hay ningún reconocimiento atinado del poder de los ideales, ninguna base para acciones desinteresadas, ningún fundamento en absoluto para la menor esperanza de que la raza humana pudiera salvarse de la fatalidad a la que hoy se enfrenta (Murray, 1962).*

En 1968, cuando Bertalanffy publica la obra introductoria de la TGS que tengo aquí presente, sigue preponderando a su juicio este modelo de robot a pesar de que las consecuencias de la segunda guerra mundial sobre los participantes en ella, aparte de las neurosis de combate, no produjeron la proliferación de trastornos neuróticos que se habían previsto desde un enfoque conductista, mientras que por el contrario, la posterior llegada de una sociedad de bienestar a países que habían estado implicados en aquélla, con la consiguiente reducción de tensiones y satisfacción de necesidades biológicas, llevó consigo un aumento espectacular de dichos trastornos y la manifestación de otros nuevos, como la neurosis existencial. Estos resultados según Bertalanffy, podrían implicar una invalidación de conceptos centrales de este modelo, como eran, entre otros:

- 1) La interpretación generalizada de la conducta humana a través del esquema Estímulo-Respuesta. Según ella todas las manifestaciones de la conducta humana quedan interpretadas en base a las teorías del aprendizaje por los condicionamientos clásico y operante y experiencias tempranas vividas en la infancia, según un proceso de causalidad lineal (no por interacciones de múltiples variables o causalidad circular,

como sostiene el enfoque sistémico).

- 2) La interpretación ambientalista, en concordancia con lo anterior, que explica causalmente todo lo referente a la personalidad y conducta humanas a partir de presiones o influencias externas, o factores ambientales.
- 3) El principio del equilibrio, que Freud denominaba "principio de la estabilidad" según el cual el equilibrio homeostático, la eliminación de tensiones, constituye una función básica del organismo humano.
- 4) El principio de economía, según el cual el comportamiento debe realizarse con el mínimo gasto de energía mental o vital, para facilitar la salud. Según Bertalanffy:

*El modelo de hombre como robot ha sido inherente a todos los campos de la psicología y la psicopatología, y a teorías y sistemas por lo demás diferentes o antagónicos: a la teoría de E-R del comportamiento, a la teoría cognoscitiva en lo que ha sido llamado el "dogma de la inmaculada percepción", a las teorías del aprendizaje -pavlovianas, skinnerianas, o con variables de por medio-, a diversas teorías de la personalidad, al conductismo, el psicoanálisis, los conceptos cibernéticos en neurofisiología y en psicología, y así sucesivamente (Bertalanffy, 1968/1976, p.200).*

A través de este modelo robot no hay posibilidad de ofrecer una explicación sobre ninguna forma de actividad humana artísticamente creativa o sobre buena parte de las obras -maestras o no- de la historia del arte y de la cultura en general. Tampoco encuentran explicación muchas manifestaciones de juego y de conducta exploratoria, también presentes en animales, aunque con características peculiares en los humanos. En medio de estas circunstancias van surgiendo muestras de inquietud y malestar por parte de representantes de diversas corrientes psicológicas a quienes les une, como denominador común, su rechazo de las interpretaciones que implican el modelo de hombre robot, o autómata reactivo, y su interpretación del ser humano como un sistema abierto y activo de personalidad, un sujeto creador de símbolos. En esta línea sitúa Bertalanffy a algunas escuelas neopsicoanalíticas, la psicología europea del desarrollo del niño (promovida por Piaget, Werner, y Charlotte Bühler), los nuevos puntos de vista sobre la percepción, las teorías de la autorrealización de Goldstein y Maslow, la terapia centrada en el cliente de Rogers, y actitudes fenomenológicas y existenciales. Los psicólogos vinculados al

movimiento de la Psicología Humanista están presentes en mayoría de estas corrientes.

He elegido a Bertalanffy, en atención al elevado reconocimiento que se le concedió desde la comunidad científica, tanto a su persona como a su obra, y en especial a su Teoría General de los Sistemas. Sus advertencias críticas a las teorías psicológicas de su época conllevan un malestar con el que coincidieron una serie de autores que constituyen los antecesores e iniciadores del Movimiento de la Psicología Humanista, en el que también estuvo implicado Bertalanffy. Estos autores, no sólo psicólogos, procedían de distintos modelos teóricos o psicoterapéuticos y de diferentes paradigmas, pero todos ellos consideraban inválidos aquellos modelos que implicasen en sus presupuestos concepciones del:

- a) Atomismo. Es decir, aquellos que sostienen que para conocer el sujeto humano es suficiente analizar y conocer sus partes componentes o elementos básicos.
- b) Reduccionismo. Es decir, aquellos modelos que reducen los procesos psicológicos a los fisiológicos -reduccionismo fisiológico-, teoría que defienden buena parte de los psiquiatras practicantes del modelo médico.

Considero conveniente llamar la atención sobre la presencia de otras formas de reduccionismo -en contraposición a la concepción holista del sujeto humano- como son de hecho el reduccionismo conductista -que reduce todos los tipos de trastorno psicológico o de la personalidad a trastornos "conducta" (en el sentido de conducta práxica en el que entendió Watson este término); el reduccionismo cognitivo -la explicación total de los problemas se basa únicamente en disfunciones de los procesos cognitivos; y reduccionismos emocionales, para quienes los trabajos catárticos u otras formas similares constituyen la panacea para el cambio terapéutico, ya que toda psicopatología la reducen únicamente a distorsiones de la experiencia emocional.

- c) Mecanicismo. Es decir, aquellos modelos que presuponen que curar a una persona humana es comparable a arreglar una máquina; sustituir una pieza o mecanismo estropeado por otro nuevo.
- d) Determinismo. Cuando se sostiene que la conducta humana depende totalmente de factores que no puede controlar, se trate de estímulos procedentes del ambiente exterior o de impulsos interiores de base fisiológica y presentes desde la infancia.

En resumen, se trata de un conjunto de características que, en diverso grado, han estado presentes en distintas corrientes psicológicas que no pudieron ser aceptadas por un conjunto de autores -entre

ellos Bertalanffy- que darían lugar al surgimiento del Movimiento de la Psicología Humanista, una de cuyas intenciones básicas puede considerarse, a mi juicio, su rechazo de cualquier teoría que implicase una imagen del ser humano como robot.

## 1.2. Los cuatro tipos de causas según Aristóteles, para explicar por qué surgió la Psicología Humanista

Otro punto sobre el que quiero llamar la atención, en estas consideraciones introductorias, hace referencia a las palabras "por qué y para qué" que aparecen en el título de esta conferencia y que indican que me refiero en ella a las causas del Movimiento de la Psicología Humanista.

Siempre he pensado que es un cierto tipo de simplificación o reduccionismo el hecho de que cuando se aborda científicamente -y con frecuencia también filosóficamente- la cuestión de las causas de un hecho, un fenómeno o un proceso -sea psicológico o sociológico o económico, etc.- casi siempre sólo se tiene en cuenta lo que Aristóteles, en su famosa clasificación de los cuatro tipos de causas, denominó la causa eficiente y la causa material. En cambio se descuida el abordaje de las causas formal y final. Esta limitación, a mi juicio, sólo puede conducir -en especial cuando se estudian hechos protagonizados por seres humanos- al empobrecimiento en la comprensión de lo que se estudia.

Por ello fue para mí causa de satisfacción (causa eficiente en este caso) el comprobar que el prestigioso psicólogo y científico Joseph F. Rychlack, que se declara vinculado a las líneas constructivista y humanista, autor de libros como *Introduction to personality and Psychotherapy. A theory-construction approach* (1988a) y *The psychology of rigorous humanism* (1988b), entre otros, decidiese recuperar plenamente la aportación aristotélica de las cuatro causas en su estudio comparativo de los principales enfoques psicoterapéuticos.

Con el apoyo, por lo tanto, del antecedente de un científico de autoridad como Rychlack puedo permitirme aquí con mayor libertad, para referirme a las causas del surgimiento de la psicología humanista, tener presente los cuatro tipos de causas. Para definir las en pocas palabras -lo cual siempre conlleva una simplificación- diré que según Aristóteles

- a) Causa material es aquella de la cual algo surge o mediante la cual llega a ser;
- b) Causa formal es la idea o paradigma. Es como la esencia en que "es antes de haber sido".
- c) Causa eficiente es el principio del cambio.
- d) Causa final es el fin, la realidad hacia la cual algo tiende a ser.

Estas cuatro causas de la Psicología Humanista constituyen los títulos de los cuatro siguientes apartados en los que estructuro esta exposición.

## **2. CAUSA MATERIAL: ¿A PARTIR DE QUÉ SITUACIÓN DE LAS TEORÍAS PSICOLÓGICAS SURGIÓ EL MOVIMIENTO DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA?**

El Movimiento de la Psicología Humanista surgió en los años cincuenta, en California, a partir de un grupo de psicólogos y psiquiatras y representantes de otras ciencias humanas, procedentes de diferentes corrientes o escuelas psicológicas, entre ellas la psicoanalítica y la conductista, sobre las cuales informo más adelante en el punto 4. Estos psicólogos y psiquiatras se sentían incómodos y se iban distanciando de algunos enfoques y actitudes compartidos por mayoría de los seguidores de tales escuelas y que coincidían en buena parte con las denunciadas por Bertalanffy, a las que nos hemos referido antes.

Entre dichos enfoques y actitudes puedo destacar:

- 2.1. **Centramiento excesivo -o a veces exclusivo- en la búsqueda y análisis de las unidades elementales del psiquismo humano (enfoque atomista)**, se trate de estímulos, impulsos, o cualesquiera otros, a los que ya me he referido antes citando a Bertalanffy y a Murray.
- 2.2. **Centramiento excesivo en investigaciones sobre las conductas humanas a través de las reacciones de ratas u otros animales en los experimentos de laboratorio (enfoque reduccionista)**. Falta de atención a los fenómenos de las conductas humana que no pueden profundizarse a través de los animales inferiores, p.e.: formas de amor humano, pensamiento y actividad creadora, capacidad valorativa, experiencias estéticas y religiosas, etc. No se trata de autores que menosprecien, en general, las aportaciones sobre los procesos psicofisiológicos humanos investigados a través de aquellos experimentos de laboratorio con animales. Lo que no estaban dispuestos a aceptar es el ir aplazando indefinidamente el estudio e investigaciones de las otras dimensiones más complejas del psiquismo humano, por el hecho de que los requisitos de una metodología científico natural, heredada de las ciencias naturales y concebida para el estudio de fenómenos físicos, químicos, y biológicos elementales, no estuviese en condiciones de encorsetar las riquezas y complejidades de las experiencias humanas superiores.



- 2.3. **Explicación de la conducta humana a partir exclusivamente de la influencia de los factores elementales indicados en 2.1. (Mecanicismo y determinismo).** La conducta humana consistía siempre, según estos enfoques, o en reacciones a partir de estímulos, siguiendo las leyes del condicionamiento clásico u operante (conductismo), o en la expresión o transformación de dos impulsos de base psicofisiológica (psicoanálisis). Tal como muchos autores destacaban el poder determinante de esos factores en toda trayectoria vital humana, daba la impresión de que se implicaba una imagen de hombre robot, y de que resultaba difícil admitir la posibilidad de decisiones lúcidas y libres, a no ser que se tratase de vidas humanas excepcionales y que habrían requerido largos años de un psicoanálisis o una psicoterapia profunda.
- 2.4. **Centramiento excesivo en el estudio de psicopatologías** y escasa o nula atención a los potenciales y características de las personas con un alto grado de salud, de crecimiento personal o autorrealización. Asimismo, desinterés respecto a las personas con experiencias estéticas o con experiencias religiosas, místicas o "transpersonales".
- 2.5. **Sobrevaloración de la importancia de un tipo de metodología científica concebida para las ciencias naturales.** Esta metodología había sido concebida para el estudio de los hechos de los que se ocupan las ciencias físicas, químicas o biológicas, y trata de cuantificar los fenómenos que observa y de identificar variables dependientes e independientes, partiendo de la suposición de que todo puede explicarse según un proceso de causalidad lineal. Hay que tener en cuenta que por aquellos años las metodologías científicas utilizadas en Psicología no habían alcanzado, en sus modalidades observacionales y cualitativas, el rigor y la riqueza de matizaciones con las que puede contemplar en la actualidad los procesos psíquicos humanos (véase Anguera 1981a, 1981b, 1986, 1995).

Esta sobrevaloración de las posibilidades de la metodología científica de los años cincuenta para el abordaje de las investigaciones psicológicas, había dado lugar a advertencias de científicos destacados, como el físico y premio Nobel Heisenberg, cuando afirmaba que consideraba una ilusión la creencia en la posibilidad de observar la naturaleza -en especial la humana- como un objeto externo separado del sujeto, y se lamentaba de que en la psicología se fomentase esta actitud, cuando en esta ciencia, al tener que utilizar el investigador los mismos proceso cuyos

mecanismos y estructura trata de descifrar, la simplificación que puede producirse resulta incomparablemente más grave que en la física.

- 2.6. **Actitud autosuficiente y excluyente de escuela como "sistema cerrado"** (en el sentido de Bertalanffy). En su gran mayoría, los miembros de las escuelas dominantes en los años cincuenta (la conductista y la psicoanalítica con sus variantes) mostraban un característico desinterés e incluso menosprecio por cualquier aportación -para la comprensión del ser humano o para su curación o crecimiento personal- que procediese de una escuela o corriente ajena, como también si procedía de la filosofía, las sabidurías orientales, o las espiritualidades cristianas.

Basta analizar con cierto detenimiento las referencias bibliográficas de los artículos o libros de autores de esas escuelas, para comprobar lo difícil y excepcional que es encontrar referencias de autores procedentes de modelos de otras corrientes o paradigmas psicológicos, salvo que fuese para manifestar el rechazo global a sus aportaciones.

Pienso que estas actitudes autosuficientes y excluyentes han ido atenuándose notablemente en una parte de los vinculados a aquellas escuelas, llegándose incluso en algunos casos a enfoques integradores, tanto de técnicas como de elementos teóricos. Actualmente ya empieza a ponerse de moda la tendencia integradora, en los modelos psicoterapéuticos, aunque tengo la impresión de que muchos no saben que los principales iniciadores de esa tendencia fueron psicoterapeutas de modelos vinculados al movimiento de la Psicología Humanista, ya desde los años cincuenta y sesenta.

- 2.7. **Luchas de poder**, entre seguidores de las dos escuelas potentes y contrincantes de aquellos años, con la esperanza de poder alcanzar el predominio o incluso monopolio en el mundo académico de todo el planeta, o al menos de Occidente, como paradigma único de la ciencia psicológica. En consecuencia con ello, actitud de recelo menosprecio y rechazo sistemático de las múltiples y variadas aportaciones psicológicas y psicoterapéuticas que procedían de variadas fuentes, dado el carácter multiparadigmático de la ciencia psicológica. En resumen, búsqueda de la unidad paradigmática -fuese la Conductista o la Psicoanalítica- y freno a toda manifestación creativa o innovadora -teórica o terapéutica- que no procediese del propio paradigma.

He resumido en estos siete puntos los enfoques y actitudes que destacaban en la situación de las teorías psicológicas de los años cincuenta, y a partir de las cuales surgió, como "causa material", un

sentimiento común de inquietud y malestar en autores -no sólo psicólogos- vinculados a corrientes diferentes, que no podían aceptar la validez de aquéllos, como científicos y terapeutas interesados en la salud mental y el crecimiento personal.

### 3. CAUSA FORMAL: IDEAS MAESTRAS O ELEMENTOS ESENCIALES DEL MOVIMIENTO DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

Destacaré a continuación, en ocho puntos, aspectos característicos de los contenidos predominantes en la psicología de la P.H. tanto en sus aportaciones teóricas y terapéuticas como en sus actitudes, claramente contrapuestas -o al menos complementarias- a las señaladas en 1 y 2. Luego presentaré algunas definiciones descriptivas que se han ofrecido respecto al movimiento.

- 3.1. Predominan claramente, en los teóricos de la personalidad de orientación humanista las **concepciones holista y sistémica frente a las atomistas y reduccionistas**. Aparece un interés acentuado por el estudio de la personalidad en su conjunto, singularidad e historicidad. La personalidad de un individuo no es atendida como la suma o yuxtaposición de funciones o procesos (cognitivos, emocionales, conductuales), sino como un sistema o conjunto organizado de forma peculiar en cada sujeto, un sistema configurado y un proceso de desarrollo. Los sistemas -o mejor subsistemas- psicofísicos que integran la organización o sistema de la personalidad están interrelacionados, pudiéndose producir una influencia recíproca entre ellos.

Cabe trabajar, con finalidad de cambio psicoterapéutico, a partir predominantemente de bloqueos o distorsiones emocionales (Terapia gestalt), o cognitivas (Análisis Transaccional en su escuela clásica), o imaginarias (gran variedad de modelos, entre ellos la Psicosisíntesis, y también los ya citados), o de la estructura muscular, estilos respiratorios o motrices, etc. (terapias psicocorporales como la Bioenergética entre otras). Sin embargo en cualquiera de estos enfoques, para que el terapeuta sea fiel a un enfoque humanista no perderá de vista que estas diferentes vías pretenden dar lugar a un cambio en la organización del conjunto de la personalidad y sus diferentes subsistemas.

Asimismo tenderá a no perder de vista el carácter singular e irrepetible de todo sujeto humano. El interés de la P.H. por esta actitud tiene probablemente su primer representante destacado en Allport (1963/1966). Para este autor la unicidad constituye el mayor dilema para el psicólogo

clínico que, si pretende interpretar la conducta del paciente con algunas hipótesis de un modelo terapéutico determinado, constata las dificultades de acoplarse plenamente al mismo.

*La individualidad es una característica primaria de la naturaleza humana. Para el desarrollo de la ciencia de la personalidad debemos aceptar este hecho. Pero es más fácil construir un hombre artificial a partir de normas universales y de grupo que estudiar adecuada y científicamente un ser real* (Allport, 1963/1966 p.39).

Para Allport -y podemos considerar que, al menos de forma implícita, para el conjunto de al P.H.- es claramente simplificadora la visión científica nomotética del individuo, en especial si se acepta la definición que Eysenck ofreció:

*Para el científico, el individuo es, simplemente, el punto de intersección de un cierto número de variables cuantitativas. Significa que el científico no se interesa por la mutua interdependencia de los sistemas **parciales** dentro del sistema entero de la personalidad. Se interesa solamente por dimensiones aisladas, que le permiten establecer comparaciones entre muchas personas (...) El científico no se interesa en el sistema de la personalidad como un todo, sino solamente en las dimensiones comunes. Deja a la persona como mero "punto de intersección", sin estructura interna, sin coherencia ni sentido* (Allport, 1963/1966, p. 25).

### 3.2. Reconocimiento de la capacidad de libertad de elección y de creatividad, frente a concepciones mecanicistas y deterministas

La Psicología Humanista se presenta en conjunto disconforme con la tendencia del pensamiento psicoanalítico a reducir la creatividad a una manifestación del comportamiento humano provocada por estados neuróticos o psicóticos o derivaciones de las pulsiones de la agresividad y la sexualidad.

En consecuencia desde la P.H. no puede aceptarse la siguiente definición por parte de Freud, si como él hace se aplica a la generalidad de los artistas y no sólo a aquéllos que experimenten su creatividad a partir de trastornos neuróticos:

*Un artista es en cierta manera un introvertido poco alejado de la neurosis. Se encuentra agobiado por necesidades instintivas extremadamente fuertes. Desea conquistar honores, poder, fortuna, gloria y amor de las mujeres; pero le faltan los medios para procurarse estas satisfacciones. En consecuencia, como todo hombre insatisfecho, se aparta de la realidad y transfiere todos sus intereses, e igualmente su libido, a los proyectos y los deseos engendrados por sus fantasmas, camino que podríán conducirle a la neurosis* (Freud, 1963, p.376, cit. en Storr, 1972/1974, p. 18).

Puedo resumir la relevancia que se concede desde la P.H. a la capacidad creadora -sobre lo cual he tratado en otro lugar Rosal (1983)- con las siguientes proposiciones:

- 1) El proceso de individuación (o de autorrealización o de crecimiento personal) constituye la tarea creadora más importante para la que todo individuo está capacitado en mayor o menor grado, al menos con el apoyo de las técnicas terapéuticas que requiera cada caso. En buena parte puede concluirse que las terapias o técnicas para el crecimiento personal características de la P.H. comparten como un objetivo primordial el favorecer el desarrollo de una personalidad creadora.
- 2) Las características de la vida humana en avanzado proceso de autorrealización resultan muy afines a las del artista creador -según lo entendió Rank, de quien son claramente deudores tanto Fromm como Rogers, entre otros-. Es la vida de quien ha logrado superar tanto el ansia de seguridad de la fase conformista, como las ambigüedades de la fase neurótica o conflictiva.
- 3) Lo esencial de la creatividad no lo constituye el hecho de la realización efectiva de productos originales, ya que esto requiere ordinariamente la confluencia de otros factores como talento, estudio, práctica, ciertas condiciones económicas y sociales que permitan a una persona desarrollar su talento por medio del estudio la práctica, etc. Lo esencial es la actitud creadora.
- 4) La actitud creadora no se manifiesta exclusivamente en los genios o en los científicos, inventores y artistas. Cualquier quehacer, importante o no, de la vida cotidiana: actividad laboral, relaciones interpersonales (amistosas, amorosas, sexuales, paterno-filiales, de camaradería, etc.) política, ocio, decisiones éticas, vivencias religiosas, etc. pueden ser experimentadas o no de forma creativa en mayor o menor grado.
- 5) La actitud creadora da lugar a un estilo peculiar en el modo de percibir, pensar emocionarse, motivarse, decidir, de carácter muy personal, idiográfico, fiel a uno mismo.
- 6) La experiencia creadora requiere, más que unos rasgos característicos de la personalidad, una vivencia más o menos profunda de encuentro con uno mismo y con el otro.
- 7) La actitud de "apertura a la experiencia" constituye un rasgo que se correlaciona acentuadamente con la capacidad creativa, siendo para una serie de autores uno de los requisitos principales, juntamente con la independencia de juicio y la fortaleza del yo entre otros. En estas conclusiones, las hipótesis de la P.H. concuerdan con los resultados de investigaciones empíricas realizadas en el marco del paradigma psicométrico.
- 8) La actitud conformista es uno de los mecanismos psíquicos que conducen al hombre, amedrentado por la sensación angustiante de aislamiento o impotencia, a evitar el riesgo de la

libertad de ser fiel a sí mismo actuando creadoramente. Constituye por lo tanto un obstáculo primordial para el desarrollo de la creatividad.

### 3.3. **Estudio de las personas con un alto grado de crecimiento personal o autorrealización, y no sólo de las patologías**

Es conocida la contribución de Maslow (1968/1973) en esta cuestión. Por otra parte, es característico, en la práctica de las terapias humanistas, poner mucha atención en la parte sana del paciente, en aquellos potenciales psicológicos de los que puede disponer con fluidez (se trate de pensamiento intuitivo, o capacidad visualizadora, o actitud nutricia, etc.) para utilizarlos como aliados en los ejercicios que se proponen en las sesiones terapéuticas.

### 3.4. **Reconocimiento de las limitaciones de la metodología científica convencional**

Para May el ser humano se encuentra ante un dilema que "emerge de la capacidad del hombre para vivir a la vez como sujeto y como objeto. Ambas vivencias son necesarias, para la ciencia psicológica, para la terapia, y para la vida placentera (May, 1967/1978, p. 21). Un error frecuente consiste, según él, en la actitud simplificadora por la que se trata de evitar el dilema negando uno de sus extremos. En psicoterapia este dilema se manifiesta en que puede percibirse al paciente desde dos puntos de vista: o como organismo que, según los diagnósticos, se adecua en mayor o menor grado a determinado modelo, o como un sujeto singular e irrepetible -como ya he señalado antes- con el que se establece una relación interpersonal y con el que se ejercita una actitud de empatía que facilita comprender mejor el significado de su lenguaje verbal y no verbal. Esta complementariedad de actitudes y percepciones se requiere, según May, tanto en el terapeuta, como en el científico de la psicología, como en todo ser humano que quiera respetar en su vida cotidiana la complejidad de la realidad humana, sin negar ni su vertiente condicionada y manipulable, ni la zona de su libertad o creatividad. Según May la libertad equivale a la capacidad de vivenciar de forma dialéctica ambas vertientes en uno mismo.

Notemos que May recalca la complementariedad de ambos enfoques como un requisito también en el trabajo científico, acercándose mucho su posición conciliadora a la de Rogers. Una vez más no aparece ningún menosprecio a la posible aportación científica objetivadora del psiquismo humano. Este autor se sitúa, según su propia declaración, dentro de la tradición del filósofo y psicólogo William James, en cuyo pensamiento se encuentran grandes afinidades con el enfoque

existencial compaginadas con una actitud respetuosa de la objetividad científica.

### 3.5. **Actitud de escuela como "sistema abierto" y facilitación de la actitud integradora entre teorías y técnicas terapéuticas**

De hecho la P.H. se materializó no en la búsqueda de una teoría psicológica y un modelo terapéutico común -se respetó plenamente el pluralismo y la inventiva en la gestación de nuevos modelos terapéuticos, lo cual no impidió constatar las afinidades y coincidencias señaladas arriba- sino en la promoción de asociaciones, congresos, simposios y publicaciones que constituyesen plataformas para el encuentro e intercambio, e influencia recíproca, con actitud integradora, de aportaciones procedentes de las más variadas metodologías y al servicio de la salud mental y el crecimiento personal. Aparte de los integrantes de movimientos procedentes de los paradigmas psicoanalítico, conductista y cognitivo (que no faltaron), confluyeron representantes de muy variadas escuelas recientes -a las que me refiero en 4- entre ellas las que estaban utilizando como procedimientos prioritarios de su trabajo terapéutico las intervenciones con imágenes y fantasía, y las psicocorporales, en vez de limitarse a la utilización del canal verbal.

### 3.6. **Desentendimiento respecto a las luchas de poder entre escuelas**

En este colectivo prefirieron desmarcarse de las actitudes autosuficientes y exclusivistas y de luchas de poder en las que se implicaron con frecuencia -como he dicho antes- los psicoanalistas y los conductistas. No tenían en general la intención de conseguir el predominio, en el mundo académico, de una escuela o de un paradigma. Dieron las máximas facilidades a la creatividad en el surgimiento y desarrollo de nuevas vías para la salud mental, el crecimiento personal, o el logro de experiencias y cosmovisiones que den sentido a la vida. De ahí el pluralismo -algo caótico en ocasiones- que se fue manifestado en los sucesivos congresos que se fueron celebrando inicialmente en los Estados Unidos, y a continuación en Europa, América latina y Asia. Calculo que más de cien modelos diversos pudieron darse a conocer en estos ámbitos de comunicación e intercambio.

### 3.7. **La Psicología Humanista surgió no como una nueva teoría o modelo psicoterapéutico alternativo, ni tan siquiera como un nuevo paradigma, sobre lo cual informe con detenimiento en otro lugar (Rosal, 1982), sino como un movimiento social interdisciplinar, aunque predominantemente psicológico. Si bien eran principalmente psicólogos, psiquiatras y representantes de variadas**

modalidades de terapia las que confluían a los congresos, no faltaban -en un porcentaje que podía alcanzar a la mitad de los participantes- pedagogos, educadores, trabajadores sociales, enfermeros y otros diversos profesionales de la relación de ayuda. Pero también acudían filósofos, antropólogos culturales, maestros espirituales de la India, biólogos, fisiólogos, físicos, artistas, y cualesquiera entre los interesados no sólo en la salud mental, sino también en humanizar la vida individual y social y la manera de enfocar el trabajo científico..

### 3.8. Definiciones o descripciones de la Psicología Humanista

La *American Association of Humanistic Psychology* se definía, en su fundación, de la siguiente forma en los *Articles of Association*:

*La psicología humanista puede definirse como la tercera rama fundamental del campo general de la psicología (las dos ya existentes son la psicoanalítica y la conductista) y como tal trata en primer término de las capacidades y potenciales humanos que no tiene lugar sistemático ni en la teoría positivista ni en la conductista, o en la teoría clásica del psicoanálisis; p.e., creatividad, amor, sí mismo, crecimiento, organismo, necesidad básica de gratificación, autoactualización, valores superiores, ser, devenir, espontaneidad, juego, humor, afecto, naturalidad, calor, trascendencia del ego, objetividad, autonomía, responsabilidad, salud psicológica y conceptos relacionados con ellos. Esta aproximación se puede caracterizar también por los escritos de Goldstein, Fromm, Horney, Rogers, Maslow, Allport, Angyal, Böhler, Moustakas, etc., al igual que por ciertos aspectos de los escritos de Jung, Adler y los psicólogos psicoanalistas del ego, y psicólogos existencialistas y fenomenológicos (Quittman, h. (1985/1989, p. 28s).*

En 1964, es decir dos años después de la aparición de *Articles of Association*, Bugental formula por vez primera algo parecido a unos principios de la psicología humanística. Bajo el título *Basic Postulates and Orientation of Humanistic Psychology* menciona cinco principios:

- 1) En su condición de ser humano, el hombre es más que la suma de sus componentes, es decir, a pesar de la importancia que tiene el saber constituido por el conocimiento de las funciones parciales del ser humano, Bugental subraya la peculiaridad y el ser persona del hombre.
- 2) La existencia del ser humano se consume en el seno de las relaciones humanas, es decir la peculiaridad del ser humano se expresa, por ejemplo, a través del hecho de que su existencia está siempre ligada a relaciones interhumanas.
- 3) El hombre vive de forma consciente, es decir, independientemente de cuánta conciencia sea asequible al hombre, aquella de la que dispone representa una característica esencial del ser humano y es la base para la comprensión de la experiencia humana.



- 4) El ser humano está en situación de elegir y decidir, es decir, este postulado sigue de algún modo al anterior, puesto que cuando un ser humano vive conscientemente no tiene por qué permanecer en el papel pasivo del espectador, sino que mediante sus decisiones activas puede variar su situación vital.
- 5) El ser humano vive orientado hacia una meta, es decir, la persona vive orientada hacia un objetivo o unos valores que forman la base de su identidad, por lo cual se diferencia de otros seres vivos. Este estar orientado tiene un doble carácter, esto es, el ser humano tiende en igual medida, por ejemplo, a la tranquilidad y a la excitación.

Bajo el título *Orientation of Humanistic Psychology* sigue una toma de postura teórico-científica:

- 1) El ser humano está en el centro de la psicología humanística, es decir, la psicología humanística se vuelve contra la exigencia científica de objetividad. La psicología humanística insiste en que el ser humano que investiga tiene que ser siempre parte de la investigación sobre el ser humano.
- 2) La psicología humanística confiere más importancia al sentido y significación de las cuestiones que al procedimiento metodológico, es decir, la psicología humanística iría contra sus principios si, por muy necesarios que sean el desarrollo y la validación de los métodos científicos, descuidase ocuparse de las relaciones de significado de la existencia humana para favorecer la metodología.
- 3) Para la validación de afirmaciones la psicología humanística se basa en criterios humanos, es decir, la psicología humanística no va en contra del empleo de los métodos estadísticos y tests, sino que exige que éstos estén subordinados al criterio de la experiencia humana.
- 4) La psicología humanística proclama la importancia relativa de todo el conocimiento, es decir, la psicología humanística parte de que todo saber tiene una importancia relativa, por lo que invita a aprovechar las infinitas posibilidades de nuestra representación mental y creatividad para ampliar nuestro conocimiento.
- 5/6) La psicología humanística confía ampliamente en la orientación fenomenológica, sin que por ello desprecie los logros de otras orientaciones; así intenta completarla y agregarla a la relación total de una concepción de la experiencia humana, es decir, como se desprende de los puntos anteriores, la psicología humanística hace hincapié en la posición central de la orientación fenomenológica para la investigación de la existencia humana en su integridad (Quittman, 1985/1989, pp. 19-21).

Los historiadores de la Psicología Misiak y Sexton (1973), la definen así: "La psicología humanista es un acercamiento polifacético a la experiencia y conducta humana que centra su atención en la singularidad del hombre y en su autorrealización. Para unos es una alternativa y para otros un complemento de los enfoques tradicionales del conductismo y del psicoanálisis".

#### 4. CAUSA EFICIENTE: AUTORES E INSTITUCIONES QUE PROVOCARON EL SURGIMIENTO Y EXPANSIÓN DEL MOVIMIENTO DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

##### 4.1. Principales antecesores que confluieron en las ideas y proyectos de los iniciadores

Los presento a continuación esquemáticamente diferenciándolos en siete grupos:

- a) Enfoques de la Psicología Fenomenológica, derivados de la corriente fenomenológica en la Filosofía -como p.e. los de la escuela Gestalt- o de autores como David Kats y Albert Michotte, entre los experimentales, o Merleau-Ponty y Buytendijk, en los más teóricos.

Misiak y Sexton definen la corriente psicológico-fenomenológica con estos términos:

*Un enfoque u orientación en psicología que consiste en una exploración imparcial de la conciencia y la experiencia. Los fenómenos son intuitivos, analizados, y descritos tal como aparecen en la conciencia sin ninguna idea preconcebida. La intención de la psicología fenomenológica no es la de sustituir a otros movimientos y orientaciones, sino la de complementarlos (Misiak y Sexton, 1973, p.42).*

- b) Enfoques de la Psicología Existencial que surgieron a partir de las corrientes filosóficas fenomenológicas y existencialistas. También aquí recogemos la definición de Misiak y Sexton:

*La psicología existencia declara de sí misma el ser no una escuela o sistema sino un nuevo enfoque o actitud que busca complementar a otras ramas de la psicología. Sus presupuestos básicos sobre la naturaleza de la psicología y sus orientaciones han sido inspirados por la filosofía existencial.*

*Su meta es comprender al ser humano en su realidad existencial total, especialmente en su relación subjetiva consigo mismo, con su prójimo, y con el mundo. Utiliza todos los métodos disponibles, especialmente, sin embargo, el método fenomenológico como el más apropiado en la exploración de la experiencia interior del individuo. Pero también procura desarrollar nuevos métodos acomodados a sus áreas de investigación. La psicología existencial se originó en Europa en los años cuarenta. Comenzó a ser estudiada y discutida en América en los años cincuenta (Ibidem, pp.- 105s.).*

Aparte de autores como Binswanger y Frankl, conviene destacar aquí especialmente a Rollo May por su relevante participación en los Congresos de Psicología Humanista.

- c) Colaboradores de Freud, en los comienzos de la corriente psicoanalítica, que tras unos pocos años decidieron separarse de aquél por diferencias importantes entre sus teorías de la personalidad, la psicopatología, y la metodología terapéutica, como especialmente Alfred Adler, Carl Jung y Otto Rank.
- d) Jacob Moreno, creador del Psicodrama, el primer método psicoterapéutico que introducía la actividad experiencial en la sesión terapéutica -en lugar de la exclusiva comunicación verbal-, característica seguida posteriormente con modalidades diversas por los modelos de psicoterapia vinculados a la P.H.
- e) Neopsicoanalistas como Erich Fromm y Karen Horney que ejercieron una influencia notable en los iniciadores del movimiento de la P.H.
- f) Teóricos de la personalidad como Allport -p.e. con su teoría de las motivaciones variables- Murray, Murphy, y el mismo Kelly.

#### 4.2. **Fechas a tener en cuenta para una cronología del surgimiento y consolidación del movimiento de la P.H.**

-1956: Abraham Maslow publica el artículo *Towards a Humanistic Psychology* en "A review of General Semantics", 13, 10-22.

-1957: John Cohen en Inglaterra publica su libro *Humanistic Psychology*.

-1958: Abraham Maslow y Antony Sutich fundan el *Journal of Humanistic Psychology*. En él escribirán autores como Rollo May, Kurt Goldstein, Aldous Huxley, James Bugental, Carl Rogers, y Charlotte Bühler.

-1961: En primavera de este año se publica el primer número del *Journal of Humanistic Psychology*.

En agosto, un comité compuesto por Abraham Maslow, Antony Sutich, Dorothy Lee, Joe Adams, y Clark Moustakas crean oficialmente la Asociación en la que participan desde el primer momento psicólogos de distintas tendencias, entre los que destacan, junto con Abraham Maslow, Carl Rogers y Rollo May. La Asociación se forma por un conjunto de psicólogos que se aglutinan en torno a Maslow y que proceden de diversas corrientes. Básicamente podemos señalar: a) psicólogos de orientación existencial; b) autores independientes dedicados al estudio de las teorías de la personalidad; c) psicólogos procedentes del psicoanálisis.

En este mismo año se abre en California el Centro Esalen, que daría lugar al movimiento del Potencial

Humano. Participan durante los seminarios de los tres primeros años personas como Alan Watts, Abraham Maslow, Arnold Toynbee, Carl Rogers, Paul Tillich, Rollo May y Carlos Castaneda.

-1962: Tiene lugar el Primer Encuentro Nacional de la *American Association for Humanistic Psychology*.

James Bugental redacta el primer manifiesto del movimiento humanista.

-1964: En noviembre se celebra la *Old Saybrook Conference*, que tiene un carácter de autorreflexión y que servirá como punto de referencia a la hora de definir las bases del movimiento y de exponerlas al exterior. Participan en ella, junto con los que ya pertenecían al movimiento, autores como George Kelly, Murphy, Allport y Murray.

-1965: Aparece una obra colectiva dirigida por Frank T. Severin: *Puntos de vista humanistas de la Psicología*

-1967: Editada por James F.T. Bugental se publica la obra colectiva *Challenges of Humanistic Psychology*.

De los autores de los capítulos señalaré aquí, aparte de Bugental, a Bertalanffy, Ch. Bühler, Koestler, Maslow, Moustakas, Rogers, Sargent y Severin.

-1968: La APA (*American Psychological Association*) elige como presidente a Abraham Maslow.

-1970: La APA acepta como miembro a la *American Association for Humanistic Psychology*. Esta asociación adquiere carácter internacional y se convierte entonces en *Association for Humanistic Psychology*.

Se celebra la Primera Conferencia Internacional, en la Haya.

-1977: A partir de este año se organizan con regularidad Congresos Europeos de Psicología Humanista.

-1980: Nacen las primeras Asociaciones de Psicología Humanista en nuestro país.

-1981: Son aprobados oficialmente los Estatutos de la Asociación de Psicología Humanista en Catalunya. Fui elegido presidente.

En noviembre, tiene lugar en Barcelona el Primer Congreso Nacional de Psicología Humanista. Me confiaron la ponencia primera informando sobre el movimiento de la P.H.

Aparece el primer número de la *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*.

De los seis miembros del Consejo de dirección, tres pertenecemos al Instituto Erich Fromm.

-1982: En la Facultad de Psicología de la Universitat Central de Barcelona se celebran las *Primeres Jornades Universitàries de Psicología Humanista*.

En el Congreso Europeo de Psicología Humanista celebrado en París presentamos las primeras aportaciones teóricas y prácticas desde nuestro país.

-1983: Tiene lugar en Bilbao el Segundo Congreso Nacional de Psicología Humanista.

-1988: Se celebra, en Barcelona, el IX Congreso Europeo de Psicología Humanista.

#### 4.3. Nuevos modelos de psicoterapia que se fueron implicando en los Congresos y publicaciones de la P.H.

Variantes del Psicodrama de Moreno, Terapia Gestalt de Perls, Terapias rogerianas y postrogerianas -p.e.: Focusing de Gendlin-, Análisis Transaccional de Berne, Psicósíntesis de Assagioli, variados modelos de terapias con imágenes y fantasía (p.e. Ensueño dirigido de Desoille); variados modelos de psicoterapias corporales -p.e. Bioenergética de Lowen, Biosíntesis de Boadella-, Programación Neurolingüística, modelos de trabajos para el crecimiento personal procedentes de la India, etc. Además, entre los autores actuales integrados en el mundo académico y claramente vinculados a la corriente experiencial humanista, hay que destacar la importante contribución de Mahrer (1985, 1989a, 1989b), Greenberg (1986), Greenberg y Pinsof (1986), Greenberg, Rice y Elliot (1986), Greenberg y Safran (1987), Rychlack (1973).

### 5. CAUSA FINAL: ASPIRACIONES Y PROYECTOS DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

Al describir los contenidos de lo que he considerado la causa formal de la P.H. ha quedado implícitamente descrita su causa final, es decir las aspiraciones predominantes en quienes fueran los iniciadores de este movimiento. Con pocas palabras puedo decir que compartían el deseo de contribuir a humanizar la actividad psicológica y psicoterapéutica de las diversas corrientes existentes y de las nuevas que fueron apareciendo por medio de la propagación de los postulados y actitudes descritas.

Hoy puedo observar con alegría que buena parte de los objetivos (causa final) y de los contenidos (causa formal) en la P.H. se han logrado y son compartidos por psicólogos de diferentes paradigmas que no estuvieron explícitamente vinculados al movimiento.

Refiriéndome a la actitud metodológicamente integradora, de escuelas entendidas como sistemas abiertos,

*En el caso de los modelos situados en el marco conductual-cognitivo -por señalar un ejemplo del cambio-podemos hoy encontrar publicaciones como la de Davis, McKay y Eshelman (1982): Técnicas de autocontrol emocional, en cuyas referencias bibliográficas aparecen representantes de la Terapia Gestalt, la Psicosisíntesis la Bioenergética, junto con las técnicas conductual-cognitivas de modificación de conducta, o incluso la Psicoterapia Transpersonal; o la de McKay, Davis y Fanning (1985): Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés, que citan en sus creencias a autores de la Escuela de Palo Alto, de Psicoterapia Existencial, del Análisis Transaccional etc. En este contexto, también, cabe citar la obra de Arnold Lazarus, que presenta un sistema claramente holista y tecnológicamente integrador. (Rosal y Casado, 1996, p.4).*

Afortunadamente, se dan señales de que aumentan quienes reconocen la invalidez de los postulados mecanicistas, atomistas, deterministas y reduccionistas, mientras que puedan enmarcarse en los enfoques holista, sistémico, constructivista y experienciales -es decir, humanistas- utilicen o no explícitamente estos términos para autodefinirse.

De todas formas los que nos encontramos implicados en la P.H. tenemos todavía mucha tarea pendiente, especialmente en nuestro país, donde se encuentra notablemente menos presente que en la mayoría de los países europeos y americanos.

De los diez puntos en los que se definió la P.H., en la presentación del Congreso Europeo de la P.H. celebrado en Ginebra en 1980 una parte de ellos contenía aspectos de las finalidades del movimiento. Omito citarlos aquí al comprobar que lo hará Ana Gimeno-Bayón en su ponencia.

Pero como conclusión, no quiero dejar de citar los siguientes párrafos de José Luís Pinillos:

*A cuenta de la llamada psicología humanística -tercera fuerza, otras veces- hay que cargar el mérito de haber mantenido vivas, contra viento y marea, una serie de ideas que los reduccionismos de las distintas escuelas han excluido cuidadosamente de sus respectivos campos de investigación, sobre todo al ocuparse de la personalidad.*

*De formas muy variadas, porque el área cubierta por las psicología humanística tiene unos confines borrosos y un contenido heterogéneo, los representantes de esta opción han procurado que la psicología de la personalidad no pierda de vista la existencia de un núcleo de cualidades sui generi tales como la libertad, la dignidad y la conciencia de sí, privada de las cuales la noción misma de personalidad queda degradada. La idea de que, por modos muy diversos, en la personalidad humana refulge el valor incondicionado de la persona, es probablemente la clave del arco que cobija a todas las teorías humanísticas de la personalidad. [...]*

*En cuanto fuente de inspiración, como conciencia crítica de los convencionalismos, estrecheces y limitaciones de la psicología científica de la personalidad, esta opción humanística tiene asegurado un puesto permanente, un poco honorífico, ésa es la verdad, en la disciplina. No siempre es variable traducir a términos verificables los valores que todas estas corrientes pretenden defender en el estudio de la personalidad; pero*

*constituiría una crasa equivocación no caer en la cuenta de que en la anteposición que hacen del objeto al método tiene, precisamente en el estudio de la personalidad, mayor sentido que en ninguna otra parcela de la psicología* (Pinillos, 1987, pp. 14ss.).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALLPORT, G.W. (1966). *La personalidad, su configuración y desarrollo*. Barcelona: Herder (Traducción del original en inglés *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

ANGUERA, M.T. (1981a). La observación (I): Problemas metodológicos. En R. Fernández Ballesteros y J.A.I. Carrobes (Eds.), *Evolución conductual: Metodología y aplicaciones* (pp. 292-333). Madrid: Pirámide.

ANGUERA, M.T. (1981b). La observación (II): Situaciones naturales y de laboratorio. En R. Fernández Ballesteros y J.A.I. Carrobes (Eds.), *Evaluación conductual: Metodología y aplicaciones* (pp.334-363). Madrid: Pirámide.

ANGUERA, M.T. (1986). La investigación cualitativa. *Educación*, 10, 23-50.

ANGUERA, M.T. (1995). Metodología cualitativa. En M.T. Anguera, J. Arnau et al. (Eds.), *Métodos de investigación en psicología* (pp. 515-576). Madrid: Síntesis.

BASTINE, R., FIEDLER, R. y KOMMER, D. (1990). Qué es terapéutico en la psicoterapia. Aproximación sistemática a la investigación del proceso psicoterapéutico. *Revista de Psicoterapia*, 1 (1), 39-56. (Reimpreso del original en alemán en *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 18, 1-22, 1989).

BERTALANFFY, L. von (1976). *Teoría General de los Sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica (Traducción del original en inglés *General System Theory. Foundations, Developments, Applications*. New York: George Braziller.

BUGENTAL, J.F.T. (1965). *The search for authenticity: An existential-analytical approach to psychotherapy*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

BUGENTAL, J.F.T. (1967). *Challenges of Humanistic Psychology*. New York: McGraw-Hill.

BÜHLER, C. y ALLEN, M. (1972). *Introduction to Humanistic Psychology*. Monterrey, CAL: Brooks/Cole.

DAVIS, M., MCKAY, M. y ESHELMAN, E.R. (1985). *Técnicas de autocontrol emocional*. Barcelona: Martínez Roca (Traducción del original en inglés editado por New Harbinger Pubs., 1982).

FREUD, S. (1863). *Introductory lectures on Psychoanalysis (Vol. XVI)*. London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis. Standard Edition.

GREENBERG, L.S. (1990). La investigación sobre el proceso de cambio. *Revista de Psicoterapia*, 1 (4), 57-71. (Reimpreso del original inglés en *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54 (1), 4-9, 1986).

- GREENBERG, L.S. y PINSOFF, W.M. (1986). *The psychotherapeutic process: A research handbook*. New York/London: The Guilford Press.
- GREENBERG, L.S., RICE, L.N. y ELLIOT, R. (1996). *Facilitando el cambio emocional*. Barcelona: Paidós (Traducción del original en inglés *Facilitating emotional change. The moment-by-moment process*. New York/London: The Guilford Press, 1993).
- GREENBERG, L.S. y SAFRAN, J.D. (1987). *Emotion in psychotherapy. Affect, cognition, and the process of change*. New York/London: The Guilford Press.
- MAHRER, A.R. (1985). *Psychotherapeutic change*. New York/London: Norton
- MAHRER, A.R. (1989a). *Experiencing. A humanistic theory of psychology and psychiatry*. Ottawa: University of Ottawa.
- MAHRER, A.R. (1989b). *Experiential psychotherapy. Basic practices*. Ottawa/London/Paris: University of Ottawa.
- MASLOW, A.H. (1973). *El hombre autorrealizado*. Barcelona: Kairós ((Traducción del original en inglés *Toward a psychology of being* (2ª ed.). Princeton, NJ: Van Nostrand, 1968).
- MASLOW, A.H. (1975). *Motivación y personalidad*. Barcelona: Sagitario (Traducción del original en inglés *Motivation and personality*. New York: Harper & Row, 1954).
- MAY, R. (1978). *El dilema existencial del hombre moderno* (3ª ed.). Buenos Aires: Paidós (Traducción del original en inglés *Psychology and the human dilemma*. Princeton, NJ: Van Nostrand, 1967).
- McKAY, M., DAVIS, M. y FANNING, P. (1985). *Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés*. Barcelona: Martínez Roca (Traducción del original en inglés *Thoughts and feelings. The art of cognitive stress intervention*. New Harbinger Pubs, 1981).
- MISIAK, H. y SEXTON, V.S. (1973). *Phenomenological, existential and humanistic psychologies*. New York/San Francisco/London: Grune Stratton.
- MURRAY, H. (1962). The personality and career of Satan. *Journal of Social Issues*, 18, 36-54.
- PINILLOS, J.L. (1987). La personalidad. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, pp. 4-17.
- QUITMANN, H. (1989). *Psicología Humanística. Conceptos fundamentales y transfondo filosófico*. Barcelona: Herder (Traducción del original en alemán *Humanistische Psychologie*. Göttinger, 1985).
- ROSAL, R. (1982). El movimiento de la Psicología Humanista y su relación con la psicología científica. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, 1, 121-129.
- ROSAL, R. (1983). Investigación sobre la creatividad y Psicología Humanista. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, 4.
- ROSAL, R. y CASADO, L. (1996). Editorial. *Revista de Psicoterapia*, VII, 28, pp. 4.
- RYCHLACK, F. (1977). *The psychology of rigorous humanism*. New York: Wiley-Interscience.



RYCHLACK, F. (1988). *Personalidad y Psicoterapia. Una aproximación a la construcción teórica*. México: Trillas (Traducción del original en inglés *Introduction to personality and psychotherapy. A theory-construction approach*. Boston: Houghton Mifflin.

STORR, A. (1974). *Les ressorts de la création*. Paris: Robert Laffon (Traducción del original en inglés *The dynamics of creation*. London: Secker and Warburg, 1972).