

# **‘En el principio fue el grupo’**

## **Grupos de encuentro y terapia de grupo – una perspectiva del cambio mas allá del individuo<sup>1</sup>**

**Peter F. Schmid**

“En el principio fue el grupo, y al final el individuo” Esta frase de Jacob Levi Moreno (1959, p.9), el fundador del psicodrama, también es cierta para el Enfoque Centrado en la Persona. En términos del contenido y de la historia puede mostrarse (Schmid, 1994; 1996b) -que aunque desarrollado como un procedimiento de terapia individual- el Enfoque Centrado en la Persona surgió en los grupos.

Para Rogers (1970, p.9) el grupo era “probablemente la invención social mas potente del siglo”. Y ciertamente, el enfoque centrado en la persona ha sido desde su inicio, un enfoque social, un enfoque de grupo. “Desde sus inicios, la terapia centrada en el cliente ha buscado esferas mas amplias de influencia, mas allá del individuo, tratando de explorar la relevancia de sus ideas en contextos mas amplios que en la terapia diádica tradicional y buscando aplicar su enfoque a contextos sociales mas amplios” (Wexler & Rice, 1974, p.313).

### **El grupo como un hecho primario social y como el intermediario entre la persona y la sociedad**

Qué es un grupo? Un conjunto de individuos que forman un grupo lo hacen secundario, una variable dependiente; o está ahí el grupo primero y los individuos en segundo término, formados y desarrollados a partir de los grupos en los que han vivido? Para muchas personas, la cuestión de que es lo primario, el grupo o el individuo, puede parecer como el debate del huevo y la gallina. Pero para entender a la persona y sus problemas, asi como para la terapia, lo anterior posee profundas implicaciones teóricas y prácticas, ofreciendo una manera de ver la existencia humana que trascienda el dualismo del pensamiento occidental a la vez que mantiene un sentido de la autonomía de la persona.

Los seres humanos generalmente viven en grupos, la forma “natural” y en este sentido original de vivir ha sido en grupo. En términos de la psicología del desarrollo, el grupo provee el contexto en el que los seres humanos experimentan la vida, ya sea a través de la familia, la escuela, el trabajo, o asociaciones de interés particular, etc. En todos estos contextos, las situaciones de uno-a-uno son la excepción, siendo los grupos la regla. Aún las relaciones de pares existen como parte de un grupo, o formando parte de él. Los seres humanos nacen dentro de los grupos, por lo menos como una regla. Es a través de estar dentro de un grupo que descubrimos nuestra identidad. A través de ellos, conocemos quienes somos y donde pertenecemos (O'Hara, 1997, p.314; Schmid, 1996a, pp.57-76).

---

<sup>1</sup> Versión revisada de la parte del autor del capítulo ‘Group Therapy and Encounter Groups’ by P. F. Schmid and M. O’Hara in *The Handbook of Person-Centred Psychotherapy and Counselling* (Eds.: M. Cooper, M. O’Hara, P. F. Schmid & G. Wyatt), Houndmills: Palgrave, 2007. - **Artículo traducido por Javier Armenta Mejía.** - Prometeo. Revista de Psicología Humanista y Desarrollo Humano 50 (2007) 39-44.

La manifestación primaria de humanidad, entonces, no es el individuo, sino el ser humano en compañía de otros seres humanos. El ser humano es un ser social, y desde el principio está dispuesto por su corporeidad para comunicarse con el mundo y con otras personas. En un nivel puramente biológico, el individuo se origina en una relación humana. Que la persona es primariamente un ser social no solamente es verdad en cuanto a sus necesidades, pero lo es en su esencia. Esto es también cierto para la epistemología : el conocimiento humano no es posible sin una sociedad humana. El cuerpo, el darse cuenta, la sociabilidad, los valores, el lenguaje, la comunicación – ninguno de éstos podría existir sin una comunidad. El mundo humano es siempre un mundo de interacciones. La existencia humana es coexistencia.

Desde esta perspectiva relacional, socio-céntrica u holística, el grupo está mas allá de ser únicamente una reunión de individuos o una extensión de las “relaciones uno-a-uno”; es mas bien un hecho social básico. Es un lugar en el que las personas se experimenta como self-en-relación (en sus cualidades sociales e individuales) y también como una conexión con comunidades mas amplias, con la sociedad y la humanidad como tales. Un grupo se constituye por los miembros que forman parte y que participan en él, teniendo una existencia autónoma como una entidad social, que a su vez se vincula y participa con otros grupos en un contexto social mas amplio. En este sentido, estos grupos interconectados son partes que contribuyen al todo que constituye la sociedad como tal. El grupo existe como intermediario del individuo y la sociedad; por lo tanto es el lugar para el encuentro personal y para el intercambio mutuo en sociedad. Por lo tanto, un grupo no es una mera colectividad, ni tampoco la suma total de sus miembros, sino un sistema social complejo, una entidad en si misma, existiendo en un estado de tensión entre la persona y la sociedad, un proceso en el cual las realidades individuales y colectivas se aclaran y subsecuentemente se influyen mutuamente de diferentes formas (Schmid, 1996b, p.72). En otras palabras: “El individuo crea el grupo, que a su vez crea al individuo” (Wood, 1988, p.245).

El argumento de mayor peso que establece al grupo como realidad primaria proviene del Enfoque Centrado en la Persona. El ser humano es y se convierte en una persona dentro de las relaciones interpersonales donde actualiza su humanidad, mas preciso: es dentro de los grupos que un ser humano se convierte en persona. Carl Rogers (1965, p19f) estableció que “los seres humanos son socialmente incurables”, animales sociales (Rogers, 1961, p.103). Al superar el aislado Yo-Tu, el enfoque centrado en la persona concibe la interpersonalidad erigida en un fundamental “Nosotros” (Schmid, 1996a, pp.521-40; 2003). El grupo es el lugar para los encuentros personales en el contexto mayor de la comunidad o sociedad. (Schmid, 1996a, pp.19-112; 1996b, pp.616-620; 2001, 294-299; O'Hara, 1997).

### **El grupo como factor esencial en el Enfoque Centrado en la Persona**

Históricamente, la terapia centrada en el cliente ha sido descrita y desarrollada, al menos teóricamente, para un uso básicamente en la terapia individual, pero en la práctica y desde el inicio, incorporó ideas que se originaron en experiencias grupales, ideas que a su vez, influyeron en la teoría. En un examen minucioso de la historia de la terapia centrada en la persona, historia inseparable de las etapas del aprendizaje personal de Carl Rogers, van a ser los propios aprendizajes de Rogers

en sus grupos relacionales –familia, iglesia y universidad- y sus referencias a a su experiencia dentro de estos grupos lo que inicialmente va a ser significativo. Rogers vivió, aprendió, enseñó y trabajó en grupos. Incluso en su primera publicación, un artículo sobre la conferencia de estudiantes cristianos en Beijing, Rogers (1922) relata su fascinación con la experiencia de grupo.

Por su propio recuento, había empezado a trabajar en 1945 con estudiantes en grupos como profesor en la Universidad de Chicago. Los miembros de su grupo staff tuvieron cada vez más un rol muy importante. Fueron en estos grupos que las ideas teóricas se discutieron y se avanzó a partir de las experiencias vividas. Aún mas, los enfoques que se desarrollaron para el entrenamiento centrado en la persona se dieron desde el inicio de manera grupal. En 1947, Rogers ya había desarrollado un modelo centrado en la persona para entrenar facilitadores para atender veteranos de guerra. Mucho después, dijo acerca de este periodo: “Habían sido grupos de encuentro, mucho antes de que el término se acuñara” (Rogers, 1973, p. 39).

En 1947, Rogers publicó su primer artículo sobre los grupos: “principios efectivos para manejar tensiones e insatisfacciones individuales y de grupo”. En otro artículo de 1948 titulado “Algunas implicaciones de la terapia centrada en el cliente para el personal universitario” Rogers escribió bastante acerca del trabajo de grupo y de la terapia grupal, tocando mucho de lo que después se convertiría en principios fundamentales, tales como la confianza en el grupo, que es concebido como un organismo por derecho propio. En su libro de 1951, Rogers incluyó un capítulo de Hobbs acerca de la “psicoterapia centrada en el grupo” y la investigación de Gordon en el mismo libro se enfocó en el “liderazgo centrado en el grupo” (Gordon, 1951; Bowen, O'Hara et al., 1979).

De 1964 en adelante, después de su carrera universitaria, en la época del movimiento de los grupos de encuentro en los sesentas y setentas, Rogers se involucró en el trabajo con grupos. Su film premiado como mejor documental ‘Journey into self’ (Rogers & McGaw, 1968) y su libro “Grupos de encuentro” (Rogers, 1970) jugaron un papel muy importante en el reconocimiento del trabajo grupal como factor importante del desarrollo personal, en la facilitación y psicoterapia. Desde 1973 en adelante, Rogers trabajó con su hija Natalie, Maureen O'Hara y John Wood, en talleres o experiencias grupales muy numerosas, también se involucró en un trabajo intercultural y a favor de la paz. “La Jolla Program”, un programa caracterizado por su alternancia de un trabajo en grupos pequeños y mas grandes (desde 1967) se convirtió en el modelo para el entrenamiento de facilitadores centrados en la persona (Coulson, Land & Meador, 1977). Aunque estos talleres y programas no eran explícitamente terapia, contribuyeron mucho al entendimiento político de la terapia centrada en la persona. En esta época y relativamente rápido, talleres con grupos numerosos y pequeños se llevaron a cabo alrededor de todo el mundo y la teoría se siguió desarrollando (contribuciones significativas de la teoría surgieron de Pagès, 1968; Bowen, O'Hara et al., 1979; O'Hara and Wood, 1984; 2004; Wood, 1988; O'Hara 1997; Schmid, 1994; 1996a; 1996b, 1998a; 2000; y lo último publicado fue de Lago & MacMillan, 1999).

El trabajo con “grupos intensivos” tal como a Rogers le gustaba llamar a los grupos de encuentro, contribuyó de manera significativa al desarrollo del Enfoque Centrado en la Persona como tal. La reciprocidad de ayuda que Rogers experimentó en estos grupos excedió a las experiencias en la terapia individual. La concepción

del líder grupal como facilitador influyó en la concepción del terapeuta centrado en la persona en la terapia uno-a-uno. El trabajo con y dentro de los grupos fue instrumental al ayudar a entender al ser humano dentro de sus relaciones, y a las relaciones interpersonales como tales. La definición de “la persona que funciona plenamente”, no simplemente como un self individualista, sino más bien como un self dentro de la sociedad, y la dimensión social y por extensión, política del Enfoque Centrado en la Persona, también surgió mayormente en experiencias con grupos pequeños y numerosos. Finalmente, la consideración altamente democrática e igualitaria al considerar las contribuciones de los miembros del grupo de igual valor a las contribuciones del facilitador (en contraste a otras orientaciones centradas-en-el-experto) afirma el poder personal de cada participante. Estos puntos justifican el comentario de Raskin (1986a, p. 281) acerca de que “el grupo de encuentro fue y sigue siendo una de las formas prominentes de expresión del Enfoque Centrado en la Persona” (Schmid, 1994, pp.65-94; 1996a, pp.27-64; 1996b, pp.613-6; Raskin, 1986a, b; Barrett-Lennard, 1998, pp.145-76, 199-231).

### **La primacía terapéutica del grupo**

Una de las consecuencias de entender al grupo como un hecho primario en la vida de las personas y su esencial contribución al desarrollo de la Terapia Centrada en la Persona es el establecimiento de que en esencia el Enfoque Centrado en la Persona es fundamentalmente un enfoque grupal y que la terapia centrada en la persona, es fundamentalmente terapia de grupo (Schmid, 1994) -todavía con más precisión: la Terapia Centrada en la Persona es por su naturaleza propia no un proceso de terapia individual que pueda ser aplicado a grupos. Más bien, es en esencia un enfoque social, un enfoque que se relaciona con lo grupal, y por lo tanto un “enfoque de grupo” que puede ser aplicado a relaciones de dos personas (pares, diadas) como un tipo especial de grupo. Esto genera que la concepción tradicional sea radicalmente alterada: la Terapia Centrada en la Persona en la que participan dos personas, llamada “terapia individual” puede ser definida como un tipo especial de evento grupal, un “grupo de dos”.

Esto implica que el grupo debe ser considerado el punto de entrada a la terapia. En otras palabras, a menos que existan otras razones para optar por otra decisión más conveniente, el grupo es el espacio adecuado para que la persona se encuentre consigo misma. Los problemas surgidos de las relaciones interpersonales pueden ser entendidos relacionamente y manejados en relaciones interpersonales. Una vez que esta visión relacional se asume, se considera que recreando el contexto desde el que muchos problemas surgieron, el grupo provee el ambiente más fructífero para enfrentar dichos problemas satisfactoriamente. La terapia grupal trae los problemas al punto donde originalmente pertenecen.

La perspectiva relacional aquí tratada, donde la noción de “terapia individual” se reestructura como terapia dentro de un grupo de dos, abre la cuestión de si el énfasis actual en la llamada terapia individual pudiera reconsiderarse como el punto de entrada para la mayoría de las personas que buscan ayuda, y el grupo pudiera concebirse como un espacio de mucha potencia para el crecimiento y transformación. Siguiendo esta perspectiva, un facilitador que recomendara un proceso terapéutico para alguien, debiera considerar primero las ventajas de un grupo. (para una discusión de la relación uno-a-uno como una forma especial de grupo y las implicaciones para la terapia ver Schmid, 1996a, p.58-60).

Una de las ventajas principales de un grupo es que permite una experiencia vivencial de la pluralidad y complejidad de la vida. La rica diversidad que constituye la existencia humana surge o emerge dentro del grupo. En la terapia individual, las múltiples relaciones del cliente (mas allá de la establecida con el facilitador) pueden ser consideradas sólo de manera indirecta, la experiencia vivida (y lo que se intenta como algo nuevo) ocurre fuera, entre las sesiones. En la terapia grupal esto es posible en el grupo mismo: las relaciones entre los miembros del grupo ofrecen un amplio campo de experiencia y de posibilidades para intentar algo nuevo e inmediatamente recibir retroalimentación y considerarlo reflexivamente en ese momento. Frecuentemente, estas experiencias de aprendizaje pueden ser transferidas inmediatamente a otros grupos y relaciones en la vida del cliente.

En el trabajo grupal, el grupo en su totalidad es el "terapeuta". Cada miembro puede ser facilitador de otro, lo cual aumenta las posibilidades de recibir retroalimentación y aprender unos de otros. El cliente se encuentra con múltiples puntos de vista y múltiples sistemas valorales, distinto a la terapia individual donde el encuentro es únicamente con el terapeuta. De este modo en el trabajo grupal se facilita el propio descubrimiento de los participantes acerca de sus valores y perspectivas. El desarrollo personal "en compañía de otros" (Merry, 1988, p.22) enriquece la empatía. Encontrar "acompañantes en el sufrimiento" y darse cuenta de que uno no está solo puede ser una experiencia de gran alivio, y ayudar en gran medida a la auto-aceptación. Hay también efectos de "espectador" al observar a los otros en procesos de apertura y de toma de riesgos. Pero mas que esto, usualmente anima a los demás a también abrirse y tomar algunos riesgos. Que todos pueden ser terapéuticos para alguien subraya el hecho de que todos somos fundamentalmente personas con valor y competencia, aspecto que es de un enorme potencial para la terapia y el desarrollo de la personalidad. Ser capaces de ayudar a otro aumenta la estima propia y puede ser terapéutico en si mismo. Aún mas, las interacciones compañero-a-compañero poseen una cualidad diferente que las interacciones cliente-facilitador. Ser entendido por un no-profesional es una experiencia cualitativamente distinta a ser entendido por alguien que su trabajo es proporcionar ese tipo de entendimiento. También la confrontación, incluso del terapeuta, puede de alguna manera ser mas fácil de aceptar y procesar porque hay otros miembros del grupo que pueden apoyar puntos de vista o conductas de un participante.

Mas allá de esto, la terapia grupal tiene una función anticipatoria. Representando la sociedad como microcosmos, el grupo es el espacio donde nuevos desarrollos, problemas y tendencias en la sociedad pueden observarse, investigarse y lograr una comprensión. Nuevas formas de afrontamiento pueden evaluarse. De esta forma, el grupo no únicamente tiene un valor psicológico o terapéutico, sino un enorme impacto en los cambios en la sociedad.

El cambio de perspectiva de la "terapia de un individuo por un individuo" hacia la "terapia de la persona dentro de un grupo" (ser realmente *centrado en la persona* significa concebir al otro en sus dimensiones relacionales y substanciales; Schmid, 1998b) abre la posibilidad de ver a los grupos centrados en la persona como un lugar o espacio de sanación dentro de la sociedad (para una discusión posterior de las implicaciones de esto para una socioterapia ver Schmid, 1996a, pp.511-32; 2002).

En el continuo desarrollo de la Terapia Centrada en la Persona como una terapia dialógica (Schmid, 2006) el grupo juega un rol vital en el cambio de perspectiva del

individuo hacia la persona en contexto y contribuye al reconocimiento de la oportunidad y necesidad de un cambio más allá del individual. Al desarrollar esta visión, puede también generarse mayor conciencia de las dimensiones sociales y políticas de la psicoterapia.

## Bibliografía

- Barrett-Lennard, G.T. (1998). *Carl Rogers' helping system: Journey and substance*. London: Sage.
- Bowen, M., O'Hara, M. et al. (1979). 'Learning in large groups: Implications for the future.' *Education* 100, 108-117.
- Coulson, W.R., Land, D., Meador, B. (Eds.) (1977). *The La Jolla Program: Eight personal views*. La Jolla: The La Jolla Program.
- Gordon, T. (1951). Group-centered leadership and administration. In C.R. Rogers, *Client-centered therapy* (pp.320-383). Boston: Houghton Mifflin.
- Hobbs, N. (1951). Group-centered psychotherapy. In C.R. Rogers *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory* (pp.278-319). Boston: Houghton Mifflin.
- Lago, C. & MacMillan, M. (Eds.) (1999). *Experiences in relatedness: Groupwork and the person-centred approach*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Merry, T. (1988). *A guide to the person-centred approach*. London: Association for Humanistic Psychology in Britain.
- Moreno, J. L. (1959). *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama: Einleitung in die Theorie und Praxis*. Stuttgart: Thieme. 3rd ed. 1988.
- O'Hara, M. (1997). Relational empathy: From egocentric modernism to socio-centric postmodernism. In A. C. Bohart & L.S. Greenberg (Eds.). *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy* (pp.295-320). Washington D.C.: American Psychological Association.
- O'Hara, M. & J.K. Wood (1984). Patterns of awareness: Consciousness and the group mind. *The Gestalt Journal* 6(2), 103-116.
- O'Hara, M. & J. K. Wood (2004). Transforming communities: Person-centered encounters and the creation of integral conscious groups. In: B.A. Banathy & J. P. Jenlink (Eds.), *Dialogue as a means of collective communication* (pp.95-126). New York: Kluwer Academic Plenum
- Pagès, M. (1974). *La vie affective des groupes, esquisses d'une théorie de la relation humaine*, Paris : Dunod.
- Pfeiffer, W. M. (1993). Die Bedeutung der Beziehung bei der Entstehung und der Therapie psychischer Störungen. In L. Teusch & J. Finke (Eds.), *Die Krankheitslehre der Gesprächspsychotherapie. Neue Beiträge zur theoretischen Fundierung* (pp.19-40). Heidelberg: Asanger.
- Raskin, N. J. (1986a), Client-centered group psychotherapy: I. Development of client-centered groups. *Person-Centered Review*, 1(3), 272-290.
- Raskin, N. J. (1986b). Client-centered group psychotherapy: II. Research on client-centered groups. *Person-Centered Review*, 1(4), 389-408.
- Rogers, C.R. (1922). An experiment in Christian internationalism. *The Intercollegian (YMCA)*, 39,9.
- Rogers, C.R. (1947). Effective principles for dealing with individuals and group tensions and dissatisfactions. *Executive Seminar Series in Industrial Relations* (Session 10). Chicago: University of Chicago Press.
- Rogers, C.R. (1948). Some implications of client-centered counseling for college personnel work. *Educational and Psychological Measurement*, 8(3), 540-549.
- Rogers, C.R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C.R. (1965). A humanistic conception of man. In R. Farson (Ed.), *Science and human affairs* (pp.18-31). Palo Alto: Science and Behavior Books.
- Rogers, C.R. (1970). *On encounter groups*. New York: Harper and Row.
- Rogers, C.R. (1973). My philosophy of interpersonal relationships and how it grew. *Journal of Humanistic Psychology*, 13(2), 3-15.
- Rogers, C.R. (1977). *On personal power: Inner strength and its revolutionary impact*. New York: Delacorte.
- Rogers, C.R. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C.R. (1983). *Freedom to learn for the 80's*. Columbus, OH: Charles E. Merrill.

- Rogers, C.R. & McGaw, W. H., Jr. (1968). *Journey into self*. UCLA Extension Media Center [Motion picture].
- Rogers, C. R. & Rosenberg, R. L. (1977.) *A pessoa como Centro*. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária.
- Schmid, P.F. (1994). *Personzentrierte Gruppenpsychotherapie: Vol. I. Solidarität und Autonomie. Ein Handbuch*. Cologne: Edition Humanistische Psychologie.
- Schmid, P.F. (1996a). *Personzentrierte Gruppenpsychotherapie in der Praxis: Vol. II: Die Kunst der Begegnung. Ein Handbuch*. Paderborn: Junfermann.
- Schmid, P.F. (1996b). 'Probably the most potent social invention of the century': Person-centered therapy is fundamentally group therapy. In R. Hutterer, G. Pawlowsky, P.F. Schmid & R. Stipsits (Eds.), *Client-Centered and Experiential Psychotherapy: A paradigm in motion* (pp.611-625). Frankfurt/M.: Peter Lang.
- Schmid, P.F. (1998a). *Im Anfang ist Gemeinschaft: Vol. III: Personzentrierte Gruppenarbeit in Seelsorge und Praktischer Theologie. Beitrag zu einer Theologie der Gruppe*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Schmid P.F. (1998b). On becoming a person-centered approach: A person-centred understanding of the person. In B. Thorne & E. Lambers (Eds.). *Person-centred therapy: A European perspective* (pp. 38-52). London: Sage.
- Schmid, P.F. (2000). Encounter-Gruppe. In A. Pritz & G. Stumm, *Wörterbuch der Psychotherapie* (p.277). Vienna: Springer.
- Schmid, P.F. (2001). Personzentrierte Gruppentherapie. In P. Frenzel, W. Keil, P.F. Schmid & N. Stölzl (Eds.), *Klienten-/Personzentrierte Psychotherapie: Kontexte, Konzepte, Konkretisierungen* (pp.294-323). Vienna: Facultas.
- Schmid, P.F. (2002). Knowledge or acknowledgement? Psychotherapy as 'the art of not-knowing' — Prospects on further developments of a radical paradigm. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies, 1*, 56-70.
- Schmid, P.F. (2003). The characteristics of a Person-Centered Approach to Therapy and Counseling. Criteria for Identity and Coherence. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies, 2*, 104-120.
- Schmid, P.F. (2006). The Challenge of the Other: Towards dialogic person-centered psychotherapy and counselling. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies, 5* 240-254.
- Wexler, D. A. & Rice, L. N. (Eds.). *Innovations in client-centered therapy*. New York: Wiley.
- Wood, J. K. (1988). *Menschliches Dasein als Miteinandersein: Gruppenarbeit nach personenzentrierten Ansätzen*. Cologne: Edition Humanistische Psychologie.

**Peter F. Schmid** es Profesor Asociado de la Universidad de Graz y de la Universidad Sigmund Freud, Vienna; Miembro de la Facultad de Saybrook Graduate School and Research Center, San Francisco; fundador del entrenamiento centrado en la persona en Austria; co-director del Instituto Person-Centred Studies – IPS, Vienna; autor de numerosas publicaciones acerca de los fundamentos y desarrollos recientes de la terapia centrada en la persona ([www.pca-online.net](http://www.pca-online.net)). Correo electrónico: [pfs@pfs-online.at](mailto:pfs@pfs-online.at).

Artículo traducido por Javier Armenta Mejía