



# ¿Puedo servirte de ayuda?

—Pablo Guerrero—

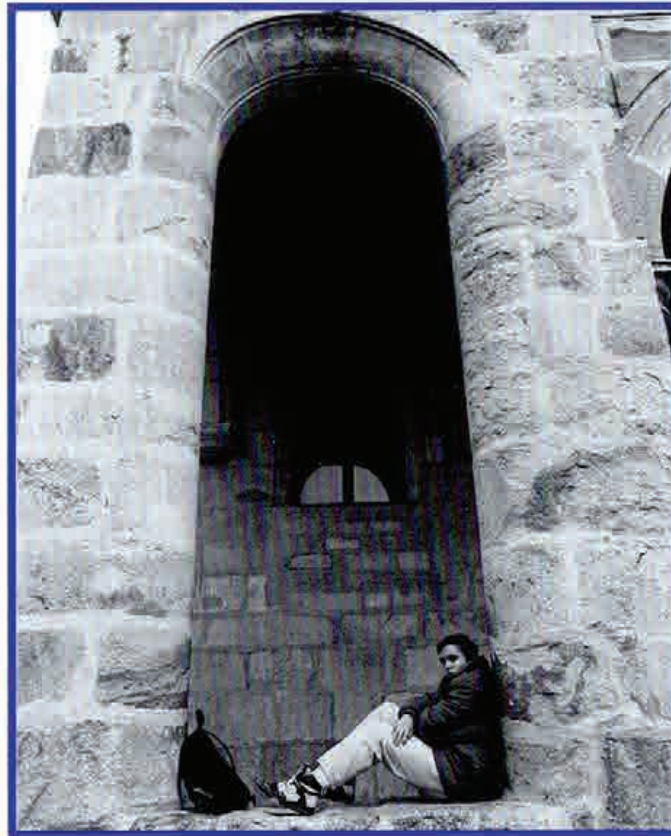
*«Y aunque intentó parecer adecuadamente severo ante sus alumnos, Pedro Gaviota les vio de pronto tal y como eran realmente, sólo por un momento, y más que gustarle, amó aquello que vio. ¿No hay límites, Juan?, pensó, y sonrió. Su carrera hacia el aprendizaje había empezado».*

**Richard Bach**

**E**s difícil acompañar el aprendizaje, el crecimiento, la humanización de otras personas, si no somos capaces de quererlas; si no somos capaces de dejarnos afectar por ellas, de "enternecernos" con sus alegrías, con sus penas, con sus descubrimientos, con sus meteduras de pata... con sus vidas. ¿Podemos educar sin aceptar al otro tal cual es, sin penetrar su mundo interno y aceptar (aceptar, no compartir) incondicionalmente sus sentimientos?

Si consideras que la respuesta a la pregunta que acabo de formular es afirmativa no sigas leyendo, para qué perder tiempo en utopías, no merece la pena.

Ahora bien, si estás convencido entrañablemente (es decir, desde tus mismas entrañas) que la educación tiene también que ver con palabras como empatía, aceptación, acompañamiento, cariño, autenticidad, diálogo, cercanía; si crees que no hay casos perdidos y que todo ser humano tiene solución... Creo que puede resultar de interés que juntos recordemos (es decir, que volvamos a pasar por el corazón) una pequeña parte del pensamiento de **Carl Rogers**. Una persona que fue capaz de lanzar una mirada optimista al ser humano, una mira-



da libre de sospechas, una mirada que, ante todo, busca el bien del otro, busca ayudarlo a ser auténticamente persona. Verdaderamente, se trata de la mirada de un educador.

Para Rogers el núcleo de la naturaleza humana es eminentemente positivo. El ser humano avanza hacia el progreso, la madurez y la socialización. Defiende que toda persona, cuando funciona de un modo libre, cuando goza de libertad

suficiente como para realizar su naturaleza básica, es alguien digno de confianza y básicamente constructivo. En su época, y aún hoy, su visión optimista del ser humano despertó muchas críticas. En su libro más conocido, *"El proceso de convertirse en persona"* (en adelante **PCP**), Rogers se "defendía" de la siguiente manera: "No ignoro el hecho de que la necesidad de defenderse y los temores internos pueden inducir a los individuos a comportarse de manera increíblemente cruel, destructiva, inmadura, regresiva, antisocial y dañina. Sin embargo, uno de los aspectos más alentadores y reconfortantes de mi experiencia reside en el trabajo con estos individuos, que me ha permitido descubrir las tendencias altamente positivas que existen en los niveles más profundos de todas las personas" (**PCP**, 34 - 35).

Quien haya tenido el privilegio de ser educador puede atestiguar que lo apuntado por Rogers es cierto. En la medida en que somos capaces de descubrir al otro en profundidad, los educadores podemos establecer relaciones de ayuda.

## Relación de ayuda

Con esta expresión Rogers quiere significar: *"Toda relación en que al menos una de las partes intenta promover en el otro el desarrollo, la maduración y la capacidad de funcionar mejor y enfrentar la vida de manera más adecuada. El otro, en este contexto, puede ser un individuo o un grupo. En otras palabras, podríamos definir la relación de ayuda diciendo que es aquella en la que uno de los participantes intenta hacer surgir, de una o ambas partes, una mejor apreciación y expresión de los recursos latentes del individuo, y un uso más funcional de éstos"* (PCP, 46).

Dejemos que sea el mismo Rogers quien nos explique qué es y cómo se puede crear una relación de ayuda. Es importante no perder de vista que todos los componentes de la relación de ayuda van a estar presentes en la visión rogersiana de la educación, de tal manera que la una y la otra, en cierto modo, se identifican. La educación es, en opinión de Rogers, una relación de ayuda.

En el capítulo tercero de PCP, Rogers aborda un doble problema: qué características son necesarias para hablar de "relación de ayuda" y, correlativamente, cómo crear una relación de ayuda. Rogers quien, mediante una serie de preguntas y respuestas, nos muestra qué es y cómo crear una relación de ayuda.

a) ¿Cómo puedo ser para que el otro me perciba como una persona digna de fe, coherente y segura, en sentido profundo?

*"He llegado a comprender que ganar la confianza del otro no exige una rígida estabilidad, sino que supone ser sincero y auténtico. He escogido el término "coherente" para describir la manera de ser que me gustaría lograr. Esto significa que debo poder advertir cualquier sentimiento o actitud que experimento en cada momento. Cuando esta condición se cumple, soy una persona unificada o integrada, y por consiguiente puedo ser tal y como soy en lo profundo de mí mismo. Esta es la realidad que inspira confianza a los demás"*.

b) ¿Puedo ser lo suficientemente expresivo, como persona, de manera tal que pueda comunicar lo que soy sin ambigüedades?



*"Si en una relación determinada soy coherente en una medida razonable, si ni yo ni el otro ocultamos sentimientos importantes para la relación, no cabe duda de que podremos establecer una adecuada relación de ayuda."*

*Una manera de expresar esto, que quizá parezca extraña al lector es la siguiente: si puedo crear una relación de ayuda conmigo mismo —es decir, si puedo percibir mis propios sentimientos y aceptarlos probablemente lograré establecer una relación de ayuda con otra persona".*

c) ¿Puedo permitirme experimentar actitudes positivas hacia otra persona: actitudes de calidez, cuidado, agrado, interés respecto?

*"En el ámbito clínico desarrollamos diagnósticos elaborados en los que consideramos a la persona un objeto. En la docencia y en la administración empleamos todo tipo de procedimientos de evaluación, en los que la persona también es percibida como objeto. De esta manera, a mi juicio, logramos protegernos de los sentimientos de solicitud y cuidado que existirían si reconociéramos que la relación se plantea entre dos personas. Nos sentimos realmente satisfechos cuando descubrimos, en ciertas relaciones o en determinadas oportunidades, que sentir y relacionarnos con el otro como persona hacia la que experimentamos sentimientos positivos no es de manera alguna perjudicial".*

d) ¿Puedo respetar con firmeza mis propios sentimientos y necesidades, tanto como los del otro?

*«...la relación de ayuda es aquella en la que uno de los participantes intenta hacer surgir, de una o ambas partes, una mejor apreciación y expresión de los recursos latentes del individuo, y un uso más funcional de estos»*

*"Cuando logro sentir con libertad la capacidad de ser una persona independiente, descubro que puedo comprender y aceptar al otro con mayor profundidad, porque no temo perderme a mí mismo".*

e) ¿Estoy suficientemente seguro de mí mismo como para admitir la individualidad del otro?

*"El asesor menos adaptado y competente tiende a inducir una adecuación a su propia personalidad y procura que sus clientes lo tomen como modelo. En cambio, el asesor más competente y adaptado puede interactuar con un cliente durante muchas entrevistas sin interferir la libertad de éste de desarrollar una personalidad muy diferente de la de su terapeuta. Sin duda alguna, es preferible pertenecer a éste último grupo, tanto sea padre, supervisor o asesor".*

f) ¿Puedo permitirme penetrar plenamente en el mundo de los sentimientos y significados personales del otro y verlos tal y como él los ve?

*"Existe una poderosa tentación de corregir a los alumnos o de señalar a un empleado los errores*

de su modo de pensar. Pero cuando en estas situaciones me permito **comprender**, la gratificación es mutua”.

g) ¿Puedo comportarme en la relación con la delicadeza necesaria como para que mi conducta no sea percibida como una amenaza?

*“Mi deseo de evitar tales amenazas no se debe a una hipersensibilidad con respecto al cliente. Simplemente obedece a la convicción, basada en la experiencia, de que si puedo liberarlo tanto como sea posible de las amenazas externas, podrá comenzar a experimentar y ocuparse de los sentimientos y conflictos internos que representan fuentes de amenazas”.*

h) ¿Puedo liberar al cliente de la amenaza de evaluación externa?

*“En casi todas las fases de nuestra vida —en el hogar, en la escuela, el trabajo— estamos sujetos a las recompensas y castigos impuestos por juicios externos... He llegado a sentir que cuanto más libre de juicios y evaluaciones pueda mantener una relación, tanto más fácil resultará a la otra persona alcanzar un punto en el que pueda comprender que el foco de la evaluación y el centro de la responsabilidad residen en sí mismo”.*

i) ¿Puedo enfrentar a este otro individuo como una persona que está en proceso de transformarse o me verá limitado por mi pasado y por el suyo?

*“Si considero a la otra persona como a alguien estático, ya diagnosticado y clasificado, ya modelado por su pasado, contribuyo a confirmar esta hipótesis limitada. Si, en cambio, lo acepto como un proceso de transformación le ayudo a confirmar y realizar sus potencialidades”.*

Por si quedara alguna duda acerca de la importancia que Rogers confiere a la relación de ayuda, escuchémosle decir lo siguiente: *“Me queda el consuelo parcial de saber que todos los que trabajamos en el campo de las relaciones humanas e intentamos comprender la armonía existente en él, estamos comprometidos en la empresa más importante del mundo moderno... Porque el futuro no depende de las ciencias físicas, sino de los que procuramos comprender las interacciones entre los seres humanos y crear relaciones de ayuda”.*

## Tesis rogersianas

Intentaré exponer, en pocas líneas, una serie de tesis que, a mi modo de ver, se pueden considerar significativas en el pensamiento de Rogers. Cada una de ellas constituye un hallazgo de nuestro autor a lo largo de su experiencia terapéutica. Puede que nos sirvan...

1.— En la relación interpersonal no resulta beneficioso tratar de aparentar, ni actuar exteriormente de determinada manera cuando en nuestro interior sentimos algo muy diferente.

2.— Una persona es más “eficaz” cuando puede aceptarse con tolerancia y ser auténticamente él. No podemos cambiar, en tanto no nos aceptemos tal cual somos...

3.— Las relaciones interpersonales no permanecen estáticas, tienden a ser cambiantes. Toda relación (y la educación lo es) es dinámica; tiene vida.

4.— Si nos arriesgamos a comprender realmente a otra persona, tal situación puede modificarnos y todos sentimos miedo ante el cambio. Sin embargo, la comprensión nos enriquece a ambos.

5.— En la medida en que el educador se abre al educando y le acepta tal y como es, menos deseos tiene de “dar recetas” y más de ayudar a esa otra persona a ser auténticamente persona.

6.— Para ayudar a una persona es necesario que advierta que la ve tal y como ella misma se ve, y que se la acepta con sus percepciones y sentimientos.

7.— Cuando trato de percibirme y observar lo que me ocurre y cuanto más me esfuerzo por mantener esa misma actitud hacia otras personas, siento más respeto por los complejos procesos de la vida.

8.— Los momentos más enriquecedores y gratificantes de la vida no son sino aspectos de un proceso dinámico y cambiante. Así entendida, la vida siempre se encuentra en un proceso de llegar a ser.

9.— La evaluación de los demás no es una guía para mí..., sólo una persona puede saber si lo que estoy haciendo es honesto, concienzudo, abierto y sensato, o si, por el contrario, es defensivo e insensato, y esa persona soy yo.

10.— La experiencia propia es la máxima autoridad... A ella es a don-

*«Un educador “centrado en el alumno” ha de promover que sus alumnos sepan que él posee conocimientos y una experiencia especial en un campo de estudio determinado y que tales recursos se hallan a disposición de ellos»*

de tengo que volverme una y otra vez para descubrir una cercana aproximación a la verdad, tal y como sucede en el proceso de convertirme en mí mismo. Nada tiene tanta autoridad como ella, ni siquiera las ideas ajenas ni mis propias ideas.

## Relación de ayuda y educación

Las características de una relación de ayuda, se convierten, al pasar al campo de la educación, en premisa de lo que ha de ser una enseñanza específicamente humana.

La actitud coherente del educador facilita el aprendizaje. El educador necesita presentarse tal y como es: ser consciente que toma unas actitudes y aceptar sus propios sentimientos. Esta es la única manera en que puede presentarse como auténtico en su relación con sus alumnos: una persona que puede enfadarse, pero también ser sensible o simpática. Al aceptar sus sentimientos como suyos, no necesita imponerlos a sus alumnos ni tratar de influir en ellos. Es, dirá Rogers, *“...una persona, no la materialización sin rostro de una exigencia del programa de estudios, ni un conducto estéril a través del cual se transmiten conocimientos de una generación a otra”* (PCP, 253).

Rogers sostiene que un aprendizaje auténticamente humano sólo puede producirse cuando el educador es capaz de aceptar al alumno tal y como es y comprender sus sentimientos. Ya que *“...el docente capaz de aceptar cálidamente al alumno, sentir respeto positivo e incondicional y empatizar con los sentimientos de miedo, inquietud y desilusión implícitos en el descubrimiento del material nuevo, habrá recorrido un buen trecho del camino que conduce al cumplimiento de las condiciones del aprendizaje”* (PCP 253-254).

Esto introduce a los dos polos de la educación (educador-educando) en una dinámica de mutua ayuda y cooperación. En esta línea, Rogers sostiene que la tarea educativa no se centra en la creación o en la transformación, sino en el ofrecimiento, la cooperación y la ayuda.

Dado que en la educación la materia prima está constituida por muchos recursos distintos, Rogers cree que estos materiales o recursos deberían **ponerse a disposición** de los alumnos, pero **no imponerse** a ellos. Un educador "centrado en el alumno" ha de promover que sus alumnos sepan que él posee conocimientos y una experiencia especial en un campo de estudio determinado y que tales recursos se hallan a disposición de ellos; sin embargo no debe pretender que sus alumnos sientan que deben usarlos necesariamente de la misma manera en que él los emplea. Un maestro con estas características tendría siempre presente que esos recursos son guías, y no expectativas, órdenes, imposiciones o exigencias; simplemente, se ofrecería a sí mismo, con todos los recursos que puede descubrir.

Desde este punto de vista, la educación se convierte en una actividad libre y democrática, no autoritaria; crítica, no dogmática y, sobre todo, en una actividad enteramente centrada en la persona. Una actividad que busca, antes que nada, comprender lo más hondo de la otra persona y desde ahí recorrer un camino en común. Qué duda cabe, y ya termino, que para más de uno la concepción rogersiana de educación es una mera utopía totalmente separada de la realidad. Sin embargo todavía, gracias a Dios, quedan educadores que se creen de veras la famosa frase de E. Mounier: "Cuando los seres humanos dejan de soñar con catedrales tampoco saben ya construir buhardillas bonitas".

### Para saber más:

#### C. Rogers

- El Proceso de convertirse en persona*. Buenos Aires, 1972.
- Psicoterapia centrada en el cliente*. Buenos Aires, 1977.
- Psicoterapia y relaciones humanas*. Madrid, 1971.
- Persona a persona*. Buenos Aires, 1980.

### Posibles tareas para escuela de padres y...

1. Reflexionar en pareja y en grupo sobre las nueve preguntas que se hace Rogers. ¡Ojo! no se trata de un examen de conciencia para ver en qué metemos la pata. Se trata de dirigirnos una serie de "preguntas amables" para mejorar la calidad de nuestras relaciones en general y de la relación con nuestros hijos y alumnos en particular.
2. ¿Qué opinas de las tesis "rogersianas"? Sometedlas a crítica en vuestro grupo. ¿Se te ocurre cómo aplicar los principios de Rogers a tu aula y a tu familia?
3. Realizar un "libro-fórum" con los siguientes capítulos de "El proceso de convertirse en persona":
  13. (Ideas personales sobre la enseñanza y el aprendizaje).
  14. (El aprendizaje significativo en la psicoterapia y en la educación) y
  16. (La psicoterapia centrada en el cliente y la vida familiar).

## EDITORIAL CCS



### CAMPAMENTOS

#### Un campamento de fábula

Qué es y cómo se programa un campamento de fábula  
**Jesús Villegas y F. Javier Mateos**  
 205 págs. / 2ª edición / P.V.P.: 1.640 Ptas.

#### Al rescate de la libertad

Un campamento al ritmo del Éxodo  
**F. J. Heredero**  
 166 págs. / 2ª edición / P.V.P.: 1.800 Ptas.

#### Nos encontramos

Campamento con adolescentes de 15 a 17 años  
**Grupo "Al Trasluz"**  
 162 págs. / P.V.P.: 1.125 Ptas.

#### La aventura de los pelendones

Un acampamento medieval  
**Colectivo "Miríñaque"**  
 148 págs. / P.V.P.: 1.108 Ptas.

#### Viaje al interior del cuerpo humano

Una colonia para el tiempo libre  
**Javier Arca y otros**  
 118 págs. / P.V.P.: 925 Ptas.



### TALLERES

#### Manos libres

Para hacer manualidades de manera sencilla  
**Jesús Villegas y F. Javier Mateos**  
**A. I. González y F. J. Iglesias**  
 120 págs. / 2ª edición / P.V.P.: 1.640 Ptas.

#### Taller de narraciones

Mitos, leyendas y poemas  
**José J. Gómez Palacios**  
 190 págs. / 2ª edición / P.V.P.: 1.830 Ptas.



### JUEGOS

#### Juegos en cinco claves

Cooperativos, lúdicos, de conocimiento, acuáticos y de la naturaleza  
**Oscar Martínez**  
 142 págs. / 2ª edición / P.V.P.: 1.500 Ptas.

#### Juegos y más juegos para el tiempo libre

Para desarrollar la creatividad  
**José Antonio Montull**  
 192 págs. / 3ª edición / P.V.P.: 1.775 Ptas.

#### Juegos de ayer para entrenar hoy / 1

Juegos aplicados al entrenamiento deportivo  
**Cecilio Bravo**  
 130 págs. / 2ª edición / P.V.P.: 1.425 Ptas.



#### Pedidos

en su librería habitual o directamente a:

Alcalá, 164 / 28028 MADRID  
 ☎ (91) 725 20 00 / 📠 (91) 726 25 70