

Hacia una psicoeología. Análisis crítico de la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad, de Carl Rogers y de la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter, de Christopher Peterson y Martin Seligman por Mariana Gancedo.

Se distribuye bajo una licencia Creative Commons - Atribución - No comercial - Sin obra derivadas - 4.0 Internacional.



UNIVERSIDAD DE PALERMO  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
DOCTORADO EN PSICOLOGÍA

TESIS DOCTORAL:

**HACIA UNA PSICOEULOGÍA**

Análisis crítico de la teoría del *funcionamiento óptimo de la personalidad*, de Carl Rogers y de la teoría de las *virtudes y fortalezas del carácter*, de Christopher Peterson y Martin Seligman

**Doctoranda:** Mariana Gancedo

**Director de Tesis:** Prof. Dr. Raúl Serroni Copello

2008

## RESUMEN DE TESIS

**Título:** HACIA UNA PSICOEULOGÍA. Análisis crítico de la teoría del *funcionamiento óptimo de la personalidad*, de Carl Rogers, y de la teoría de las *virtudes y fortalezas del carácter* de, Christopher Peterson y Martin Seligman.

**Candidata:** Mariana Gancedo

**Año:** 2007

**Director de Tesis:** Prof. Dr. Raúl Serroni Copello

En la tesis se exploran los presupuestos epistemológicos de las teorías del *funcionamiento óptimo de la personalidad*, de Carl Rogers, y de las *virtudes y fortalezas del carácter*, de Christopher Peterson y Martin Seligman, con el objeto de elaborar un modelo epistemológico integrado que sustente una psicoeulogía -estudio del funcionamiento psíquico óptimo y del bienestar psíquico-.

Para el análisis crítico se aplica un *criterio racional del progreso crítico* y para la elaboración del modelo psicoeulógico se tienen en cuenta las *prescripciones metodológicas para la consecución de una teoría psicológica general*, según la teoría de Raúl Serroni Copello.

Se presenta el modelo integrado en base a las teorías mencionadas analizadas críticamente, y se lo recontextualiza en el marco del paradigma científico vigente.

Se concluye que el modelo epistemológico presentado podría ser útil para la elaboración de ulteriores teorías psicoeulógicas básicas y aplicadas, tecnológicas y praxiológicas.

## TABLA DE CONTENIDOS

<b>Introducción</b> .....	p. 5
<b>1. Planteo del problema</b> .....	p. 17
<b>2. Tendencias actuales en Psicología: el enfoque salugénico y la vocación integrativa</b> .....	p. 24
2.1. El enfoque salugénico	
2.1.1. Del modelo médico al enfoque salugénico	
2.1.2. El enfoque salugénico en Psicología: Teorías psicológicas acerca de la salud, la normalidad y el bienestar.	
2.2. La integración en Psicología.	
2.3. Diálogo entre la PH y la PP: algunas propuestas actuales.	
<b>3. Análisis crítico de la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad, de Rogers</b> .....	p. 43
3.1. Contexto histórico y enunciados fundamentales de la psicología humanística.	
3.1.1. El primer círculo: fenomenología y existencialismo.	
3.1.2. El segundo círculo: el contexto.	
3.1.3. El tercer círculo: antecedentes directos.	
3.1.4. El núcleo: las ideas fundamentales.	
3.1.4.1. Concepción del hombre.	
3.1.4.2. Concepción de la investigación científica en Psicología.	
3. 2. La teoría de la personalidad de Rogers.	
3. 3. La teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad (FOP).	
3. 4. Presupuestos epistemológicos de la teoría del FOP.	
3.4.1. Premisas fundamentales y derivadas.	
3.4.2. Coherencia interna de la teoría.	
3.4.3. Evaluación de las consecuencias tecnológicas y praxiológicas.	
3.4.4. Valoración de las implicaciones éticas.	
<b>4. Análisis crítico de la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter, de Peterson y Seligman</b> .....	p. 108
4.1. Historia, enunciados fundamentales y conceptualización de la ciencia en la psicología positiva.	
4.2. Ideas acerca de la felicidad.	
4.2.1. Emociones positivas.	
4.2.2. La <i>fórmula de la felicidad</i> y los tres tipos de <i>vidas</i> .	
4.3. La clasificación de las virtudes y fortalezas del carácter (VFC).	
4.4. Presupuestos epistemológicos de la clasificación de las VFC.	
4.4.1. Análisis general.	
4.4.2. Premisas fundamentales y derivadas.	
4.4.3. Coherencia interna.	

4.4.4. Evaluación de las consecuencias tecnológicas y praxiológicas.

4.4.5. Valoración de las implicaciones éticas.

**5. Análisis crítico comparado.....p. 163**

5.1. Presupuestos comunes.

5.2. Presupuestos divergentes.

5.3. Presupuestos compatibles.

5.4. Conclusión y síntesis del análisis crítico comparado.

**6. Hacia una psicoeología.....p. 181**

6.1. Presupuestos epistemológicos para una psicoeología.

6.2. Modelo psicoeológico integrado.

6.3. Valoración de las implicaciones tecnológicas, praxiológicas y éticas.

**7. Respuesta al planteo del problema.....p. 200**

**8. Conclusiones.....p. 210**

**Referencias Bibliográficas.....p. 213**

## Introducción

En las líneas introductorias que siguen se pretende delinear, de una manera general, una *hoja de ruta* que anticipe el camino a recorrer al leer este trabajo. Eso implica explicitar “desde dónde” se escribe esta tesis, “sobre qué” se argumenta y “hacia dónde”, en definitiva, se orienta.

Como una primera aproximación se dirá que ésta es una tesis de Epistemología de la Psicología y, por lo tanto, resulta necesario hacer un paréntesis que explique la relevancia que tiene la reflexión crítica en el desarrollo de la ciencia psicológica y los límites de la que acá se formula, sobre todo teniendo en cuenta que una evaluación completa debería ocuparse de otras cuestiones relevantes.

Se distinguen dos usos diferentes del término *epistemología*. De acuerdo a la primera significación, «la epistemología es más básica que cualquier otra teoría particular, y se ocupa de las reglas que gobiernan el funcionamiento de la cognición humana» (Keeney, 1994, p. 27). Esta es una definición amplia, y como tal, incluye a la siguiente. Se refiere a los *esquemas* o *modelos* mentales que el ser humano utiliza para entender y co-construir el mundo en el que existe, y que, a su vez, determinan su interacción con dicho mundo. Es esta connotación básica del término la que le hace decir a Gregory Bateson que nadie puede afirmar que no posee una epistemología, para luego concluir que los que así lo hacen solo tienen una mala epistemología (Bateson, 1984). Efectivamente, desconocer los propios marcos conceptuales que orientan la vida es una *mala epistemología* que lleva a confundir el *mapa* y el *territorio*.

La segunda dimensión, en la que se inscribe esta tesis, remite a la crítica acerca de las teorías científicas. Dichas teorías cumplen idéntica función de *esquemas* o

*modelos* que, en el marco del conocimiento científico, permiten entender y operar sobre un objeto de estudio previamente delimitado. Es evidente que la distinción, la reflexión y la crítica sobre los fundamentos de las teorías científicas es necesaria para identificar los errores, el estancamiento, la fragmentación y/o la fosilización del conocimiento científico.

En este último sentido más restringido y especializado, el término *epistemología* remite a la teoría acerca de las teorías científicas.

Así como en el despliegue de cada ciencia es posible distinguir pluralidad de teorías que pretenden explicar los fenómenos que se constituyen en sus objetos, paralelamente para el abordaje crítico de dichas teorías se elaboraron diferentes metateorías y meta-metateorías.

Desde sus inicios modernos hasta nuestros días la reflexión epistemológica ha cuestionado -entre otros asuntos medulares- los métodos, la objetividad, la racionalidad y hasta la realidad misma. Sin embargo, hay dos subsistemas cuya existencia no se discute: el de las teorías científicas y el de los científicos que elaboran estas teorías.

La distinción positivista de Hans Reichenbach (1938) entre un *contexto de justificación* y un *contexto de descubrimiento* en el pensamiento científico, adjudica el primero a la Epistemología y el segundo a las ciencias sociales. Entre los que se atuvieron a esta división tajante y se avocaron exclusivamente al análisis “interno” de la ciencia se encuentran, por ejemplo, Karl Popper (1980) e Imre Lakatos (1974). Entre los pioneros del análisis sociológico de la actividad científica estuvieron Barry Barnes (1974) y David Bloor (1976) con su formulación de *Programa Fuerte* de Sociología del Conocimiento Científico. Esta última postura -que considera que las normas científicas son solo convenciones de cada sociedad o cultura y que, por lo

tanto, la Epistemología tiene como tarea el estudio de las acciones concretas en la producción de conocimiento, sus relaciones de poder, de comunicación, etcétera- abre el camino a otras propuestas, como el *Programa empírico del relativismo*, los trabajos desde el constructivismo social, los estudios de laboratorio, los estudios culturales de la ciencia, la etnometodología, etcétera.

Todos estos desarrollos comparten el presupuesto de la dependencia social del conocimiento, lo que lleva a la conclusión de que no es posible una asimetría entre una explicación filosófica y una explicación sociológica. En algunos casos, la postura social se considera a sí misma la “verdadera” epistemología -como la nueva sociología empírica de la ciencia-, incurriendo en lo que, parafraseando a Jean Piaget (1967), podría llamarse *sociologismo*: pasaje ilegítimo de los hechos sociológicos a las normas, tal como la seudoexplicación de una ley lógica (normativa) por una ley sociológica (causal o de hecho)<sup>1</sup>.

Corresponde, entonces, explicitar en éste “desde dónde” introductorio, cuál será el punto de vista adoptado en el análisis de las teorías.

Se parte, en primer lugar, afirmando que:

...una descripción genuina de la psicología actual, como la descripción de cualquier otra disciplina real, obliga a distinguir los dos subsistemas que la componen, subsistemas que, a su vez, pueden descomponerse en otros muchos sistemas interactuantes. Uno de esos subsistemas elementales, de carácter abstracto y resultado de cambios ventajosos para comprender y para transformar los hechos psicológicos, está formado por el conjunto de las teorías psicológicas

---

<sup>1</sup> La cita de Piaget (1967) se refiere al *psicologismo*, al que define como el «pasaje ilegítimo de los hechos psicológicos a las normas, tal como la seudoexplicación de una ley lógica (normativa) por una ley psicológica (causal o de hecho)» (p. 35).



básicas y aplicadas, las teorías psicotecnológicas y las teorías psicopraxiológicas. El otro, de carácter concreto y resultado de cambios ventajosos para organizar y legitimar la sociedad de los psicólogos, está formado por las comunidades profesionales, esto es, por sus recursos culturales, por sus recursos económicos y por sus recursos políticos (Serroni Copello, 1997, pp. 58-59)

Las distinción entre estos dos subsistemas implica que:

- 1) ambos subsistemas merecen ser tenidos en cuenta: la ciencia es tanto un sistema enunciativo como una construcción social, y
- 2) es factible -y, en algunos casos, deseable- su distinción.

Los sistemas enunciativos tienen como herramienta crítica a la Epistemología en su definición tradicional de teoría acerca de teorías. Las comunidades científicas, sus prácticas y relaciones de poder, sus laboratorios, medios de difusión, y todo lo que implique el proceso de la *ciencia en acción* (Latour, 1992), tienen su herramienta crítica en lo que podríamos llamar de manera genérica la Sociología del Conocimiento Científico.

En esta tesis se elige presentar como “figura” al análisis “interno” de las teorías. El “fondo” del contexto y la “historia externa” se cuele muchas veces en el discurso, lo que no es más que una evidencia de que ambos son subsistemas interactuantes pertenecientes al sistema mayor de la ciencia psicológica. Sin embargo, se ha eludido una sistematización del análisis de lo que sucede a nivel de las comunidades científicas dado que se ha elegido expresamente realizar el análisis desde la Epistemología en el sentido tradicional. La importancia de realizar también una crítica desde la Sociología del Conocimiento Científico es indiscutible, aunque sin invalidar

una crítica epistemológica clásica. Más aún. La etapa actual del conocimiento científico en el que se encuentra la Psicología alienta este último enfoque. Los análisis simultáneos «probablemente sean aconsejables cuando los miembros de una comunidad han pervertido el progreso de su saber con rigideces típicas de la etapa convergente», pero tal vez resulten inconvenientes «en el caso de una ciencia como la Psicología, donde los que somos sus amanuenses estamos estancados en las discusiones bizantinas de la etapa preconvergente de nuestra evolución» (Serroni Copello, 1986, p. 159).

La época actual parece necesitar una contribución que la acerque a la reivindicación -sin absolutismos- de la racionalidad.

Se elige esta posición a sabiendas de que se trata de un recorte en la crítica acerca del sistema total de la ciencia psicológica -así como quien estudia desde la bioquímica una célula sabe que se trata también de un recorte, y que, para tener un panorama más completo, ésta podría ser estudiada también tanto desde la física como desde la fisiología-, y se enfatiza la importancia de realizar un análisis de las cuestiones aquí consignadas en futuros trabajos desde la Sociología del Conocimiento Científico.

Antes de especificar la teoría epistemológica que se utilizará en el análisis crítico de esta tesis, se recuerda que aunque tradicionalmente se ha considerado la labor epistemológica como quehacer de los filósofos -y, según la Sociología del Conocimiento Científico, también de los sociólogos-, a medida que las ciencias evolucionan y las teorías maduran, **esta tarea suele estar más enriquecida por aquéllos familiarizados de modo directo con la ciencia particular sobre cuyos modelos se quiere reflexionar críticamente.**

En cuanto a la epistemología, constituyó por mucho tiempo una de las ramas esenciales de la filosofía (...). Pero en el estado actual de la diferenciación progresiva del saber, encontramos que las principales novedades epistemológicas nacieron de la reflexión de los espíritus científicos acerca de las condiciones del conocimiento en sus propias disciplinas, sobre todo en ocasión de las crisis que obligaban a una elaboración de principios y métodos (Piaget, 1967, p. 10).

El hecho nuevo, de incalculables consecuencias para el futuro, reside en que la reflexión epistemológica surge cada vez más en el propio seno de las ciencias (...) porque ciertas crisis o conflictos se producen como consecuencia de la marcha interna de las construcciones deductivas o de la interpretación de los datos experimentales y (...) se vuelve necesario someter a una crítica retroactiva los conceptos, métodos o principios utilizados hasta allí, a fin de determinar su valor epistemológico mismo. En tales casos, la crítica epistemológica deja de constituir una simple reflexión sobre la ciencia y se transforma entonces en un instrumento del progreso científico al convertirse en organización interior de los fundamentos y, en especial, en tanto que es elaborada por aquellos mismos que utilizarán esos fundamentos y que saben, por lo tanto, qué necesitan, en lugar de recibirlos desde afuera como presentes generosos pero poco utilizables y a veces engorrosos (Piaget, 1967, pp. 46-47).

Por lo tanto, **la Epistemología de la Psicología es hoy principalmente asunto de psicólogos.**

Esta es una de las razones fundamentales por la que se elige **la teoría de Raúl Serroni Copello**, quien como psicólogo ha presentado una metateoría donde se formulan reglas metodológicas básicas a las que se debe ajustar una teoría general psicológica que intente consolidar el progreso integral de la Psicología (Serroni Copello, 1986).

Se utilizará, entonces, esta metateoría que critica los fundamentos del conocimiento psicológico y juzga su validez de acuerdo a un *criterio racional del progreso científico* por el que se considera que una hipótesis es mejor que otra porque explica y predice más que su antecesora y evita parte de sus errores (Serroni Copello, 2003).

En síntesis, desde sus *pretensiones cognitivas de meta-saber*, la Psicología utiliza sus capacidades recursivas para realizar una crítica epistemológica de las teorías que expresan los intereses cognitivos *-saber, saber-hacer, saber-obrar, meta-saber-* y de validez de la propia Psicología.

(...) las capacidades recursivas son igualmente relevantes para el progreso enunciativo de la Psicología. Esto significa que, apelando al uso de metalenguajes, los psicólogos también examinamos epistemológicamente cada uno de los productos de nuestras pretensiones cognitivas y cada uno de los productos de nuestras pretensiones de validez (...). En consecuencia, si los psicólogos admitimos que, en primer lugar, somos capaces de reflexión respecto de los productos de nuestras pretensiones cognitivas (...), y si admitimos que, en segundo lugar, somos capaces de reflexión respecto de los productos de nuestras pretensiones de validez (...), entonces los psicólogos no solo tenemos pretensiones de saber psicológico básico y aplicado, de saber-hacer

psicotecnológico y de saber-obrar psicopraxiológico: tenemos también pretensiones de meta-saberes (Serroni Copello, 2003, pp. 12-13).

Una vez especificado “desde dónde” se observa, corresponde explicitar “sobre qué”, vale decir, qué tipo de teorías se abordarán para realizar el análisis crítico.

En la tesis se abordan teorías referentes al *bienestar psíquico*, englobando con este nombre términos afines como ‘salud mental’, ‘funcionamiento óptimo de la personalidad’ o ‘felicidad’. Esto implica la adscripción al nuevo *enfoque salugénico*, que promueve el interés por los aspectos saludables del psiquismo y que complementa al *modelo médico* tradicional sobre el que se construyó buena parte del conocimiento psicológico.

Según Richard M. Ryan y Edward L. Deci (2001), el concepto de bienestar psíquico presenta dos tradiciones teóricas: la hedonista y la eudaimónica.

Ambas tradiciones están enraizadas en la historia del pensamiento de la humanidad a través del ancestral interés por la búsqueda de la felicidad. Si bien sus manifestaciones pueden rastrearse en textos de distintas culturas muy anteriores al nacimiento de la filosofía griega, Aristóteles fue el primero en distinguirlas.

Las tradiciones hedonistas y eudaimónicas se introducen en el campo de la Psicología a partir de la emergencia del enfoque salugénico. La noción de felicidad es reemplazada por la de bienestar psíquico -propia del lenguaje de la ciencia psicológica- y, en este contexto, el término se homologa y, a la vez, reemplaza a la noción de salud psíquica.

La tradición hedonista considera que el bienestar psíquico está relacionado con las experiencias de placer y con la satisfacción de necesidades y deseos.

La visión predominante entre los psicólogos hedonistas es que el bienestar psíquico consiste en la felicidad subjetiva y concierne a las experiencias de placer *versus* las experiencias de displacer concebidas de manera lo suficientemente amplia como para incluir todos los juicios acerca de los buenos o malos elementos de la vida (Deci & Ryan, 2001, p. 144).

Algunos de los representantes de la tradición hedónica en Psicología son, por ejemplo, Ed Diener (1984), con sus trabajos en relación al *bienestar subjetivo*, y el psicólogo ganador del Premio Nobel de Economía en 2002, Daniel Kahneman (1999) iniciador de la corriente denominada *psicología hedónica*.

La tradición eudaimónica considera al bienestar psíquico como el producto de un *funcionamiento psíquico óptimo* cuya nota fundamental es el concepto de autoactualización o la puesta en acto de la tendencia «a realizar el verdadero potencial propio» (Ryff, 1995, p. 100). Algunas características de esta autorrealización serían: la autonomía, el crecimiento personal, la auto-aceptación, el propósito vital y las relaciones interpersonales positivas (Ryff & Singer, 1998).

La aparente incompatibilidad entre ambas tradiciones radica en que, si bien un funcionamiento psíquico óptimo va acompañado por experiencias y emociones placenteras, la mera experiencia de placer y de emociones positivas no lo garantiza y, en algunos casos, lo obstaculiza.

Se considera, sin embargo, que si se jerarquizan los diferentes niveles de abordaje del bienestar psíquico, privilegiando la tradición eudaimónica e incluyendo los aportes de la tradición hedónica en tanto manifestaciones emocionales subordinadas a la primera, ambas posiciones se presentan como compatibles y no excluyentes.

Consignados el “desde dónde” y el “sobre qué”, resta especificar el “hacia dónde” de esta tesis.

La meta que se persiguió fue **sentar las bases epistemológicas para una teoría psicoeulógica** -sistema enunciativo que trata sobre el bienestar o salud psíquica- mediante la integración de dos teorías representativas del enfoque salugénico: la teoría *del funcionamiento óptimo de la personalidad* (FOP) de Carl Rogers -perteneciente a la psicología humanística-, y la teoría *de las virtudes y fortalezas del carácter* (VFC) de Christopher Peterson y Martin Seligman -representantes de la psicología positiva-.

La madurez alcanzada por los desarrollos englobados en el enfoque salugénico, la importancia de sus hallazgos y el interés despertado en una sociedad que reclama herramientas para la promoción del bienestar psíquico de las personas, amerita la inauguración del sistema enunciativo que aquí se denomina psicoeulogía. Para ello es necesario un modelo epistemológico que guíe, organice y sistematice la investigación y los conocimientos obtenidos. Dicho modelo debe partir de aquellas teorías que tuvieron por objeto los aspectos funcionales del psiquismo y debe tender a una integración sinérgica de las mismas.

La necesidad de una integración teórica en Psicología crece cada vez con más fuerza ya que los psicólogos «seguimos proponiendo teorías nuevas, seguimos compitiendo por el dominio del campo de la Psicología, seguimos combatiendo los fundamentos de las teorías de nuestros rivales y seguimos reexaminando los principios de las nuestras» (Serroni Copello, 1986, p. 150). La elaboración de modelos integrativos supone «una nueva construcción epistemológica que debe ser justificada y no se agota en la mera yuxtaposición de conceptos precedentes»

(Fernández Álvarez, 1992, p. 41), y es ésta la voluntad que guía el “para qué” expuesto en esta hoja de ruta a modo de introducción.

Para finalizar, solo queda especificar el contenido de los capítulos en los que se desarrolla lo que hasta aquí se ha presentado.

En el capítulo 1, *Planteo del problema*, se establecen los objetivos de investigación y la metodología que se utilizará para lograrlos. También se justifica la inauguración de un sistema enunciativo que estudie los aspectos saludables del psiquismo -que lleva por nombre psicoeología- y se propone la integración de las teorías del FOP y de las VFC como punto de partida para un modelo psicoeológico.

En el capítulo 2, *Tendencias actuales en Psicología: el enfoque salugénico y la vocación integrativa*, se describe la evolución histórica del enfoque salugénico como nueva plataforma de observación del psiquismo que complementa al tradicional modelo médico, y se presenta a la psicología humanística y a la psicología positiva como hitos representativos en la emergencia de este enfoque. Se incluye un apartado acerca de las teorías integrativas en Psicología que se presentan como una respuesta a la necesidad de superar la etapa preconvergente en su evolución científica.

El capítulo 3, *Análisis crítico de la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad, de Rogers*, abre con una revisión de las ideas filosóficas y psicológicas fundamentales que sustentan a la psicología humanística. Luego se presenta la teoría del FOP rogersiana como paradigma de esta corriente y se realiza el análisis crítico de sus presupuestos epistemológicos, revisándose también sus implicaciones tecnológicas, praxiológicas y éticas.

En el capítulo 4, *Análisis crítico de la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter, de Peterson y Seligman*, se describe la historia y las ideas fundamentales de



la psicología positiva y, posteriormente, se realiza el análisis crítico de la teoría de las VFC y de sus implicaciones tecnológicas, praxiológicas y éticas.

La comparación de los análisis críticos de la teoría del FOP y de la teoría de las VFC se realiza en el capítulo 5, *Análisis crítico comparado*, para finalizar con la presentación de un modelo de integración epistemológico que podría servir como fundamento para una psicoeulogía. En el capítulo 6, *Hacia una psicoeulogía*, se profundiza el modelo psicoeulógico adaptándolo al paradigma científico vigente e integrando los aportes de otras corrientes psicológicas.

Finalmente, las respuestas a los objetivos planteados se desarrollan en el capítulo 7, *Respuesta al planteo del problema*, cerrando la tesis en el capítulo 8 con algunas *Conclusiones*.

## 1. Planteo del problema

La elaboración de teorías sobre la salud, normalidad, vida plena, bienestar - psíquico y subjetivo-, y/o la felicidad, compete al enfoque salugénico de la Psicología cuya preocupación se centra en ampliar el foco de la ciencia psicológica desde el interés casi exclusivo por conocimientos relativos a reparar el daño, hacia un énfasis en el estudio de las dimensiones positivas y del desarrollo de las potencialidades humanas (Casullo, 2000; Seligman, 2000). Abordar estos temas es, en primera instancia, ubicarse en las antípodas de la psicopatología. Una segunda reflexión revela que existe un *acorde* -en el sentido musical del término: sonidos diferentes que juntos producen armonía- entre ambos campos de conocimiento de la Psicología.

En el siguiente trabajo se hace centro sobre el enfoque salugénico -descuidado en buena parte de la historia de la Psicología- en base al análisis crítico de **dos teorías** pertenecientes a los **dos modelos psicológicos** principales que lo representan: la teoría *del funcionamiento óptimo de la personalidad* (FOP) de Carl Rogers, perteneciente a la psicología humanística, y la teoría *de las virtudes y fortalezas del carácter* (VFC) de Christopher Peterson y Martin Seligman, representantes de la psicología positiva. El objetivo es arribar a un modelo integrado que sienta las bases de una **psicoeulogía**.

Si la **psicopatología** es el estudio científico de los trastornos psíquicos (Reber, 1995), la **psicoeulogía** propone el estudio científico de la salud psíquica. Se trata de un sistema enunciativo acerca de los aspectos saludables del psiquismo humano. Así como el modelo médico ha resultado funcional para el desarrollo de la psicopatología, el enfoque salugénico se presenta como la plataforma de observación adecuada para una psicoeulogía.

Tanto la psicopatología como la psicoeología remiten a dos caras de la misma entidad: la **realidad psíquica**, y su dimensión observable, el **comportamiento humano**.

La realidad psíquica -o psiquismo, o mente humana-, es el presupuesto básico sobre el que se edifica la ciencia psicológica. Es una entidad que refiere a estados, procesos, sucesos, elementos, características y fuerzas motivacionales que son fuente de la conducta humana. Está multideterminada por factores ontogenéticos, filogenéticos, ambientales, sociales y culturales. En definitiva se trata de aquello que estudia la Psicología como ciencia en su esfuerzo por describirla, explicarla, predecirla y modificarla.

La realidad psíquica puede ser observada en la conducta, y no se presenta nunca como absolutamente sana o enferma. Abarca ambas caras: la luminosa y la oscura. De ahí que el subsistema enunciativo de la psicopatología se complemente con el subsistema enunciativo de la psicoeología, y viceversa.

El término psicoeología tiene su origen en las implicaciones de las siguientes palabras de Abraham Maslow (1963): «Recientemente, he dado forma a la descripción especulativa de una utopía psicológica, en la que todos los hombres son psíquicamente sanos: la llamo Eupsiquia» (p. 348). Se sigue que al estudio de la salud psíquica podría denominársele *eupsicología*. Pero, si bien el prefijo *eu* enfatiza el punto de vista ontológico, la prioridad lógica y semántica le corresponde al prefijo *psico* y así conviene estipular el término *psicoeología* que se propone.

Los aportes de Rogers, representante de la psicología humanística, con su teoría del FOP y los de Peterson y Seligman, líderes de la psicología positiva, con su investigación sobre las VFC destacan en el enfoque salugénico dado que ambas

teorías son descripciones y explicaciones emblemáticas de sus respectivas corrientes acerca de la salud psíquica.

Si bien dichas corrientes y teorías **comparten el mismo interés por estudiar las capacidades humanas**, lo hacen desde **enfoques epistemológicos diferentes**.

Se propone, entonces, realizar un análisis epistemológico de las teorías del FOP y de las VFC con el objeto de:

- 1- Explicitar sus presupuestos epistemológicos.
- 2- Argumentar si dichas teorías son compatibles y/o complementarias.
- 3- Argumentar si es posible una integración epistemológica entre dichas teorías, lo que posibilitaría arribar a una teoría más completa y abarcadora sobre la vida plena, el bienestar y/o la felicidad.

El **análisis epistemológico** de las teorías tiene el valor intrínseco de promover el progreso enunciativo de la ciencia psicológica, dado que la reflexión acerca de la producción teórica estimula la discusión, la corrección y la ampliación de líneas y áreas de conocimiento.

La **integración epistemológica de teorías psicológicas** se justifica por varias razones, entre ellas las epistemológicas y las éticas.

Entre las primeras cabe mencionar que, al considerar el fenómeno de la fragmentación de modelos teóricos desde la teoría de Thomas Kuhn (1962), se podría decir que la Psicología se encuentra en la etapa de la evolución del conocimiento científico preconvergente o preparadigmática (Serroni Copello, 1986). Si bien el pensamiento único en ciencia es inviable, el pluralismo que garantiza el progreso de la ciencia implica el diálogo y la búsqueda del consenso intersubjetivo de la comunidad científica en base a la adecuación lógica y el rigor epistemológico.

Las razones éticas se fundan en la derivación de los modelos teóricos en tecnologías y praxiologías. En psicoterapia la eficacia es insuficiente si no se pueden dar razones coherentes y compartidas por el mundo científico con respecto al *qué* y *cómo* del obrar. Un modelo de integración epistemológico se hace prioritario para el buen ejercicio profesional.

La investigación sobre la vertiente salugénica y la consecución de un modelo de integración en psicoeología responden a dos de las más importantes preocupaciones actuales de la Psicología: el estudio de lo funcional o positivo del psiquismo humano y la vocación integrativa en pos de que la Psicología supere la etapa preconvergente de su desarrollo científico.

**TEMA:**

La teoría del *funcionamiento óptimo de la personalidad* (FOP) de Rogers, y la teoría de las *virtudes y fortalezas del carácter* (VFC) de Peterson y Seligman.

**PROBLEMAS:**

- ¿Cuál es el enfoque epistemológico presupuesto en la teoría FOP y el presupuesto en la teoría VFC?
- ¿Son enfoques epistemológicos compatibles? ¿Son complementarios?
- ¿Es posible una integración a nivel epistemológico entre dichas teorías?

**OBJETIVOS:**

- Explorar y analizar críticamente los enfoques epistemológicos presupuestos en las teorías del FOP y de las VFC.

- Determinar si dichas teorías pueden ser compatibles y/o complementarias.
- Investigar si es posible la sinergia entre ambas teorías a partir de un modelo epistemológico integrado.

## **PROPUESTA METODOLÓGICA**

### **Tipo de estudio**

Teórico.

### **Metodología**

Revisión bibliográfica y análisis epistemológico.

En el análisis crítico de esta investigación se aplicará un *criterio racional del progreso crítico* de acuerdo a la teoría propuesta por Raúl Serroni Copello (2003) cuyos indicadores son: a) el rigor lógico de los enunciados, b) la coherencia interna de los enunciados dentro del sistema conceptual del cual forman parte, c) la adecuación crítica al paradigma vigente consensuado por la comunidad científica.

Sobre la base de la aplicación de dicho criterio:

- Se explorarán los enfoques epistemológicos presupuestos en las teorías del FOP y de las VFC a través del análisis:
  - De sus premisas fundamentales y derivadas,
  - Del sistema teórico articulado por estas.

Se evaluarán las consecuencias tecnológicas y praxiológicas de los presupuestos, así como también sus implicaciones éticas.
- Se realizará un análisis crítico comparado determinando:
  - Presupuestos comunes,
  - Presupuestos divergentes,
  - Presupuestos compatibles.

- Se elaborará un modelo epistemológico integrado que posibilite la sinergia entre ambas teorías y se evaluarán sus posibles implicaciones tecnológicas, praxiológicas y éticas.

En el intento de elaborar una teoría psicoeulógica unificada se tendrán en cuenta las prescripciones metodológicas aportadas por Serroni Copello (1986) para la consecución de una teoría psicológica general en base a un modelo reticular -no lineal- que se ajuste a los siguientes ocho principios:

El **principio del realismo científico**, por el que deberemos descubrir y articular la ontología del dominio de investigación psicológica interpretando el progreso como una ordenación de teorías psicológicas en potencia no decreciente; el **principio de estabilidad del conocimiento de base**, por el que nos obligamos a que las producciones de todas las escuelas psicológicas constituyan el conocimiento sobre el que se apoyará cualquier desarrollo científico ulterior [...]; el **principio de reinterpretación contextual**, por el que tendremos que reinterpretar los sistemas conceptuales propuestos por aquellas escuelas desde la nueva teoría general; el **principio de continuidad pragmática** y el **principio de continuidad del modelo**, por los que debemos lograr la correspondencia ontológica y pragmática entre las teorías previas y la nueva teoría general [...]; el **principio de simplicidad**, por el que se asegurará la voluntad de unificar las propuestas (aun las incompatibles) dentro del campo de la Psicología [...]; el **principio de no-proliferación de teorías rivales**, por el que no se deben debilitar los avances progresivos de las teorías psicológicas conocidas buscando invenciones novedosas o descubrimientos radicales [...], y, en concordancia con el anterior principio, el **principio de tenacidad**, por el que

haremos todo lo posible para que las teorías preexistentes se conserven [las negritas están en Serroni Copello] (Serroni Copello, 1986, pp. 165-166).



## **2. Tendencias actuales en Psicología: el enfoque salugénico y la vocación integrativa**

### 2.1. El enfoque salugénico

#### 2.1.1. Del modelo médico al enfoque salugénico

Primero fue la enfermedad. La humanidad, desde sus orígenes, se preguntó por el dolor y la muerte luchando contra ellos. En un principio las respuestas fueron mágico-religiosas y, a partir del pensamiento griego, aparece el camino razonado hacia una solución. Desde Hipócrates en adelante, la **Medicina** lideró esta vía en su afán de **detectar** y **curar** los males del cuerpo.

En la evolución histórica llegó el momento en que diagnosticar y curar fue insuficiente. Significaba *llegar tarde*. De esta manera fue tomando forma la idea de **prevención de la enfermedad**.

La prevención, definida como la acción de anticipar un daño o peligro (Toro y Gisbert *et al.*, 1964, p. 837), aparece en el campo de la medicina al mismo tiempo que ésta incrementa sus conocimientos sobre el origen de las enfermedades. Hacia el fin del siglo XIX, los efectos sobre las condiciones de vida de la revolución industrial y el incremento de las enfermedades transmisibles, orientaron la investigación hacia el **control de las causas** de las mismas (Martínez González, 1993): si era posible detectar su etiología, era posible también anticiparse e impedir la aparición de una enfermedad.

El concepto de prevención se instala con fuerza en los organismos internacionales – *Organización Mundial de la Salud (OMS)*, *Organización Panamericana de la Salud*

(OPS) – y nacionales de salud a partir de la década del 50 del siglo XX. En los años 60 del mismo siglo, Gerald Caplan (1985) establece la clásica diferenciación entre prevención primaria, secundaria y terciaria<sup>2</sup>.

Hasta aquí se observa que el pivote sobre el que gira toda la conceptualización que guía la investigación, es la enfermedad. La *salud* solo puede deducirse como *ausencia de enfermedad*. En otras palabras, la salud se hace *visible* solo cuando esta se pierde.

**La enfermedad es quien da entidad a la salud.**

Sobre estas bases se estructura lo que se conoce como *modelo médico* (MM).

El término *modelo* refiere en forma general a los sistemas conceptuales utilizados para explicar, describir, comprender e investigar los sistemas reales. Los modelos en ciencia funcionan como *metáforas epistémicas* (Palma, 2004) y como tales cumplen funciones cognitivas y heurísticas: determinan qué y cómo investigar, estructuran parcialmente la realidad iluminando zonas y manteniendo en la oscuridad otras.

El MM se organizó desde y hacia la enfermedad como lo atestiguan las siguientes definiciones de *medicina*: «Ciencia y arte de precaver y curar las enfermedades del cuerpo humano» (RAE, 2001). «Ciencia que tiene por objeto el estudio de las enfermedades, su causa, tratamiento y prevención» (Diccionario Terminológico de Ciencias Médicas, 1976, p. 609). Diagnóstico, pronóstico, curación y prevención son términos que acompañan a esta óptica.

Este modelo, al que se le deben enormes avances, se extendió a las Ciencias Sociales.

---

<sup>2</sup> La **prevención primaria**, concepto eminentemente comunitario, apunta a la disminución proporcional de casos nuevos de trastornos en una población durante un período dado. La **prevención secundaria** actúa ante la aparición de la enfermedad y tiende a evitar las complicaciones y/o secuelas. La **prevención terciaria** refiere a la rehabilitación y reinserción social del enfermo recuperado.

El MM comienza a manifestarse como insuficiente a mediados del siglo XX. Un ejemplo concreto de ello es la definición de **salud** aportada por la OMS en 1947 como «el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad». A pesar de las objeciones que pueden hacerse a esta definición - presentar a la salud como un *estado* y no como un *proceso* dinámico, ser una declaración utópica, acentuar los aspectos subjetivos y desdeñar los objetivos, o sea la capacidad funcional- tiene la virtud de intentar una definición de salud que vaya más allá de ser un eco conceptual de la enfermedad.

A partir de los años 80 del siglo pasado, y ya no solo desde la medicina sino también desde las ciencias sociales, germina el concepto de **promoción de la salud** que anticipa un nuevo modelo: el **enfoque salugénico** (ES).

Prevención de la enfermedad y promoción de la salud se diferencian claramente: mientras el primer concepto apunta a la enfermedad y su patogénesis, el segundo apunta a la salud y su salutogénesis (Godoy, 1999).

La promoción de la salud se instala en las organizaciones internacionales de la salud como una nueva plataforma de observación y acción que completa a la prevención de la enfermedad, concepto que presenta las siguientes limitaciones de orden epistémico (Martínez González, 1993):

- El punto de mira es la **enfermedad**,
- Mantiene el “statu quo”, ya que solamente pretende **mantener** el estado de salud o bienestar actual,
- El peso de las acciones preventivas recae sobre los **profesionales expertos**.

Desde la promoción no se busca simplemente la evitación de la enfermedad sino fundamentalmente el **incremento** de la salud y el bienestar general. A su vez el peso de las evaluaciones, decisiones y acciones se comparte entre los profesionales

expertos y los recursos de la comunidad toda. Los destinatarios no son solamente los grupos de riesgo sino la comunidad en su conjunto, como lo demuestra el lema *salud para todos* que surge en la Conferencia Internacional Sobre Atención Primaria de la Salud de la OMS y UNICEF en Alma-Ata en 1978.

Juan Francisco Godoy define la promoción de la salud como:

[...] el conjunto de actuaciones encaminadas a la protección, mantenimiento y acrecentamiento de la salud y, a nivel operativo, al conjunto de actuaciones (centradas en el individuo y/o en la comunidad) relacionadas con el diseño, elaboración, aplicación y evaluación de programas y actividades encaminadas a la educación, protección, mantenimiento y acrecentamiento de la salud (de los individuos, grupos o comunidades) (Godoy, 1999, pp. 61-62).

Las notas características de la promoción de la salud son (Martínez González, 1993):

- La **connotación positiva** al tener como objetivo el **incremento de la salud**.
- El centramiento en la detección de los **factores protectores** y fortalezas más allá de los factores de riesgo.
- La **participación** efectiva y concreta de la comunidad toda tanto en la definición de problemas como en la toma de decisiones.
- El destino hacia la **totalidad de la población** de una comunidad -no sólo población en riesgo-: *salud para todos*.

- La combinación de **estrategias diversas** -no sólo la transmisión de información- respondiendo a la complejidad de las situaciones y a la dimensión holística humana - bio-psico-social-.

La Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, realizada en 1986 en el marco de la Primera Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud organizada por la OMS, marca un hito en el desarrollo de las estrategias de promoción de la salud, a la que define como el proceso «que consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma» (p.1).

Por la misma época, Aaron Antonovsky (1979, 1987), desde el ámbito de la Sociología de la Medicina, postula la **Orientación Salugénica** con fuerte influencia en el modelo de promoción de la salud y en el ES. Propone ver a la salud/enfermedad como extremos de un continuo más que como posiciones dicotómicas, y se interesa por estudiar aquellos factores que promueven movimientos hacia el extremo favorable de dicho continuo. Aporta, entre otros, el concepto de *sentido de coherencia* descrito como una orientación global del ser humano expresión del grado en que posee sentimientos de confianza acerca de 1) los hechos que le toca vivir, 2) los recursos con los que cuenta para responder a los estímulos de dichos hechos y 3) el desafío permanente que resulta del solo hecho de vivir (Antonovsky, 1987).

2.1.2. El enfoque salugénico en Psicología: Teorías psicológicas acerca de la salud, la normalidad y el bienestar

Cuando la Psicología comienza a establecerse como ciencia independiente en el siglo XIX, presenta dos claras vertientes de acción, ambas estructuradas en base al

paradigma científico del positivismo clásico: a) una que hace pié en la experimentación; y b) otra que apunta al tratamiento de los trastornos mentales sobre la base del MM.

La primera es cronológicamente anterior y tiene como hito histórico el establecimiento del primer laboratorio de psicología experimental en Leipzig fundado por Wilhelm Wundt en 1879.

El pionero de la segunda vertiente es Sigmund Freud, médico a su vez, quien en los albores del siglo XX sienta las bases de la psicoterapia. Esta actividad marcó el desarrollo de la Psicología influyendo de tal manera sobre la vertiente experimental que, a poco de andar, las investigaciones científicas también se orientaron siguiendo los intereses del MM con el que compartía un mismo paradigma científico.

Se condiciona así una visión parcial del psiquismo humano en donde la salud psíquica era aquello que se hacía visible sólo en relación a la enfermedad psíquica. La siguiente cita de Freud es ilustrativa de esta tendencia:

La patología de la vida anímica es el terreno en el cual nos sentimos seguros; allí hacemos nuestras observaciones, allí logramos nuestras convicciones; pero por el momento sólo osamos formular juicios sobre lo normal, en tanto que lo podemos inferir a través de los aislamientos y las deformaciones de su expresión patológica. (Freud, 1927/ 1996, p. 2999).

La naciente ciencia adopta el MM, de merecido prestigio debido a sus importantes avances científicos. También es posible conjeturar que tal adhesión responde a una concepción dualista del ser humano que, a partir de René Descartes, dominaba el pensamiento occidental: Si la Medicina se ocupaba de curar el cuerpo, la Psicología

debía ocuparse de manera isomórfica del psiquismo. Términos tales como terapia, consulta, terapeuta, diagnóstico, pronóstico, etiología, tratamiento, prevención, intervención, anamnesis, y muchos otros, son trasladados desde la Medicina a la Psicología.

La primera escuela psicológica en advertir las limitaciones del MM fue la **psicología humanística**, y como tal, puede considerársele pionera en el campo del ES en Psicología. Abraham Maslow, uno de sus fundadores, propone que la Psicología estudie el comportamiento y la mente humana a partir de sus capacidades y no solamente de sus falencias:

Cualquier teoría de la motivación que sea digna de ser escuchada, debe estudiar las más altas capacidades del hombre fuerte y sano, tanto como las maniobras defensivas de los espíritus enfermos. Igualmente debemos analizar las más trascendentales preocupaciones que vivieron las grandes figuras de la historia humana. Nunca obtendremos ese conocimiento si limitamos nuestro estudio a las personas enfermas. Los teóricos de la motivación tienen que llegar a ser más positivos en su orientación (Maslow, 1963, p. 96).

La psicología humanística homologa *salud psíquica* a *desarrollo de potencialidades del psiquismo* como lo demuestran los conceptos de *self-actualization* de Maslow (1963) y de *funcionamiento óptimo de la personalidad* de Carl Rogers (1971). Pero los psicólogos humanistas no solo marcaron un nuevo campo de interés, adscribieron también a una epistemología diferente en el campo de las ciencias sociales adoptando la filosofía existencial y el método fenomenológico, por considerarlo más acorde a su objeto de estudio: la conducta y la mente humana

(Rogers, 1993). Esta es quizás la razón fundamental por la que, si bien dejó una profunda huella en psicoterapia, la psicología humanística no logró ser totalmente asimilada por el mundo académico inmerso en la ciencia empírica tradicional (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

A partir de los años 80 del siglo XX, paralela en el tiempo a la emergencia del concepto de promoción en los organismos internacionales de la salud y a la orientación salugénica en la Sociología de la Medicina, la Psicología renueva un progresivo interés por estudiar las dimensiones positivas o salugénicas del ser humano. Comienzan a hacerse cada vez más frecuentes las investigaciones independientes en relación a temas tales como la creatividad, la resiliencia, la inteligencia emocional, las inteligencias múltiples, el bienestar subjetivo y el bienestar psíquico, entre otras. Esto representa, según ciertos investigadores, un nuevo paradigma de reflexión teórica y metodológica (Casullo 2000).

La nueva orientación del ES en Psicología tiene su más reciente manifestación en la **psicología positiva**.

El objetivo de la psicología positiva es promover el interés por una psicología que, más allá de reparar el daño, fortalezca las cualidades positivas del psiquismo humano (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Siguiendo esta línea, entonces, la psicología positiva se orienta hacia la investigación sobre: a) las experiencias positivas subjetivas, b) los rasgos positivos individuales y c) las instituciones que generan a) y b) (Seligman & Peterson, 2000).

Para la psicología positiva la *salud psíquica* es sinónimo de *felicidad* o *vida plena*, las cuales a su vez engloban los conceptos de *vida placentera*, *buena vida* y *vida significativa* (Seligman, 2003).



En virtud de lo observado se puede concluir en forma general que el concepto de salud psíquica evoluciona en la historia de la Psicología desde la ausencia de enfermedad psíquica hacia el funcionamiento psíquico pleno o bienestar psíquico (criterio objetivo) que se percibe como una vida plena o bienestar subjetivo (criterio subjetivo). Esta evolución marca el cambio del MM al ES en Psicología.

Se abordará ahora la cuestión desde otro ángulo realizando una revisión de las posibles definiciones de salud mental.

Tradicionalmente las definiciones de salud psíquica se organizan en base a tres criterios y sus combinaciones. Dichos criterios son: el clínico, el estadístico y el normativo. Para los tres criterios *salud* y *normalidad* son sinónimos (Marietan, 1991; Maslow, 1963).

a) El criterio clínico es el correspondiente al MM clásico. Según este criterio la salud es ausencia de enfermedad. La salud psíquica sería la ausencia de cualquier trastorno definido en los manuales nosográficos -ie: *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM), *International Classification of Diseases* (ICD)- o en las diferentes teorías psicopatológicas.

b) El criterio normativo apunta a un *deber ser* o modelo de perfección psíquica humana estructurado de acuerdo a un sistema de valores imperante -sea este de orden religioso, filosófico, cultural, sociológico, etcétera.-.

c) El criterio estadístico se basa en la media aritmética de una población dada. El *hombre promedio*, «aquél que por sus características se aproxima a la media aritmética de las características del grupo al que pertenece» (Marietan, 1991, p. 2), representa al hombre psíquicamente sano.

Los tres criterios, y sus posibles combinaciones -criterios mixtos según Hugo Marietan-, presentan notorias falencias que se ilustrarán brevemente.

La salud psíquica, desde el criterio clínico, está ligada al progreso nosográfico de la psicopatología. Sobre esta base se podría llegar al absurdo de una hipotética situación en la que se hayan “descubierto” todos los posibles trastornos y por lo tanto la idea de salud sea imposible de concebir. A la inversa de lo sucedido en los orígenes, la presencia total de la enfermedad haría desaparecer la posibilidad de la salud.

El criterio normativo apunta a un ideal relativo al contexto. La noción de *adaptación* es central a este criterio, por ende cualquier conducta que implique transformaciones, revoluciones o cambios con respecto a los valores sustentados por un grupo dado, sería *ipso facto* considerada enferma o anormal.

A un camino similar conduce la utilización del criterio estadístico. La propuesta es la mediocridad: características que caen en los extremos de la campana de Gauss - como por ejemplo los talentos o capacidades excepcionales- no serían psíquicamente saludables.

Desde el paradigma salugénico se gestan dos nuevos criterios de salud.

El primero es el aportado por Maslow (1963) en el marco de su teorización sobre la *self-actualization*. Para este autor la *salud* o la *normalidad* consiste en la **actualización de la esencia de la naturaleza humana**, la cual tiene necesidades, capacidades y tendencias organizadas jerárquicamente, siendo estas buenas o neutras. Maslow concluye:

En este sentido, es bueno lo que conduce a este desarrollo deseable, en la dirección de la actualización de la naturaleza interna. ¿Qué es malo o anormal? Algo que frustra, bloquea o niega, la estructura esencial de la persona. ¿Qué es psicopatológico? Cualquier cosa que perturbe, frustre o bloquee el curso de la

“self actualization”. ¿Qué es psicoterapia o terapia en general? Cualquier medio que oriente a la persona en el sendero de la “self actualization” y del desarrollo, en el sentido que pida su naturaleza interior” (1963, p. 340).

La teoría del *funcionamiento óptimo de la personalidad* de Rogers parte de esta misma base ideológica.

La psicología positiva, por otra parte, sustituye el concepto de *salud mental* por otros entre los que se encuentran los de *felicidad*, *vida plena* (Seligman, 2003), *crecimiento psicológico saludable* (Lopez y Snyder, 2003) o *bienestar*, pudiendo este ser *psíquico* o *subjetivo* según sea evaluado en forma objetiva o subjetiva respectivamente (Diener *et al.*, 1999). Los términos se encuentran circularmente implicados funcionando como causa-efecto unos de otros.

El ES aportaría las siguientes características a la idea de salud mental:

- Se trata de un *proceso* y no de un *estado*.
- En el proceso están implicados microprocesos que interactúan de manera sistémica.
- Permite y requiere una doble evaluación: a) subjetiva, como una sensación interna de plenitud, bienestar o felicidad, y b) objetiva, a través de su funcionamiento social.

La teoría del *funcionamiento óptimo de la personalidad*, de Rogers y la teoría de las *virtudes y fortalezas del carácter* de Christopher Peterson y Martin Seligman son las más representativas del criterio de salud aportado por el ES.

La conceptualización de la salud o normalidad sigue resultando esquiva: «A pesar de los distintos puntos de vista [...] no se ha conseguido la unidad de criterio necesaria

[...]. Éste es uno de los casos en el cual lo pragmático supera ampliamente a lo teórico» (Marietan, 1999, p. 7).

En el marco del ES se tiende a reemplazar el término *salud mental* por otros términos que resultan más operativos. «Las palabras normal o anormal amparan tantos sentidos diferentes que han llegado a ser inútiles. Hoy la tendencia de los psicólogos y psiquiatras es sustituir estas palabras muy generales por conceptos, más específicos, que se incluyen bajo estos titulares» (Maslow, 1963, p. 116).

Se podría conjeturar también que el progresivo abandono del término *salud* puede responder a una necesidad de diferenciación con el MM ya que, todavía bajo su fuerte influencia, este remite cognitivamente a *enfermedad*.

## 2.2. La integración en Psicología

Raúl Serroni Copello (2003) señala cuatro intereses cognitivos de la Psicología que responden a sus pretensiones de:

1- *saber*: Conocimiento sobre la realidad psíquica que da lugar a teorías psicológicas básicas y/o aplicadas.

2- *saber-hacer*: Conocimientos sobre las herramientas que pueden modificar artificialmente la realidad psíquica, de los que emergen las teorías psicotecnológicas.

3- *saber-obrar*: Conocimientos acerca de las intervenciones en donde se usan de manera racional dichas herramientas expresados en teorías psicopraxiológicas.

4- *meta-saber*: utilización de las capacidades recursivas de la ciencia para realizar una crítica epistemológica de las teorías que expresan los intereses cognitivos de la Psicología.

Si se observan las dos grandes vertientes de acción ya mencionadas en las que históricamente la Psicología dividió su quehacer a partir de su nacimiento, se podría colegir que en la actividad volcada a la investigación se fueron elaborando teorías psicológicas básicas y aplicadas, y en la actividad terapéutica se construyeron teorías psicotecnológicas y psicopraxiológicas dando lugar a teorías psicoterapéuticas.

Desde el comienzo de su emergencia como ciencia, el panorama de la Psicología se fue complejizando en base a dos variables: a) la evolución paralela y no siempre integrada de las **teorías psicológicas generales** y de las **teorías psicoterapéuticas**, y b) la proliferación de teorías rivales en ambas vertientes.

La necesidad de una integración se percibe con más fuerza, debido quizás a su mayor “visibilidad” social, en el campo de las psicoterapias.

A comienzos del siglo XX surge el primer modelo psicoterapéutico creado por Freud. En los años 80, cuando los movimientos integrativos comienzan a cristalizar, se cuentan más de 400 corrientes psicoterapéuticas reconocidas (Corsini, 1981; Herink, 1980). Las relaciones entre las distintas corrientes fueron calificadas por Jorge Corsi (1991) como de mutuo desconocimiento y mutua descalificación.

Según Tullio Carere (2001) la historia de los movimientos integrativos en psicoterapia puede ser dividida en tres fases:

1. La primera, que él llama de latencia, comienza alrededor de los años 30 del siglo XX: El tema se insinúa a través de la literatura pero todavía no está definido.
2. La segunda comienza en los años 70, donde crece dramáticamente la necesidad de un puente entre las diversas psicoterapias y comienza a definirse como área de interés.

3. La tercera nace alrededor del cambio de siglo. El actual período se caracteriza por una integración *de facto* y requiere de una integración teórica.

Estos movimientos dieron lugar a *modelos integrativos o eclécticos*. Existen diversos criterios de clasificación de dichos modelos. En base a los aportes de Manuel Villegas Besora (1990) sobre el tema, se podría distinguir, en primera instancia, una integración material de otra formal.

En el campo de la integración **material** -que pretende mezclar o unificar diversas teorías o técnicas-, los movimientos integrativos en psicoterapia se dividen en tres grandes categorías: *sincretismo, eclecticismo e integracionismo*.

El **sincretismo** sería el tipo de integración más común en la práctica. El criterio único del sincretismo es la utilidad y su característica principal es la mezcla ateorética. Se aprenden técnicas y se las utiliza sin tener en cuenta su validación científica.

El **eclecticismo** tiene como criterio fundamental la selección, es decir, existe un criterio unificador que lleva a cierta homogeneidad. Este puede ser: a) *sistemático*: destaca la convergencia entre teorías sin llegar a la fusión, o b) *empírico*: selección de técnicas de diferentes teorías enmarcadas en una nueva teoría.

El **integracionismo** alude a un eclecticismo teórico-técnico cuyo objetivo es la fusión conceptual entre dos o más teorías. Esta síntesis puede tomar dos formas: la *reformulación* o la *construcción de una metateoría*. En la reformulación se observan a su vez dos modalidades distintas: la *asimilativa* que intenta la reformulación de una teoría por otra, y la *acomodativa*, que reformula la propia teoría por integración de elementos compatibles de otras.

Villegas Besora menciona también una integración **formal** con las siguientes subclases: 1) la utilización de un *lenguaje común* -construcción de un “esperanto” de

la psicoterapia-, 2) la elaboración de *paradigmas matriciales* -sobre la base de la pregunta: *¿Qué tratamiento realizado por quién, en qué contexto, con qué paciente que tiene qué problema particular es el óptimo en cada circunstancia?-*, y 3) la exploración de los *factores comunes* que actúan en todas las psicoterapias.

La reseña realizada sobre los movimientos de integración en psicoterapias pone de relieve que los objetivos de integración no solo no se cumplen sino que, de alguna manera, estos intentos agravan lo que se pretendía subsanar.

- En los *sincretismos* hay yuxtaposición de técnicas sin una teoría que los sustente. Esto los coloca fuera del campo del conocimiento científico.
- Los eclecticismos *sistemáticos* y *empíricos* tienen la ventaja de poseer alguna clase de marco teórico que les otorga cierta coherencia. Sin embargo se observan reduccionismos y utilitarismos dado que los resultados apuntan a: a) la creación de nuevas corrientes psicoterapéuticas; o b) el enriquecimiento de una corriente ya existente con el aporte de elementos de otras, lo que lleva a que las corrientes subsidiarias no se reconocen en la nueva estructura; o c) las más de las veces el criterio unificador es la eficacia, minimizando o ignorando las fundamentaciones teóricas.
- En los movimientos *integracionistas* existe una voluntad de síntesis. Sin embargo muchos de estos modelos que apuntan a la superación dialéctica por medio de una teoría general persiguen una utópica y quizás poco funcional *fusión*, con la consiguiente pérdida de la riqueza de lo plural.

Desde el punto de vista de una integración formal, el lenguaje común y los paradigmas matriciales constituyen más un punto de llegada que de partida, dado que entre los modelos psicoterapéuticos se dan diferencias semánticas de términos iguales

lo que pone de relieve **la necesidad de una teoría general que haya integrado previamente los marcos teóricos.**

La atomización de la Psicología, como se dijo, se acentúa también con la brecha conceptual entre las teorías generales y las teorías psicoterapéuticas. Este hiato, a su vez, se salvaría estableciendo correspondencias entre los enunciados de las teorías psicológicas básicas y/o aplicadas, las teorías psicotecnológicas y las teorías psicopraxiológicas, construyendo así un sistema teórico coherente.

En resumen, la falta de progreso de la Psicología debido a su estancamiento en el período preconvergente de la ciencia (Serroni Copello, 1986), se manifiesta tanto en la brecha entre las teorías psicológicas y las teorías psicoterapéuticas como en la proliferación de teorías rivales en ambas áreas.

Serroni Copello distingue dos ámbitos donde buscar las causas del estancamiento de la Psicología: el **contexto conceptual** -al que corresponde el análisis realizado hasta aquí-, y el **contexto social**, o sea, el sistema social compuesto por la comunidad de psicólogos. En este último contexto el autor propone como principio de solución a la **comunicación**, tanto a) entre los miembros de la comunidad de psicólogos, a nivel nacional e internacional, b) entre los psicólogos de diferentes escuelas y b) entre los psicólogos y los expertos de otras ciencias. Por su parte, al abordar el tema de la retórica de la investigación psicológica y los problemas de integración en Psicología, Michael W. Katzko (2002) señala que los investigadores de esta ciencia parecerían necesitar “reinventarla” en cada nueva investigación, lo que lleva a su atomización. La situación se agrava cuando, una vez hecho esto, *adhieren* a la nueva teoría y se disponen a *defenderla* ante las otras corrientes.

La inauguración del sistema enunciativo de la psicoeología no contribuye a la atomización de la Psicología. Muy por el contrario, se presenta como una oportunidad



para completar el espectro de conocimientos sobre el psiquismo humano -haciendo hincapié en sus descuidados aspectos funcionales- y como una posibilidad para construir un modelo integrativo -que pueda aplicarse eventualmente también al campo de la psicopatología para acercarse así a la tan necesaria teoría psicológica general-.

### 2.3. Diálogo entre la psicología humanística y la psicología positiva: algunas propuestas actuales

Dos posiciones caracterizan el estado actual del diálogo entre la psicología humanística y la psicología positiva: Aquella que muestra las diferencias como irreconciliables -**actitud discreta**-, y aquella que las ignora -**actitud sincrética**-. Se considera que ninguna favorece una verdadera integración.

La actitud discreta se manifiesta, desde la psicología positiva, en la descalificación a la psicología humanística por su escaso énfasis en la investigación empírica que ubica a la denominada *tercera fuerza* de la Psicología fuera del campo científico (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Desafortunadamente la Psicología Humanística no se sintió atraída por la acumulación de una base empírica y se diversificó en una miríada de movimientos terapéuticos de autoayuda. [...] Un debate futuro determinará si esto sucedió porque Maslow y Rogers estaban adelantados a su tiempo, porque los defectos eran inherentes a su visión original o si éstos corresponden a unos seguidores demasiado entusiastas (p. 7).

La psicología positiva valida los objetivos de la psicología humanística pero propone hacer “buena ciencia”, entendiendo por esto la utilización del paradigma del positivismo clásico.

Desde la psicología humanística, Eugene Taylor (2001) recomienda a los líderes de la psicología positiva hacer una revisión bibliográfica sobre la investigación realizada desde los comienzos -Rogers y Maslow- hasta la actualidad -división 32 de la Asociación Psicológica Americana correspondiente a la psicología humanística-. En su crítica, Taylor distingue tres significados del calificativo de *Positiva* con el que esta corriente se ha autodenominado, los cuales apuntan a:

- 1- Una epistemología basada en una concepción de la ciencia como *ciencia positiva* -que adscribe a los postulados del positivismo moderno-.
- 2- Una práctica cimentada en el *refuerzo positivo* de la corriente cognitivo-conductual.
- 3- Una visión dualista y dicotómica de la realidad: se privilegian los aspectos *positivos*, se descalifican o ignoran los negativos.

Los tres significados marcan una posición irreconciliable con la psicología humanística.

La actitud sincrética se observa en particular en el campo de las psicotecnologías y las psicopraxiologías. Proviene mayoritariamente de autores de la psicología humanística, los que realizan una integración acrítica yuxtaponiendo la visión de ciencia, hombre y mundo humanística a los recientes aportes empíricos de la psicología positiva.

Stephen Joseph y Alex Linley (2004), por ejemplo, proponen una *teoría psicoterapéutica positiva* basada en el principio humanístico del proceso orgánico de valoración. Justifican esta actitud en el supuesto de que este principio se haya

*implícito* en la colección de teorías producida por la psicología positiva. En la misma dirección apuntan Roger Bretherton y Roderick J. Orner (2004) con su propuesta de una psicología positiva y psicoterapia positiva de orientación existencial.

Pese a las dificultades, existen algunas posiciones que alientan un diálogo enriquecedor **sobre la base de las diferencias** entre ambas corrientes:

El diálogo entre la psicología positiva y la psicología humanística puede ser fructífero. La vocación por el rigor y a la operacionalización de las variables de la psicología positiva es un sabio desafío para los psicólogos humanistas. Por otro lado, la familiaridad de la psicología humanística con los “más altos logros de la naturaleza humana” y con epistemologías y metodologías acordes al objeto, pueden aportar una hondura humana que complementaría el desafío de la psicología positiva para encarar “una masiva investigación sobre las virtudes y fortalezas humanas” (Warmoth, Resnick & Serlin, s.f, p. 8).

En síntesis: se observa que tanto la psicología humanística como la psicología positiva comparten un objetivo común relacionado con el estudio de aquello que es funcional en el psiquismo humano. **Este aspecto es el que justifica su integración para establecer las bases de una psicoeología.** Se observa también que ambas corrientes poseen epistemologías diferentes. Se concluye que **la verdadera integración se dará a nivel de una metateoría**, la cual deberá, a su vez, acordar con el paradigma consensuado actualmente por la comunidad científica.

### **3. Análisis crítico de la teoría del *funcionamiento óptimo de la personalidad*, de Rogers**

#### 3.1. Contexto histórico y enunciados fundamentales de la psicología humanística

Dadas sus características *proteicas*, la psicología humanística no admite ser abordada como una *escuela* dentro de la Psicología sino más bien como un *movimiento* o *corriente*. En este mismo sentido se distingue entre una *actitud humanista* que puede ser rastreada a lo largo de la historia de la cultura -cuyas características generales remiten al interés central por el hombre, su existencia y su experiencia- y el movimiento propiamente dicho –deudor de la antedicha actitud- que nace como "tercera fuerza" de la Psicología frente al Conductismo y al Psicoanálisis en los años 60 del siglo pasado.

Describir el devenir de las ideas que abonan la psicología humanística resulta una tarea compleja, y parte de esta dificultad reside en la imposibilidad de distinguir *un* líder y *una* teoría que organicen el movimiento. Se trata más bien de muchas teorías y pensadores, trabajando en paralelo hacia una misma dirección, que terminan por fraguar en la Asociación Americana de Psicología Humanística –año 1962-.

Más allá de estas dificultades existe una unidad de cosmovisión, una antropología de base y una epistemología compartida que permite que la psicología humanística sea percibida como una *gestalt* con identidad propia.

Se opta entonces por organizar la exposición en base a la pesquisa de dichos aspectos comunes partiendo del ámbito filosófico con la fenomenología y el existencialismo, para luego abordar el contexto socio-histórico-cultural imperante a

partir de los años 30 en Europa y en EE.UU. -período que podría llamarse *de gestación* de esta corriente-. En un segundo momento se abordarán los antecedentes directos en el campo de la Psicología y se arribará finalmente a una síntesis de la idea de hombre y de la idea de ciencia sostenida por el movimiento. El camino elegido es exponer lo dicho como si se tratara de describir los rodeos de una espiral imaginaria, partiendo de los círculos más amplios y alejados hasta llegar al núcleo interior.

### 3.1.1. El primer círculo: fenomenología y existencialismo

Se pueden encontrar los gérmenes de la idea humanística de hombre remontándose muy lejos en la historia del pensamiento. Desde el "conócete a ti mismo" de Sócrates en adelante, numerosas filosofías y religiones propugnan la vuelta al hombre sobre sí mismo para buscar la verdad de su existencia. El pensamiento humanístico no es ni improvisado ni surge por generación espontánea. Entronca con una tradición milenaria.

Si se circunscribe el derrotero a la filosofía occidental, se podría partir de René Descartes, padre de la modernidad, quien divide la realidad en *res extensa* y *res cogitans*. Los filósofos posteriores a él, divergen a su vez en dos vertientes aparentemente irreconciliables. Rollo May (1967) escribe: «A partir de Descartes (1596-1650) se divorciaron el alma y la naturaleza y no quisieron saber nada la una de la otra» (p. 83). El mismo autor cita a Goldon Willard Allport, quien sostiene que estas dos corrientes antagónicas -empirismo e idealismo- posteriormente darán lugar a otras dos concepciones psicológicas igualmente opuestas que se desarrollarán en ámbitos geográficos definidos:

Gordon Allport llamó la atención sobre el hecho de que la psicología americana y británica (lo mismo que la tendencia general intelectual) han seguido las directrices pragmáticas de Locke, que se ajustan al behaviorismo, a los sistemas de estímulo y respuesta y a la psicología animal. En cambio la tradición continental ha seguido la línea leibniziana (p. 26).

Del empirismo de John Locke y de David Hume surgen el positivismo y el experimentalismo y dan lugar en Psicología a escuelas como el conexionismo, el conductismo y el asociacionismo. Estas ideas son continuadas en EE.UU. más adelante. Para esta vertiente el hombre es una *tabula rasa* a la que el medio y su experiencia van determinando.

La corriente iniciada por Gottfried Wilhelm Leibniz y perfeccionada por Immanuel Kant se desarrolla en Europa Central. Desde esta posición existe una mente que, independiente del medio, cuenta con potencialidades propias, innatas, que dan sentido y ordenan la realidad. La psicología humanística se vincula más con esta última tradición, aunque su acta de nacimiento norteamericana le dará algunas notas especiales.

Estas dos concepciones se fueron desplegando en el vaivén entre el empirismo y el apriorismo, lo innato y lo adquirido, *natura* y *nurtura*. Hoy en día los psicólogos no dudan de la importancia tanto de la herencia como del ambiente, pero sigue vigente una cuestión de énfasis en uno u otro factor (Vilanova, 1993).

Si bien el término *fenomenología* -del griego *faínomai* “mostrarse”, “aparecer”, “lo que aparece” (Balagué, 1965)- ya venía utilizándose en Filosofía -por ejemplo, en Kant y en Georg Wilhelm Friedrich Hegel-, adquiere parte de su significado actual hacia fines del siglo XIX con Franz Brentano y Wilhelm Dilthey, y cristaliza como

metodología con Edmund Husserl. De esta manera se va delineando un paradigma científico que algunos pretenden usar para reemplazar al paradigma positivista en las ciencias sociales.

Brentano, que retoma la idea kantiana de una mente dadora de sentido, sostiene que la conciencia no es una suma de elementos sino una totalidad cuya característica es la *intencionalidad*.

El rasgo característico común de todo lo psíquico consiste en eso que frecuentemente se ha designado como conciencia -expresión, por desgracia, muy expuesta a malentendidos-; es decir, consiste en una actitud del sujeto, en una referencia *intencional* -que así ha sido llamada- a algo que, acaso, no sea real, pero que, sin embargo, está dado interiormente como objeto [la bastardilla está en Brentano] (Brentano, 1963, p. 1223).

Dilthey, neokantiano e historiador, hizo hincapié en el medio histórico y cultural como el verdadero *laboratorio* para estudiar al hombre. «Sólo mediante un proceso histórico de abstracción se constituye el pensamiento abstracto, el conocer y el saber» (Dilthey, 1963, p. 1255). Fundador del *comprendivismo*, introduce la *comprensión* de los hechos como objetivo de las ciencias sociales:

Estos hechos espirituales, que se han desarrollado históricamente en la Humanidad y a los que se ha dado, según un uso lingüístico general, la denominación de ciencias del hombre, de la Historia, de la sociedad, constituyen la realidad que queremos no denominar, sino ante todo comprender (Dilthey, 1963, p. 1243).

Auténtico pionero, estipula el concepto de *ley estructural* -desarrollado luego por la psicología de la Gestalt- y enfatiza la importancia de la vivencia afectiva para ordenar la realidad (Vilanova, 1993).

Husserl, discípulo de Brentano y considerado el fundador de la fenomenología - hito fundamental en la génesis del movimiento humanístico- amplía estos conceptos subrayando que sujeto y objeto son inescindibles y que el único mundo es el *mundo vivido*. Propone volver a las cosas, al *fenómeno*, a lo que aparece. «En vez de los objetos en sí mismos [...] consideremos las experiencias subjetivas en las que “aparecen”. Estas “apariencias” son los fenómenos, cuya naturaleza consiste en ser una “conciencia de” su objeto, sea éste real o irreal [las comillas están en Husserl]» (Husserl, 1963, p. 166).

En el caso de las ciencias humanas se trata de volver al hombre. El positivismo, al estudiar al ser humano con un solo criterio -aquello que puede ser verificado empíricamente- lo reduce a una suma de procesos fisicoquímicos y bioquímicos. Husserl propone un método que se adecue a su objeto de estudio, dicho método es el *fenomenológico*. «Los métodos de la ciencia natural y de la psicología son totalmente diferentes, pero tanto una como otra solo pueden alcanzar la exactitud mediante una racionalización de lo “esencial” [las comillas están en Husserl]» (Husserl, 1963, p. 168). Husserl concibe la *esencia* como *sentido* o *significado*. Propone *describir los fenómenos* antes que *explicarlos*. Distingue dos tipos de descripción: la *empírica* para los hechos y la *eidética* para las esencias. A la descripción eidética le corresponde la *intuición eidética* que permite llegar a la esencia más allá de los aspectos del hecho: «lo que aparece no es el mundo o una parte de él sino el “sentido” del mundo [las



comillas están en Husserl]» (Husserl, 1963, p. 167). De esta manera, el método de la reducción fenomenológica se desarrolla en dos etapas:

1ª, sistemática y radical *epogé* de toda “posición” objetivadora en una experiencia, practicada tanto en relación con los objetos particulares como a la total actitud mental; 2ª, experto reconocimiento, entendimiento y descripción de las múltiples “apariencias” de lo que ya no son “objetos” sino “unidades” de “sentido”. De modo que la descripción fenomenológica debe comprender dos partes: descripción de lo “noético”, del “experimentar”, y descripción de lo “noemático” o “experimentado” [las comillas están en Husserl] (Husserl, 1963, p. 167).

Por último, en la *reducción trascendental* es la conciencia misma, el *yo trascendental*, lo que aparece:

Bajo la más rigurosa *epogé*, la subjetividad psíquica se transforma en subjetividad trascendental, y la inter-subjetividad psíquica en inter-subjetividad trascendental. Este último es el concreto y postrer fundamento de donde se deriva el sentido de la existencia de cuanto trasciende la conciencia, incluido todo lo que en el mundo es real [la bastardilla está en Husserl] (Husserl, 1963, p. 170).

La fenomenología ejerce una importante influencia sobre el existencialismo, y ya como *fenomenología existencial* se constituye en base epistemológica y antropológica de la psicología humanística. Se inaugura así una metodología para las ciencias

humanas y un nuevo concepto de ciencia. Sus detractores la calificaron de idealista y de irracionalista. Sus seguidores la presentaron como una verdadera síntesis entre el objetivismo y el subjetivismo, entre el empirismo y el idealismo.

Rechazamos tanto al monismo materialista como al espiritualista pero concedemos pleno valor a la realidad que estos sistemas han descubierto. [...] la objetividad de las ciencias debe concebirse como un reino de objetividad perfectamente determinado, ideado por el hombre y constituido por el interés fundamental de las ciencias en cuestión. La objetividad de las ciencias, la realidad que revelan, no es independiente del hombre, sino tan sólo una respuesta verdadera a una *definida* pregunta científica del sujeto que es el hombre [...] los mundos objetivos de las ciencias, están inseparablemente ligados a los problemas planteados por el sujeto [la bastardilla está en Luypen] (Luypen, 1967, pp. 26-31).

Se abordará a continuación el segundo término de este paradigma fenomenológico-existencial, vale decir al *existencialismo*.

Dicha corriente filosófica reconoce como precedente intelectual la obra de Søren Aabye Kierkegaard, pensador danés de fin del siglo XIX.

Kierkegaard reacciona contra el hombre despersonalizado del sistema cerrado hegeliano. Propone un hombre libre que vive con pasión y compromiso. En el centro de su pensamiento están los conceptos de *angustia* y de *existencia*.

En el lenguaje abstracto [...] la existencia [...] no aparece jamás; justamente porque el lenguaje abstracto es *sub specie aeterni*, hace abstracción de lo

concreto, de lo temporal, del proceso de la existencia, de la angustia del hombre [...] La existencia no se da sin pensamiento; pero en la existencia el pensamiento se halla en un medio extraño [...] La subjetividad es la verdad; la subjetividad es la realidad (Kierkegaard, 1963, pp. 1153-1163).

Kierkegaard fue ignorado por su época y revalorizado por los primeros existencialistas que vieron en él a un visionario.

Se suele señalar como iniciador del movimiento existencialista en Filosofía a Martin Heidegger, discípulo y asistente de Husserl. Toma de su maestro el método fenomenológico para desarrollar su *ontología fundamental*, pero a medida que despliega su pensamiento le resulta insuficiente *describir los fenómenos* siendo su objetivo llegar hasta el *sentido del ser* (Quitmann, 1989), en particular del ser del hombre.

Para Heidegger la esencia del hombre es su *existencia*. “Existir”, del verbo latino “ex sistere”, significa literalmente: *salir, emerger, aflorar* (May, 1967, p. 30). El ser humano se pregunta acerca de su ser estando simultáneamente interrelacionado con otros seres humanos y objetos del mundo. Está *arrojado* al mundo, es *ser-en-el-mundo, ser ahí -Dasein-* confrontado desde un principio con la muerte. *Existencia* es *ser para la muerte*. El miedo y la angustia llevan a la existencia frente a su libertad. Esta libertad toma la forma de elección y decisión. En el acto de elegir y decidir el ser humano se encuentra existencialmente, a la vez como “posibilidad” y como “obligación” de tener que elegir y decidir. En esta tarea el hombre se convierte en él mismo (Quitmann, 1989).

Además de Heidegger, otros pensadores existencialistas influyeron en las ideas humanistas, como Gabriel Marcel, Karl Jaspers y Martin Buber. Este último adquiere

especial significación por su antropología basada en el *encuentro Yo-Tú* y en la *confirmación* interpersonal (Buber, 1969).

Para Helmut Quitmann (1989), las declaraciones filosóficas centrales de la fenomenología-existencial que influyen de manera directa en la psicología humanística son:

- la angustia, la libertad y la responsabilidad como consecuencias del *ser arrojado* de la existencia humana,
- el acto de la *elección* y la *decisión* como expresión de la libertad y a la vez como *necesidad* u *obligación* de la existencia,
- la importancia del tiempo futuro que condiciona en el *proyecto* al presente y al pasado,
- el *estar-en-el-mundo* como característica existencial del hombre y como base fenomenológica de la comprensión de la ciencia.

### 3.1.2. El segundo círculo: el contexto

El período que media entre 1929 y 1962 es el de la concepción y gestación de la psicología humanística (Quitmann, 1989). Este movimiento nace en EE.UU. como producto de la unión de dos cosmovisiones diferentes que finalmente fraguan en una identidad: la local y la europea. Dichas cosmovisiones responden a características culturales y a vivencias históricas diversas.

Tradicionalmente se desataca en la cultura norteamericana la impronta del **optimismo** y del **pragmatismo**.

Barbara Held (2002) rastrea la actitud positiva hasta la revolución americana realizando un recorrido desde las obras de Benjamin Franklin hasta la actualidad a

través del análisis tanto del pensamiento de los intelectuales como de los productos populares -canciones, íconos, publicidad, refranes, dichos, etcétera.-. Concluye afirmando que se podría hablar de una *tiranía de la actitud positiva* que prescribe estar en el *lado soleado de la calle* y que proscribía cualquier forma de angustia.

El pragmatismo norteamericano tiene como exponente intelectual a la corriente filosófica del mismo nombre, primera contribución de EE.UU. a la Filosofía, la cual es a la vez producto y fundamento de esta característica nacional. Mientras en Europa fermentaban las ideas presentadas en el apartado anterior -como ya se dijo, iniciadas por Leibniz-, en suelo americano se desarrollaba el *pragmatismo* -en la senda inaugurada por Locke-. Los principales representantes son Charles Sanders Pierce, William James y John Dewey. La “máxima pragmática” que puede resumir esta posición es: «Entendemos nuestro objeto de estudio atendiendo a los efectos que sean susceptibles de alcance práctico. Así, pues, nuestra concepción de estos efectos equivale al conjunto de nuestra concepción de objeto» (Pierce, 1978, p. 10).

Luego de la *Gran Depresión* americana de los años treinta, se inicia durante la presidencia de Franklin Delano Roosevelt un período que se conoce como *New Deal* en el que, junto con una serie de medidas encaminadas a acelerar la recuperación del país, se vive un clima de optimismo y de resurgimiento cultural. Quitmann (1989) considera que «la fase de reforma del “New Deal” [...] era en último extremo una vinculación de política económica y social activa y de pragmatismo humanista [de John Dewey]» (p. 23).

Paralelamente en estos años en Europa las ideologías nacionalistas van extendiendo sus redes y oprimiendo las libertades. Esto produce la emigración de intelectuales -artistas, escritores, psiquiatras, psicoanalistas, filósofos y científicos-

que se radican en EE.UU.; con ellos llegan a suelo americano nuevas corrientes de pensamiento: entre otras, las ideas existencialistas.

Pero la tradición existencial europea tenía un acento radicalmente diferente a la cultura americana. Irving Yalom (1984) describe la paradójica colisión de estas cosmovisiones:

[La tradición existencial europea] siempre ha dado gran importancia a las limitaciones humanas y a las dimensiones trágicas de la existencia. Estados Unidos [...] se ha caracterizado más por un Zeigeist de expansividad, optimismo, horizontes ilimitados y pragmatismo. Por consiguiente, las formas importadas del pensamiento existencial se han ido alterando sistemáticamente (p. 33).

Las diferencias entre el pensamiento europeo -con su tradición leibniziana, la rebelión del paradigma fenomenológico y su sentido trágico de la existencia- y el norteamericano -caracterizado por la tradición lockeana, el paradigma positivista y la impronta optimista y pragmática- también estaban representadas en el campo específico de la Psicología.

Como ya se dijo en el apartado 2.1.2., al establecerse la Psicología como ciencia independiente en el siglo XIX, presenta dos claras vertientes de acción, ambas estructuradas inicialmente en base al paradigma científico del positivismo clásico: a) una que hace pie en la experimentación; y b) otra que apunta al tratamiento de los trastornos mentales sobre la base del modelo médico.

En EE. UU., consecuente con las diferencias culturales antedichas, el behaviorismo o conductismo toma preeminencia. A partir de John Broadus Watson,

los conductistas americanos no solo tenían la intención de crear una ciencia “pura” sino que también se orientaron decididamente hacia la práctica pedagógica y clínica (Kriz, 1997), al influjo de su orientación pragmática.

En Europa se afirma el pensamiento revolucionario de Sigmund Freud, quien reacciona contra el reduccionismo del positivismo, pero, hijo de su época al fin, no logra despegarse -al menos en la intención de serle fiel- del paradigma positivista y, adhiere al *modelo médico* cuando crea el primer *modelo psicoterapéutico*.

[...] el médico Freud se atuvo enteramente al paradigma de la medicina mecanicista/somática y de la ciencia natural. [...] Por eso su teoría, el psicoanálisis, se inspiró claramente en los modelos científicos de la mecánica, la hidrodinámica y la neurofisiología. [...] hasta su muerte alimentó la esperanza de que finalmente su teoría se pudiera anudar a descubrimientos fisiológicos y bioquímicos (Kriz, 1997, p. 29).

Sin embargo, Freud no concibe al Psicoanálisis solamente como un modelo psicoterapéutico sino también como una teoría psicológica y psicopatológica y como un método de investigación (Laplanche y Portalis, 1996). En esta última función -que finalmente influye sobre las otras-, el paradigma positivista se modifica con elementos simbólicos a través de influencias literarias y filosóficas que dan lugar a una cosmovisión original que marcará fuertemente a la Psicología posterior a él.

El Psicoanálisis se desarrolla en forma discreta en EE.UU. a partir de las conferencias dadas por Freud en la Clark University, en 1909 por invitación de Granville Stanley Hall. Más tarde, junto con la emigración europea pre y post guerra,

arriban también las ideas diversificadas del neopsicoanálisis representado por los psicoanalistas disidentes freudianos.

Queda así planteado el escenario para abordar el último círculo, el de los antecedentes directos de la psicología humanística.

### 3.1.3. El tercer círculo: antecedentes directos

En este último círculo que se cierra sobre la psicología humanística se mencionan a la escuela de la *Gestalt*, la psiquiatría existencial y los psicoanalistas disidentes de la ortodoxia freudiana. La mayoría de los principales representantes de las citadas escuelas pertenecen a la generación emigrante que se forma en Europa y traslada sus conocimientos a América.

Hija de la Fenomenología de Husserl, la **Escuela de Berlín** -Max Wertheimer, Kurt Koffka, Wolfgang Köhler y Kurt Lewin- es la creadora de la teoría de la forma -*Gestalt theorie*-. Surge en Europa como reacción al atomismo y al asociacionismo experimental y propone el principio de que *el todo es más que la suma de sus partes*. Esta escuela estudia la percepción y la presenta como constructiva y estructurante de la realidad del modo más simple y armónico posible. Introduce en la psicología oficial los principios de *estructura* y *totalidad*, pero sus integrantes siguieron pensando a la Psicología como ciencia natural (Vilanova, 1993).

Kurt Goldstein, neurólogo integrante de la escuela de la *Gestalt*, es considerado el padre de la psicología humanística debido a su *teoría orgánica de la autorrealización*. Adapta los conceptos de totalidad y estructura, más allá de la percepción, a todo el organismo humano. De esta manera, enfatiza la indisolubilidad



del fenómeno cuerpo-mente (Vilanova, 1993). Propone que en el organismo existe también una tendencia hacia la buena *gestalt*, «ella es la tendencia hacia un comportamiento excelente, la condición esencial para la existencia de un determinado organismo; ella es la expresión especial de la tendencia general a posibilitar con un empleo mínimo de fuerzas los mayores rendimientos» (Goldstein, 1939, p. 326). A su vez, toma también las características de la relación figura-fondo de la teoría de la forma y las traslada a la relación organismo-mundo.

A pesar de que Goldstein valoriza la base empírica científica, la recontextualiza en el marco de la fenomenología. Rechaza claramente el procedimiento atomístico y propone ver a las partes siempre bajo la óptica de su pertenencia a todo el organismo. Recibe también las influencias del existencialismo a través de Max Scheler y de su contacto con Ludwig Binwanger, integrante de la psiquiatría existencial.

La hipótesis goldsteiniana de que el hombre está motivado por una fuerza que lo lleva a actualizar sus potencialidades será central en la psicología humanística.

Con el **análisis existencial** -o psiquiatría existencial- se pretende una síntesis entre el Psicoanálisis y el modelo de hombre propuesto por Heidegger. Sus máximos representantes son los psiquiatras suizos Binwanger y Medard Boss. Ambos ejercieron su influencia sobre Rollo May, verdadera "bisagra" entre el análisis existencial y la psicología humanística (Vilanova, 1993). Esta tendencia es coetánea a las primeras conceptualizaciones humanísticas y se desarrolla en forma independiente de ésta (Quitmann, 1989).

Binwanger considera a la psicoterapia como una ocasión para la libertad, para que el paciente se autodirija y asuma la responsabilidad. El psiquismo es teleológico, el proyecto de vida dirige la conducta. May (1967) considera que los mayores aportes del análisis existencial son: el énfasis en el individuo, la libertad y la responsabilidad;

el rechazo a toda valoración que no provenga del individuo; el valor del tiempo futuro y del proyecto; y el rechazo al fatalismo tanto ambientalista como instintivista.

Los **psicoanalistas disidentes de la ortodoxia freudiana** constituyen el último grupo que se nombra en esta apretada historia de las ideas que abonan la psicología humanística: Alfred Adler, Carl Gustav Jung, Otto Rank, Friedrich Pearls, Erich Fromm, Victor Frankl, Wilhelm Reich, y otros psicoanalistas discrepaban en muchos puntos fundamentales del Psicoanálisis -como la teoría de las pulsiones, el complejo de Edipo, la interrelación analista-paciente, ciertos procedimientos terapéuticos, etcétera-.

Esas primeras escuelas cismáticas se formaron bajo el impulso creador de un líder original, aunque clamaban por ellas ciertos puntos oscuros en la terapéutica ortodoxa, y emergían típicamente cuando la ortodoxia era fuerte. Cuando el análisis clásico se perdía en discusiones bizantinas e insípidas sobre el pasado del paciente, surgió Otto Rank en los primeros años de la década del 20 acentuando la necesidad de estudiar el *presente* en las experiencias del enfermo; el *análisis del carácter* de Wilhelm Reich apareció en los últimos años de la década del 20 como una respuesta a la necesidad especial de abrir brecha en las “defensas del yo” del carácter; en los años 30 se desarrollaron nuevas *concepciones culturales* por obra de Horney y también de Fromm y Sullivan, cada cual a su modo, cuando el análisis ortodoxo perdió de vista el alcance real del aspecto social e interpersonal de las perturbaciones neuróticas y psicóticas (May, 1967, p. 23).

Merece especial mención por su influencia sobre la psicología humanística el pensamiento de Fromm -quien pretende hacer una síntesis del Psicoanálisis con el

marxismo-, creador del *neoanálisis culturalista* en EE.UU.; toma en cuenta el origen social de las necesidades humanas y considera que existe en el psiquismo una tendencia a actualizar potencialidades (Vilanova, 1993; Quitmann, 1989).

A fines de los años 50 y principios de la década del 60 las condiciones ya estaban dadas para que comenzara a fermentar algo nuevo que más tarde sería conocido como la "Tercera Fuerza". La presidencia de John F. Kennedy, la sombra de la bomba atómica, la perspectiva de Vietnam, la contra-cultura hippie, la carrera del espacio son ingredientes del escenario donde va a tener lugar este nacimiento.

La psicología humanística emerge en principio como una doble reacción: a) a la idea reduccionista y determinista de hombre de las dos grandes corrientes que dominaban la Psicología de la época -el conductismo y el psicoanálisis ortodoxo-; y b) al método del paradigma científico positivista aplicado en ciencias del hombre.

Los primeros humanistas consideraron que las teorías en boga no explicaban satisfactoriamente fenómenos típicamente humanos, como la creación, el altruismo, el heroísmo o la lucha por los ideales. Propusieron una reformulación de la naturaleza, objetivos y métodos de la ciencia psicológica. No era su intención invalidar los significativos aportes de las otras dos fuerzas, sino más bien integrarlos y superarlos en una concepción del hombre como totalidad. Son esclarecedoras con respecto a este tema las palabras de Abraham Maslow, uno de los fundadores indiscutidos de este movimiento, en el prólogo de su libro *El hombre autorrealizado*: «Nuestro trabajo consiste en integrar estas diversas verdades (del freudismo y del behaviorismo) en la verdad total, que debe ser nuestra única lealtad» (Maslow, 1989, p. 3).

La psicología humanística propone volver al hombre mismo, al hombre total, libre y responsable de su destino. Las ciencias deben adecuar el método a su objeto. Dado que la Psicología se ocupa de la conducta del hombre, éste debe ser abordado

adecuadamente, teniendo en cuenta sus particulares características que lo diferencian radicalmente de los objetos de las ciencias positivas.

La Tercera Fuerza adquiere acta de nacimiento en 1962 con la creación de la *American Association of Humanistic Psychology*. En su órgano de difusión, el *Journal of Humanistic Psychology*, se la define de la siguiente manera:

La psicología humanística 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 tienen lugar sistemático ni en la teoría positivista ni en la conductista, o en la teoría clásica del psicoanálisis; p. ej., 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, Anguila, Bühler, Maustakas, etc., al igual que por ciertos aspectos de los escritos de Jung, Adler y los psicólogos psicoanalistas del ego, y psicólogos existencialistas y fenomenológicos [las negritas son agregadas] (*American Association of Humanistic Psychology*, 1962, p. 96)

Se destacan en esta declaración:

- 1- El carácter reactivo del movimiento en sus orígenes.

2- Su carácter *proteico*, como se observa tanto en la mención de las teorías en las que abreva -existencialismo, fenomenología, disidentes freudianos, nuevos teóricos americanos- como en la mención a algunos *integrantes plenos* de esta corriente -ie: Maslow y Carl Rogers- junto con autores que podrán ser clasificados como *antecedentes o influencias* -ie: Fromm, Goldstein-.

3- La ausencia de un corpus teórico unificado.

**4- La inauguración del enfoque salugénico en Psicología.**

El último punto es de particular importancia para este trabajo. Una psicoeología integrada no puede eludir el pensamiento de la psicología humanística.

El nuevo movimiento tuvo desde sus inicios la impronta del *zeigeist* cultural americano. Yalom (1984) enfatiza el optimismo de la psicología humanística al compararla con la psicología existencial:

El enfoque europeo se concentra casi siempre en los límites, en la necesidad de enfrentarse a la angustia derivada de la incertidumbre del no ser. Los psicólogos humanistas, por su lado, se refieren menos a los límites y las vicisitudes que al desarrollo de un potencial, hablan menos de aceptación que de conciencia, menos de angustia y más de experiencias culminantes y de integraciones globales; les interesa menos el significado de la vida que la autorrealización; no se refieren tanto a la separación y al aislamiento básico como al binomio “yo-tú” y al encuentro (p. 33).

Por su parte, May (1967) alerta sobre el pragmatismo americano:

En los Estados Unidos tendemos a ser practicones; pero la cuestión que debe inquietarnos es: ¿y de dónde sacar lo que hemos de practicar? En nuestro afán por la técnica, aunque laudable en sí, tendemos a olvidar el hecho de que la *técnica preconizada por sí misma a la larga termina hasta con la técnica*. [...] No pretendemos emitir un juicio de valor sobre la distinción predominante en América hacia la ciencia “aplicada” en oposición con las tendencias predominantes en Europa hacia la ciencia “pura”; pero sí deseo indicar que nos enfrentamos con un problema bien serio que desborda con mucho los límites de la psicología y la psiquiatría [la bastardilla y las comillas están en May] (p. 27).

Más allá de su aparente heterogeneidad, la psicología humanística sostiene una idea de hombre y una idea de ciencia en común. Sus integrantes responden a dos preguntas fundamentales de manera coincidente: ¿Qué es el hombre? y ¿Cuál es el método científico adecuado para estudiar su psiquismo? A ellas se hará referencia en los apartados siguientes.

#### 3.1.4. El núcleo: las ideas fundamentales

##### 3.1.4.1. Concepción del hombre

- a) El hombre es una totalidad.

La dicotomía cartesiana entre cuerpo y alma queda salvada en el concepto goldsteiniano de *organismo* que alude a la indisolubilidad del sistema cuerpo-mente.

- b) El hombre es un ser-en-relación.

La división cartesiana entre yo y mundo queda también salvada: el hombre integra una estructura yo-mundo, es un ser que deviene en la triple relación con el ambiente - *Umwelt*-, con los otros seres humanos -*Mitwelt*, literalmente co-mundo-, y consigo mismo -*Eigenwelt* o mundo propio- (May, 1967).

William Luypen (1967) sintetiza las dos indisolubilidades -cuerpo-alma y yo-mundo- al definir al ser humano como “*subjetividad-en-el-mundo corporizada*” (p. 32).

Considerar a las relaciones interpersonales como elementos constitutivos de lo humano es la base del concepto de *encuentro*, central en la psicología humanística, que tendrá sus derivaciones en las conceptualizaciones sobre la relación terapéutica.

c) El hombre es existencia.

La actitud existencialista busca «retratar al ser humano no como una colección de sustancias estáticas, mecanismos, esquemas, sino como algo emergente, ebullente, es decir, existente» (May, 1967, p. 30). El hombre es *proceso* en interacción con el triple mundo, abierto a posibilidades y cambios, enfrentado con la necesidad de elegir y decidir, proyectado hacia el futuro.

d) El hombre posee una tendencia a la autorrealización.

Una nota fundamental de la propuesta de la Tercera Fuerza es el presupuesto básico de que el ser humano posee en sí mismo una fuerza, tendencia o potencial innato que lo impulsa al crecimiento y al desarrollo. Esta característica recibe distintos nombres según los autores -*tendencia actualizante* en Rogers, *dinamismo de base* en Joseph Nuttin o *autorrealización* en Maslow (Vilanova, 1993)- y tiene su raíz conceptual en la teoría organísmica de la autorrealización de Goldstein.

Cada uno de nosotros posee una naturaleza interna de base esencialmente biológica, que es hasta cierto punto "natural", intrínseca, innata y, en cierto sentido, inmutable o, por lo menos, inmutante. [...] Puesto que esta naturaleza interna es buena o neutra y no mala, es mucho más conveniente sacarla a la luz y cultivarla que intentar ahogarla. Si se le permite que actúe como principio rector de nuestra vida, nos desarrollaremos saludable, provechosa y felizmente [las comillas están en Maslow] (Maslow, 1989, p. 48).

e) El hombre es un ser libre y responsable.

La libertad y la responsabilidad por la propia existencia son postulados básicos de la Tercera Fuerza. Esta corriente no niega la importancia de las múltiples determinaciones humanas -biológicas, culturales, genéticas, sociales, históricas, etcétera- pero enfatiza el dato de la libertad y la capacidad para sobreponerse a una situación determinada.

Por encima de sus condicionamientos, el hombre posee la libertad y la responsabilidad de ser la persona que es, o en palabras de Buber (1969, p. 15): «Libertad y Destino se hallan solemnemente prometidos entre sí, y una vez unidos, componen el sentido de la vida».

La Libertad, no obstante, no es la última palabra. La libertad solo es una parte de la historia y la mitad de la verdad. La libertad no es más que el aspecto negativo de cualquier fenómeno, cuyo aspecto positivo es la responsabilidad [...]. Esta responsabilidad está en la base del sentido de la vida humana: En una palabra, a cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder



a la vida "respondiendo" por su propia vida; solo siendo responsable puede contestar a la vida [las comillas están en Frankl] (Frankl, 1999, p. 181).

f) El hombre es un ser dador de sentido.

La psicología humanística no niega la realidad de los fenómenos inconscientes, pero para esta corriente el hombre es ante todo un ser *consciente*. La conciencia le permite hacer uso de su libertad y de su responsabilidad. A través de ella puede otorgar significados y valores al mundo, puede elegir y perseguir sus metas, proyectar y autoprojectarse.

g) El hombre está orientado por la meta.

El futuro, el proyecto, *determina* el presente. «Creo justo afirmar que ninguna teoría de la psicología estará jamás completa, si no se incorpora centralmente la idea de que el hombre tiene su futuro en su propio interior, dinámicamente activo en el momento actual» (Maslow, 1989). «Las causas del comportamiento [...] están delante de nosotros; son los objetivos finales hacia los que la actividad psíquica tiende» (Vilanova, 1993, p. 109).

Fiel a la impronta americana, la psicología humanística tomará estas ideas sobre el hombre -de corte fenomenológico-existencial pasado por el tamiz del optimismo- para aplicarla fundamentalmente a la elaboración de teorías psicoterapéuticas.

#### 3.1.4.2. Concepción de la investigación científica en Psicología

Como se dijo, la psicología humanística reacciona contra la *psicología oficial* norteamericana deudora del paradigma científico positivista, el cual aborda el

psiquismo humano en base a los procesos fisicoquímicos y bioquímicos empíricamente verificables y postula la búsqueda de la verdad objetiva. Dicho paradigma rechaza cualquier intromisión de ideas filosóficas por ser éstas consideradas especulaciones fuera del ámbito científico.

Si el ser humano es concebido con las notas consignadas en el apartado anterior, el método del positivismo clásico se presenta como insuficiente, reduccionista e ingenuo para el estudio de su psiquismo.

Todo método científico se basa sobre ciertos postulados filosóficos [...]. Es una equivocación garrafal, aunque corriente, creer ingenuamente que la mejor manera de observar los hechos es despojarse de toda preocupación filosófica. [...] En nuestros días esto ha dado por resultado el que se confunda la ciencia con métodos que pretenden *aislar* los hechos y observarlos *sin prejuicios*: es un método particular que brotó de la ruptura entre sujeto y objeto que se produjo en el siglo XVII en la cultura occidental y que luego, en los siglos XIX y XX, evolucionó hacia sus formas especiales de comportamientos estancos. [...] parece especialmente lamentable que nuestros conocimientos en un campo tan vital como el de los estudios psicológicos del hombre [...] se vean entorpecidos por la aceptación arbitraria de ciertos postulados restringidos [la bastardilla está en May] (May, 1967, pp. 25-26).

Los pensadores humanísticos, que de ninguna manera intentaban privar a la Psicología de su estatus científico, encuentran en la fenomenología existencial la base desde donde postular la adecuación de la metodología al estudio del psiquismo. El

método fenomenológico podría resolver la tensión paradójica básica de las ciencias del hombre que Rogers resume así:

Y es aquí, precisamente, donde nos enfrentamos con el punto último de la investigación científica: la exploración objetiva de los aspectos más subjetivos de la vida; la reducción a hipótesis y, en resumidas cuentas, a teoremas, de todo lo que forma el mundo más personal, más completamente interior y más estrictamente privado (Rogers, 1993, p. 192).

La perspectiva fenomenológica da impulso al *enfoque cualitativo* en investigación, que busca «obtener información de sujetos, comunidades, contextos, variables, o situaciones **en profundidad**, en las propias “palabras”, “definiciones” o “términos” de los sujetos en su contexto [Las comillas están en Hernández Sampieri. La negrita es agregada]» (Hernández Sampieri, 2003, p. 450). Algunos de los principales instrumentos para recolectar información cualitativa son las entrevistas, los *focus groups*, las biografías y el estudio de casos.

La base epistemológica fenomenológica existencial de la psicología humanística es, a la vez, su mayor riqueza y su talón de Aquiles.

Su mayor riqueza porque su apertura a la filosofía, en donde abreva, la obliga a un permanente replanteo de sus ideas y la aleja del dogmatismo. Desde esta postura aborda al psiquismo humano en profundidad y en perspectiva. Por otra parte, constituye su punto débil dado que la dificultad en la resolución de la tensión paradójica expuesta por Rogers ha llevado a muchos de sus seguidores hacia la descalificación o el desinterés por la contrastación empírica.

De todas maneras, la mayoría de los psicólogos humanísticos -con la excepción de May y de Rogers- no se desvelaron con preocupaciones epistemológicas. Su interés central fue la *praxis*. Se abocaron particularmente al campo de la psicoterapia elaborando psicotecnologías y experimentando psicopraxiologías sobre la base de una común definición de hombre.

En el próximo apartado se expondrá la teoría de la personalidad de Rogers, quizás la única concepción humanística «que encierra implicaciones teóricas claras y consecuentes sobre la naturaleza humana» (May, 1967, p. 27) para abordar finalmente su *teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad*.

### 3.2. La teoría de la personalidad de Rogers

Rogers (1902-1987) nace en Oak Park, Illinois, cerca de Chicago. La niñez de Rogers está marcada por una estricta educación protestante y el gusto por la naturaleza. Estudia primero agricultura y luego inicia su preparación como pastor religioso en New York. Más tarde cambia su orientación incorporándose al programa de Psicología Clínica de la Universidad de Columbia, donde obtiene el doctorado en 1931.

Entre 1928 y 1939 trabaja en el *Child Study Department of the Rochester Society for the prevention of Cruelty to children* en Rochester. Rogers (1961) se refiere a esta época como su “dorado aislamiento” debido a que se encontraba alejado de las usinas de conocimiento de las universidades y expuesto a la constante resolución de problemas en la práctica clínica. Verdadero autodidacta, se acerca al pensamiento de diferentes autores -entre los que se destaca Rank-, en búsqueda de la efectividad terapéutica.

En 1940 comienza su vida como profesor universitario al ser contratado por la *Ohio State University* y más tarde por el *Psychology Department* de la *Chicago University*. Poco a poco va elaborando su teoría sin ser consciente en un principio de su originalidad.

Al intentar enseñar a los graduados de la Universidad de Ohio lo que había aprendido acerca del tratamiento y asesoramiento, comencé a advertir que quizás yo había desarrollado mi propio punto de vista, a partir de mi experiencia. Cuando traté de formular algunas de estas ideas y exponerlas en un trabajo que presenté a la Universidad de Minnesota, en diciembre de 1940, experimenté reacciones muy intensas (Rogers, 1993, p. 24).

Los años en Ohio y Chicago se caracterizaron por una intensa investigación y la conceptualización de sus teorías de la personalidad y de la terapia.

Luego de un breve paso por la *University of Wisconsin*, Rogers se establece en 1962 en California donde, además de contribuir a la formación de la psicología humanística, trabaja con grupos y en la aplicación de su teoría a otros campos más allá de la psicoterapia, como la educación, las organizaciones y la política. Muere en 1987 (Suhd, 1995).

En el pensamiento rogersiano se entrelazan: las influencias del conductismo y la epistemología positivista de su formación académica; los elementos de un psicoanálisis depurado por la *terapia relacional* de influencias rankianas; y las ideas fenomenológicas y existencialistas a las que accede durante sus años en las universidades de Ohio y Chicago.

Entré en contacto con la obra de Sören Kierkegaard y Martin Buber gracias a la insistencia de algunos estudiantes de teología que realizaban cursos conmigo en Chicago. Me aseguraron que coincidiría con el pensamiento de estos hombres y estuvieron bastante acertados. [...] A pesar de que Kierkegaard vivió hace cien años, no puedo dejar de considerarlo un amigo sensible y muy perspicaz (Rogers, 1993, p. 180).

Estas influencias lo llevan naturalmente a constituirse en líder de la psicología humanística, dado que su historia intelectual y sus características personales repiten como en espejo las de dicho movimiento en su totalidad.

La psicoterapia y la investigación sobre la efectividad terapéutica fueron sus pasiones, las cuales sintió durante buena parte de su vida como en conflicto: «Se trataba de la contradicción entre el positivismo lógico en el que fui educado, y que respetaba profundamente, y el pensamiento existencial de orientación subjetiva que se estaba desarrollando en mí por resultarme especialmente útil en la labor terapéutica» (Rogers, 1995, p. 180).

Su teoría de la personalidad es de alguna manera el punto de unión entre su afán científico y su necesidad práctica. Tiene como base sus experiencias en ambos campos -la investigación y la psicoterapia- y una vez formulada se mantuvo casi sin modificaciones. Por otra parte, su teoría de la psicoterapia sufre transformaciones pudiendo distinguirse claramente tres etapas en su conceptualización<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> a) La terapia no-directiva (1940-1950) que constituye una reacción contra las prácticas manipulativas del conductismo y del psicoanálisis clásico; b) la Terapia Centrada en el Cliente (1950-1960), período en el que realiza abundante investigación y donde elabora su Teoría de la Personalidad; c) Terapia Centrada en la Persona (1960-1980) donde se observa un énfasis en el vínculo terapéutico y en el encuentro personal entre el terapeuta y cliente. En sus últimos años su interés se centró en lo interpersonal, lo transpersonal y los *Grupos de Encuentro* (Rud, 1994).

A continuación se expondrá la teoría de la personalidad rogersiana siguiendo la formulación de *Psicoterapia y Relaciones Humanas*, obra escrita en colaboración con Marian Kinget y publicada en 1957.

El concepto fundante sobre el que se sustenta toda la teoría de la personalidad rogersiana es la hipótesis básica de la existencia de una *tendencia actualizante* (TA), o sea, una capacidad innata presente en todo organismo, tanto en el orden filogenético como ontogenético, que lo impulsa a actualizar sus potencialidades, crecer y desplegarse, siempre y cuando no haya interferencias ambientales que la obstaculicen. «Importa precisar que la *noción de la tendencia actualizante es el postulado fundamental de nuestra teoría* y que esta tendencia es manifestada por el organismo en su totalidad y únicamente en su totalidad [la bastardilla está en Rogers]» (Rogers & Kinget, 1971, p. 188). Se observa en este postulado principal dos notas fundamentales de la idea de hombre humanística ya consignadas en el apartado 3.1.4.: la concepción del hombre como una totalidad psico-física que se expresa en el término *organismo* y la presencia de la tendencia a la autorregulación y autorrealización formulada por Goldstein.

Sobre la base de esta afirmación Rogers explica la evolución de la personalidad a partir de la infancia. Su teoría de la personalidad no incluye una teoría psicoevolutiva detallada, pero a grandes rasgos establece que:

1- Para el niño la percepción de su *experiencia es* su realidad. La noción de experiencia se refiere a «todo lo que pasa por el organismo en cualquier momento y que está potencialmente disponible a la conciencia» (Rogers & Kinget, 1971, p. 190),

y cita como sinónimos de esta expresión a las nociones de *campo experiencial* y *campo fenomenológico*<sup>4</sup>.

2- El organismo-niño está en condiciones de valorar sus experiencias a través de la TA, por lo tanto: valora positivamente lo que **percibe** como un refuerzo a esta tendencia y negativamente lo que **percibe** como un obstáculo a ella, y en consecuencia «tiende a buscar las *experiencias* que percibe como positivas y evitar las *experiencias* que percibe como negativas [la bastardilla está en Rogers]» (Rogers & Kinget, 1971, p. 238). A este proceso se le llama *proceso de valoración orgánica* y funciona como una motivación polimorfa respecto al organismo en general.

3- El niño en interacción con su medio funciona como una *gestalt*. Gradualmente comienza a discriminar las experiencias que se refieren a él mismo –*experiencia de sí mismo*- de las que se relacionan con el mundo exterior. La noción de experiencia de sí mismo «engloba todos los hechos y acontecimientos del campo fenomenológico que el individuo reconoce en relación con el “yo” [las comillas están en Rogers]» (Rogers & Kinget, 1971, p. 195).

4- Como parte de la TA, comienza el proceso de formación de *la noción de sí mismo* -también llamada por Rogers *noción de yo, yo, estructura del yo, idea o imagen de sí mismo*-, que designa a la **autoconciencia**: entendida como la configuración de la experiencia disponible a la conciencia compuesta por las *simbolizaciones* de las «percepciones que se refieren al yo, a las relaciones del yo con

---

<sup>4</sup> Se llama *experiencia* a todo lo que constituye el psiquismo del ser humano tanto en sus elementos conscientes como inconscientes. La *experiencia simbolizada*: es todo lo que el individuo sabe de sí mismo y todo lo que se encuentra disponible para pasar a la conciencia. La *experiencia no simbolizable*: es todo lo que no se encuentra disponible a la conciencia o bien porque fueron percibidas por el individuo como no importantes, o bien porque se trata de procesos que no alcanzan el umbral de percepción. Las *experiencias potencialmente simbolizables*: son aquellas donde la simbolización es posible pero se encuentra impedida por la significación amenazadora que pueda tener en relación a la autoimagen (Rogers & Kinget, 1971).



los demás, con el medio y con la vida en general, así como los valores que el sujeto concede a estas diferentes percepciones» (Rogers & Kinget, 1971, p. 196). La posibilidad de tener una noción de sí mismo se activa gracias a la TA, pero a su vez ésta está cruzada por la socialización. Vale decir, el niño comienza a simbolizar parte de su experiencia como vivencia de sí mismo, como individuo autónomo, pero estas percepciones del yo están **ligadas a valores** que en muchos casos no provienen de él -de su valoración organísmica- sino de la valoración de las personas significativas para el niño. La noción de yo, entonces, es una percepción de la experiencia y su simbolización en base a una valoración en parte organísmica y en parte producto de la valoración de los otros significativos.

5- La importancia de los otros significativos en el desarrollo de la personalidad se justifica por la *necesidad de aprecio o consideración positiva* por parte de los otros significativos. «Esta necesidad es universal, ya que existe en todo ser humano y se deja sentir de un modo continuo y penetrante» (Rogers & Kinget, 1971, p. 240).

El proceso de satisfacción de la necesidad de consideración positiva es bilateral porque al satisfacer la necesidad de consideración positiva por parte del otro significativo, se satisface a su vez la necesidad de ser valorado positivamente por el sí mismo -autovaloración positiva o *necesidad de consideración positiva del sí mismo*-.

La necesidad de aprecio positivo puede alcanzar tal intensidad que puede llegar a interferir con la TA.:

[...] puede convertirse en una fuerza directiva y reguladora más fuerte que el proceso de valoración “organísmico”. Es decir, el sujeto puede llegar a preferir las direcciones que proceden de esas personas [los otros significativos] a las que

proceden de *experiencias* susceptibles de satisfacer su *tendencia a la actualización* [la bastardilla está en Rogers] (Rogers & Kinget, 1971, p. 241).

En condiciones ideales, si el niño recibiera una *consideración positiva incondicional*, no se desarrollarían las *condiciones de valor*<sup>5</sup>, y la valoración sería puramente orgánica. Pero por lo general el sujeto siente que el aprecio positivo de las personas significativas es *condicional*. Poco a poco comienza él también a percibir en forma condicional y selectiva sus experiencias en relación al cumplimiento o no de las condiciones de valor, para poder mantener así su *autoestima*.

La TA también se manifiesta en la noción de yo. Rogers hipotetiza que la necesidad de autoestima es, al igual que la noción de sí mismo, en parte innata y en parte producto de la introyección de los valores del medio.

La valoración condicional implica que la fuente de valoración es externa, ya no es orgánica ni responde a la *experiencia* de sí mismo. Responde a la *imagen o noción* de sí mismo que se ha ido consolidando en forma distorsionada. La valoración condicional indica una **distorsión perceptual** que provoca *incongruencia* entre la noción de yo y la experiencia real.

Cuando el individuo se encuentra en estado de incongruencia, está sujeto a tensión y confusión. En ciertos aspectos su comportamiento está regido por la tendencia actualizante y en otros, por la tendencia a la actualización del yo. [...] este tipo de conducta se conforma, unas veces, a la imagen de yo y otras a las exigencias del organismo. [...] En realidad se esfuerza en vano por actualizar un

---

<sup>5</sup> «Cuando el sujeto busca o evita ciertas experiencias únicamente porque le parecen (o no le parecen) dignas de la consideración positiva de sí mismo» (Rogers & Kinget, 1971, p. 214).

“yo” que no concuerda -o ha dejado de concordar- con lo que él experimenta verdaderamente, es decir, con su experiencia [las comillas están en Rogers] (Rogers & Kinget, 1971, p. 202).

Esto determina cierto grado de ansiedad, y la aparición de conductas defensivas: Aquello que es una amenaza para el concepto del yo no se puede simbolizar correctamente en la conciencia, entonces se lo niega o se simboliza en forma distorsionada. De esa manera se va consolidando una noción de yo en la que “faltan” experiencias percibidas a nivel de la *subcepción*<sup>6</sup> como amenazantes para el yo, y en la que existen simbolizaciones de elementos introyectados del medio -no experienciales- para satisfacer la necesidad de consideración positiva de los otros significativos y la del sí mismo.

Los mecanismos de defensa aparecen para evitar la ansiedad que produce la incongruencia entre la experiencia y la noción de yo. Cuanto mayor sea la congruencia entre el yo y la experiencia, mayor posibilidad de funcionar como una persona plena. Cuanto mayor sea la incongruencia, mayor será la ansiedad, la rigidez perceptual y el uso de mecanismos de defensas.

Rogers pone en el origen de los fenómenos psicopatológicos al estado de incongruencia entre el yo y la experiencia, y en el origen de los fenómenos psicoeulógicos el estado de congruencia entre el yo y la experiencia.

---

<sup>6</sup> «Esta noción, introducida por McCleary y Lazarus significa: discriminación (de excitantes) sin representación conciente [...] explica la capacidad del sujeto para distinguir el carácter amenazador de una experiencia, sin darse cuenta plenamente de tal carácter amenazador» (Rogers & Kinget, 1971, p. 195).

En forma esquemática podrían resumirse los conceptos fundamentales de esta teoría de la siguiente manera:

Todo organismo humano presenta ciertas **tendencias**:

- A la actualización de potencialidades: TA.
- A percibir experiencias internas y externas, discriminarlas, tomar conciencia de sí y organizarlas en una noción de yo -todo esto como parte de la TA-.

Todo organismo humano presenta ciertas **necesidades** que interactúan con sus tendencias para organizar su noción de yo:

- *De consideración positiva.*
- *De consideración positiva de sí mismo.*

La **TA** es la guía o “brújula” que mueve al organismo hacia un funcionamiento pleno.

En la **experiencia** el organismo percibe su corriente existencial. Es por lo tanto la fuente, “lugar” o espacio desde donde se valora organísmicamente -o sea, en base a la TA-.

La **percepción** -utilizada por Rogers como sinónimo de conciencia (Rogers & Kinget, 1971, p. 194)- es el medio que posee el organismo para captar su experiencia -o sea, su existencia-, y para simbolizarla en el autoconcepto o noción de yo.

La **noción de yo** pasa así a ser el “timón” de la conducta del ser humano. Es parte de la TA y está cruzada por la socialización debido a la necesidad de consideración positiva por parte de los otros significativos y su correlato de necesidad de consideración positiva del sí mismo.

Tal como lo plantea Rogers, entonces, la noción de yo -y su estado de congruencia o incongruencia con la experiencia- será la piedra de toque que determinará la salud o el trastorno psíquico.

Si la noción de yo pudo estructurarse en base a una consideración positiva incondicional por parte de los demás, las experiencias se simbolizaron correctamente y por lo tanto coincidirá -será *congruente*- con la experiencia. Dado que la experiencia es fluida y cambiante, la noción de yo también será flexible y permanecerá abierta a la experiencia y a nuevas reformulaciones.

Si, por el contrario, la noción de yo se estructuró en base a una consideración positiva condicional por parte de los otros, las experiencias no se simbolizan correctamente en la conciencia debido a la amenaza que representan. Aparecen las conductas defensivas y se consolida entonces una noción de yo rígida, estereotipada, alejada de la experiencia y de la posibilidad de acceder a la “brújula” de la TA.

### 3.3. La teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad (FOP)

Como se dijo, la preocupación central de Rogers era ser *efectivo* como terapeuta. Rogers construye su teoría de la personalidad después de la formulación de su teoría de la terapia, y como fundamentación de los presupuestos de ésta. Sus investigaciones sobre la efectividad psicoterapéutica y su experiencia como terapeuta lo llevan a postular que «el resultado final (e ideal) de la psicoterapia» (Rogers & Kinget, 1971, p. 258) es homologable al funcionamiento hipotético de alguien que en la formación de su personalidad tuvo una aceptación positiva incondicional por parte de los otros significativos. Vale decir, a una persona que presenta un *funcionamiento óptimo de la personalidad*.

Si bien la teoría del FOP está implícita en su teoría de la personalidad y de la terapia, de todas maneras «merece ser formulada de modo independiente y sistemático» (Rogers & Kinget, 1971, p. 258). Con el objeto de realizar su posterior análisis se la transcribe textualmente tal como Rogers y Kinget (1971) la formula en *Psicoterapia y Relaciones Humanas*:

A. Todo individuo posee una *tendencia* inherente a *actualizar* las potencialidades del organismo.

B. El individuo tiene la capacidad de *representarse* su *experiencia* de un modo correcto y tiende a ejercer esta capacidad.

Corolario: Tiene la capacidad de mantener y la tendencia a mantener un *estado de acuerdo* entre la *noción de yo* y la *experiencia*.

C. El individuo siente una *necesidad de consideración positiva*.

D. El individuo siente una *necesidad de consideración positiva de sí mismo*.

E. La manifestación de las tendencias enunciadas en A y B es función de las satisfacciones señaladas en C y D. Más bien, las tendencias A y B se expresan en la medida que:

1. El sujeto *siente* la *consideración positiva incondicional* de las personas significativas.
2. Esta *consideración positiva incondicional* se revela en el sujeto en el seno de una relación en la que se sienta comprendido de un modo *empático*.

F. Cuando se dan al máximo las condiciones estipuladas en E, el individuo *funciona plenamente*. Un individuo así presenta las características siguientes:

1. Está “abierto” a su experiencia.

Corolario: no manifiesta *conductas defensivas*.

2. Como consecuencia, todas sus *experiencias* son accesibles a la *conciencia*.
3. Sus *percepciones* son tan *correctas* como lo permiten los datos de su *experiencia*.
4. La *estructura del yo* concuerda con su *experiencia*.
5. La *estructura del yo* es una “gestalt” o configuración “fluida” que se modifica con flexibilidad durante el proceso de asimilación de *experiencias* nuevas.

6. El sujeto se percibe como el centro de *valoración* de su *experiencia*.

El proceso de *valoración* es continuo y “organísmico”.

7. El proceso de “valoración” no está sometido a condiciones externas.

Corolario: el sujeto *experimenta* un sentimiento de *consideración positiva incondicional* hacia sí mismo.

8. Se porta en toda ocasión de un modo adaptado y manifiesta una actitud creadora hacia toda situación nueva.
9. Descubre que su capacidad de *valoración* autónoma, “organísmica”, representa una fuente de dirección digna de confianza y capaz de guiarle hacia formas de conducta productoras de satisfacción. Esto a causa de que:

- a) Todos los datos de la *experiencia* son accesibles a la *conciencia* y son utilizados.
- b) Ningún dato de *experiencia* es negado o *deformado*.
- c) Las consecuencias de la conducta son accesibles a la *conciencia*.
- d) Los errores cometidos al perseguir el máximo de satisfacción – errores debidos a la insuficiencia de datos experienciales- serán corregidos por la prueba de la realidad.

10. Teniendo en cuenta el carácter positivo, desde un punto de vista afectivo, de la *consideración positiva* recíproca, este individuo vive con los demás en la mejor armonía posible [la bastardilla está en Rogers & Kinget] (Rogers & Kinget, 1971, pp. 259-261).

### 3.4. Presupuestos epistemológicos de la teoría del FOP

La distinción que realiza Karl Popper entre el *contexto del descubrimiento* y el *contexto de justificación* exige al análisis epistemológico centrarse en las cuestiones lógicas y pasar por alto todo lo relacionado con la situación particular en la que fue realizado un descubrimiento científico.

La etapa inicial del trabajo científico consistente en concebir o inventar una teoría no exige el análisis lógico ni es susceptible de él [...] La cuestión de cómo se le ocurre una nueva idea a una persona [...] puede ser de gran interés para la psicología empírica, pero carece de importancia para el análisis lógico del conocimiento científico (Popper, 1980, pp. 30-31).

Sin embargo, esta distinción ha sido cuestionada por algunos epistemólogos - Norwood Russell Hanson, Michael Polanyi, Paul K. Feyerabend y otros- que consideran que se trata de dos dominios imposibles de separar (Serroni Copello, 1986, p. 135). Desde esta última posición resulta interesante explicitar algunas cuestiones referentes al contexto del descubrimiento de la teoría del FOP.



Como ya se ha dicho, Rogers percibe una contradicción entre su afán de objetividad científica y su compromiso subjetivo como terapeuta:

Mientras adquiría experiencia como terapeuta, realizando la labor estimulante y enriquecedora de la psicoterapia, y mientras me desempeñaba como investigador científico para indagar algunas verdades acerca de ésta última, fui tomando conciencia del abismo existente entre estas dos tareas (Rogers, 1993, p. 180).

La misma contradicción fue experimentada por Freud:

La coincidencia de la investigación con el tratamiento es, desde luego, uno de los títulos más preciados de la labor analítica; pero la técnica que sirve a la primera se opone, sin embargo, al segundo a partir de cierto punto [...] El éxito terapéutico padece en estos casos utilizados desde un principio para un fin científico. Obtenemos los mejores resultados terapéuticos en aquellos otros en los que actuamos como si no persiguiéramos fin ninguno determinado, dejándonos sorprender por cada nueva orientación y actuando libremente (Freud, 1912/1996, p. 1656).

Ambos llegan a soluciones similares. Freud afirma que «La conducta más acertada para el psicoanálisis consistirá [...] en no especular ni cavilar mientras se analiza y esperar a terminar el análisis para someter el material reunido a una labor mental de síntesis» (Freud, 1912/1996, p. 1656), y Rogers cree haber llegado a una integración de la siguiente manera:

[En la relación terapéutica] los sentimientos y conocimientos se funden en una experiencia unitaria que se vive -no se estudia-, la conciencia no es reflexiva y yo soy un participante -no un observador- [...] [esta relación] despierta mi curiosidad, puedo abstraerme de la experiencia y verla desde afuera, convirtiendo a los demás y a mí mismo en objeto de observación. Como observador empleo todos los elementos [...] para evitar engañarme y lograr una idea más adecuada del orden existente, uso todos los cánones de la ciencia (Rogers, 1993, p. 199).

Así, su teoría del FOP surge de lo experimentado en terapia y a su vez describe el *producto* de una terapia exitosa. Vale decir: **el resultado de una terapia exitosa corresponde al funcionamiento *natural* del ser humano -de acuerdo a su teoría de la personalidad- si éste se encuentra en un entorno apropiado.** A diferencia de Freud, Rogers somete a la contrastación empírica este producto utilizando los instrumentos y técnicas que con los que cuenta la comunidad científica de su época -técnica “Q”, Escalas de Madurez Emocional, MMPI, Rorschach, TAT y otros-.

En Rogers se conjugan la formación positivista y la vocación existencial. Pero, como dice Alberto Vilanova (1993), «En su pensamiento están nítidamente discernidos los elementos que corresponden a la ciencia de aquellos de reflexión libre» (p. 82) lo que lo lleva a «producir esa curiosa teorización donde el positivismo y la fenomenología se intersectan, dialogan y articulan» (p. 84). Por lo tanto, su modelo se considera particularmente valioso en un contexto de integración epistemológica.

### 3.4.1. Premisas fundamentales y derivadas

Se podría decir que, así como Freud presenta una teoría psicopatológica como fundamentación de su modelo psicoterapéutico, Rogers formula una teoría psicoeulógica -la teoría del FOP- como presupuesto de su teoría de la psicoterapia. Ambos sientan así las bases de sus respectivas teorías de la personalidad.

Rogers se rehúsa expresamente a nombrar al funcionamiento psíquico óptimo como *adaptación, felicidad o realización* dado que estos términos aluden a estados que sugieren inmovilidad. Por el contrario, presenta al FOP como un *proceso* muy alejado del concepto de homeostasis (Rogers, 1993).

En su teoría del FOP, Rogers formula sus postulados «en orden creciente de certeza» (Rogers & Kinget, 1971, p. 237) desde los más abstractos hasta los mejores candidatos para la contrastación empírica.

Dos son las premisas fundamentales de cuyo interjuego surge la teoría:

- 1- La presencia en el organismo humano de una **TA**, y
- 2- La **necesidad de consideración (aceptación o aprecio) positiva** -por parte de los otros y del sí mismo-.

La tercera premisa, que se establece como piedra angular de la teoría, surge del interjuego de las anteriores y es:

- 3- La **noción de yo** -como *guía* de la TA a través de la percepción-conciencia de experiencias internas y externas, y *objeto* de la satisfacción de la necesidad de aprecio, tanto por parte de los otros como del sí mismo-.

Los dos primeros presupuestos no son originales de Rogers: La TA es deudora de la *teoría organísmica de la autorrealización* de Goldstein, y la necesidad de estima por parte de los otros y de autoestima figura en la base de muchos desarrollos en Psicología.

Se podría afirmar que hay cierta originalidad en la manera en que Rogers combina ambas teorías en el *concepto de sí mismo* (o noción de yo) -punto E del FOP transcritas en el punto 3.3.-. Rogers subordina el postulado 1 al 2, y define al postulado 3 -noción de yo- en base al interjuego de los dos primeros.

Las premisas fundamentales, a su vez, se completan con la presencia de ciertas **condiciones ambientales**, según las cuales el desarrollo de la personalidad evolucionaría hacia la salud. La aceptación positiva *incondicional* y la comprensión empática por parte de los otros significativos son condiciones necesarias para un funcionamiento óptimo. La ausencia de estas actitudes en el ambiente social obstruiría esta posibilidad. Estas condiciones funcionan como hipótesis derivadas de las hipótesis fundamentales.

La **consecuencia** de las premisas fundamentales y de las derivadas, corresponde a las características de funcionamiento óptimo de la personalidad -las 10 notas correspondientes al punto F de la teoría del FOP-.

En la teoría rogersiana el papel de la percepción de la experiencia es crucial dado que, como se dijo, está íntimamente ligada a la noción de conciencia. Existe una relación de causalidad circular en la que la percepción *correcta* o *distorsionada* de la experiencia permitirá una simbolización *correcta* o *incorrecta*, la cual a su vez condicionará la noción de yo. A su vez, y cerrando el círculo, una noción de yo

congruente o incongruente con la experiencia condicionará una percepción correcta o incorrecta.

La aparente similitud con algunas posiciones cognitivistas y constructivistas actuales, se disuelve al considerar que Rogers aspira a un “anclaje” **experiencial** en la construcción perceptual para un funcionamiento óptimo. Algunas escuelas de las citadas corrientes apuntan más bien al objetivo del bienestar a través de cambios perceptuales funcionales a la adaptación del sujeto al medio. Quizás el pensamiento de Vittorio Guidano (1994), quien subraya la importancia de la vivencia afectivo-emocional del sujeto en la construcción de su identidad, sea el más cercano a la postura rogersiana dentro de estas corrientes.

Primera premisa: Se postula la existencia de una sola tendencia, pulsión o fuerza, que puede ser facilitada u obstaculizada por el ambiente. Se trata entonces de una tendencia única -teoría monista-, polimorfa, y sin contenidos predeterminados.

Resulta interesante comparar esta idea fundamental con el postulado freudiano de la presencia de dos pulsiones contrapuestas.

Se recordará que Freud propone, en su segunda teoría pulsional, dos pulsiones en conflicto: una pulsión de vida -Eros, donde une conceptualmente las pulsiones sexuales y del yo de la primera teoría pulsional- y una pulsión de muerte -Tánatos-.

Según Silvia Tubert (2000, p. 141), Freud reformula su primera teoría pulsional debido a que «Si el yo puede ser libidinizado, y las funciones de autoconservación dependen también del amor a uno mismo, la teoría amenaza con sustituir el dualismo pulsional por un monismo». Se podría decir entonces que la primera teoría pulsional se acercaría a la idea humanística y rogersiana de TA.

La segunda teoría pulsional satisface el requisito estructural dualista de la teoría freudiana, y además sirve para explicar las manifestaciones de odio y agresividad, la

compulsión a la repetición y la reflexión sobre el tema de la muerte. Sin embargo, esta segunda teoría es inconsistente para explicar el conflicto neurótico, tal como lo puntualizan Jean Laplanche y Jean-Bertrand Pontalis (1996):

[...] sorprende efectivamente ver el poco lugar que Freud concede a la oposición entre los dos grandes tipos de pulsiones, oposición a la que no atribuye papel dinámico alguno. Cuando Freud se plantea explícitamente el problema de la relación entre instancias de la personalidad que acaba de diferenciar (ello, yo y superyó) y los dos tipos de pulsiones, se observa que el conflicto entre instancias no es superponible al dualismo pulsional [...] cuando se trata de describir las modalidades del conflicto, no se ve intervenir la supuesta oposición entre pulsiones de vida y pulsiones de muerte (p. 339).

Freud privilegia entonces en su teoría psicopatológica el conflicto entre instancias al conflicto entre pulsiones.

Rogers define, como se dijo, a la TA como «el concepto fundamental de este sistema teórico» (1985, p. 25).

Todo organismo tiene la tendencia innata a desarrollar todas sus potencialidades para conservarlo o mejorarlo. Abarca no solo la tendencia a satisfacer [...] las “necesidades deficitarias” [...] sino también a realizar actividades más generalizadas, como el desarrollo tendiente a la diferenciación creciente de órganos y funciones, la expansión en función del crecimiento, la expansión de la eficacia mediante el uso de herramientas, la expansión y el

mejoramiento a través de la reproducción. Es el desarrollo en el sentido de la autonomía y en sentido opuesto al de la heteronomía (p. 24).

Así como el conflicto entre pulsiones no le alcanza a Freud para explicar la patología, la TA parece bastarle a Rogers tanto como fundamento psicoeulógico como para este propósito:

Las condiciones en las que esa gente se ha desarrollado (varones y mujeres en los peores hospitales estatales) han sido tan adversas, que frecuentemente sus vidas parecen anormales, retorcidas, apenas humanas. Sin embargo se puede confiar en su tendencia direccional. La pista para comprender su conducta es el hecho de que **luchan, en las únicas formas de las que según su percepción disponen, para avanzar hacia el crecimiento, hacia la existencia.** A las personas sanas, sus esfuerzos les pueden parecer grotescos y fútiles, **pero ellos son el intento desesperado de la vida por realizar su propia existencia.** Esta potente tendencia constructiva constituye la base fundamental del enfoque personalizado [la negrita es agregada] (1989, p. 64).

Sin embargo ambos autores -Freud y Rogers- parecen excluir en sus postulados la realidad de la degradación y la muerte como un aspecto de la vida: uno por ponerlo “fuera” de ésta en una pulsión contrapuesta, el otro simplemente por ignorarla. Si en el sistema rogersiano la muerte y el deterioro son entendidos como una *potencialidad*, la definición de la TA como fuerza única sería incompleta.

En su último trabajo, Rogers (1989) amplía el concepto de TA en el de *tendencia formativa*, la que operaría no solo en los organismos vivos sino en todo el universo.

La define como «una tendencia natural hacia un desarrollo más complejo y completo» (p. 63) e intenta una conciliación con el principio de *entropía* -«tendencia universal de todos los sistemas a deteriorar a todos los niveles, en un circuito menos ordenado y más azaroso» (p. 69)- siguiendo los postulados del Ilya Prigogine.

En resumen, cuanto más compleja es la estructura -sea química o humana- mayor es la cantidad de energía que gasta en mantener su complejidad. [...] Dicho sistema es inestable, sufre fluctuaciones o “perturbaciones”, como las denomina Prigogine. Al aumentar las fluctuaciones, estas son amplificadas por las múltiples conexiones del sistema, conduciendo así a dicho sistema [...] a un nuevo estado alterado, *más* ordenado y coherente que antes. Este nuevo estado está dotado de una complejidad todavía mayor y, por consiguiente, también de un mayor potencial para generar cambios (p. 75).

Rogers indica así un camino para la reformulación de sus teorías, concluyendo que «existe como mínimo la posibilidad, de que sobre esta hipótesis podamos comenzar a construir una teoría de la psicología humanística. Y sin duda constituyen una base para el enfoque personalizado» (p. 77), pero él no desarrolla esta tarea.

La segunda premisa de la teoría del FOP cuenta con el consenso de otras teorías, tanto dentro como fuera de la psicología humanística. Para citar solo algunos desarrollos, mencionaremos en primer lugar a Maslow (1989), quien lo incluye como necesidad básica en su escala de necesidades humanas -*necesidad de amor y pertenencia y necesidad de estima y autoestima*-.

Por su parte John Bowlby, proveniente del Psicoanálisis, de la Psicología Evolutiva y de la Etología, refiere a cuestiones similares en su Teoría del Apego, la



cual ha sido confrontada empíricamente en numerosas investigaciones desde su postulación hasta nuestros días (Marrone, 2001). Bowlby propone la presencia de una tendencia innata a establecer una relación afectiva interpersonal de cuya satisfacción - *respuesta sensible*- depende la posterior evolución psíquica del sujeto. Esta tendencia está relacionada con la supervivencia y es un rasgo adaptativo de la especie. Su concepto de *working model* (Bowlby, 1969) define la particular representación del sí mismo y de los demás, junto con las expectativas acerca de las relaciones interpersonales, que fueron internalizadas en la infancia de acuerdo a la manera en que dicha tendencia fue satisfecha. Nótese las similitudes de dicho concepto con la tercera premisa rogersiana.

Dicha tercera premisa corresponde a la génesis de la *noción de yo* y su papel en la conducta. Rogers define el concepto como:

La configuración experiencial compuesta por percepciones que se refieren al yo, a las relaciones con los demás, con el medio y con la vida en general, así como los valores que el sujeto concede a estas diferentes percepciones. [...] esta configuración está *disponible* a la conciencia, aunque no sea necesariamente consciente o plenamente consciente (Rogers, 1985, p. 198).

El concepto de *yo*, entendido como la experiencia de unidad, continuidad y mismidad del sujeto, es uno de los más transitados en Psicología. Existen tantas definiciones de él como teorías y posturas antropológicas, llegando en algunas de ellas a la postulación de su inexistencia (Bateson, 1972; Gergen, 1992). Sin embargo, hay consenso en diferenciar en el concepto de *yo* una dimensión ontológica y una dimensión gnoseológica, esta última fuertemente influenciada por la interacción con

los otros. La dimensión ontológica remite a *lo que el sujeto es*, en el caso de Rogers toma el nombre de *Experiencia*. La dimensión gnoseológica designa a *lo que el sujeto cree ser, noción de sí mismo* en Rogers. Podrían establecerse algunas correspondencias parciales entre las nociones de *experiencia* y *yo* con otras como el *moi* y el *je* de Jacques Lacan o el *self* y el *falso self* de Donald Woods Winnicott, o *el yo como conocedor* y *el yo como conocido* de James.

En los últimos años se ha observado la necesidad de revisar estos conceptos rogersianos, ya que el «énfasis en la naturaleza subjetiva de la experiencia individual y en las cualidades actualizadoras y autodirigidas de las personas» (Holdstock, 1997, p. 207) no es coherente con las nuevas teorías provenientes del:

[...] deconstruccionismo, el interaccionalismo social, desarrollos en las ciencias naturales que pueden resumirse bajo las ideas de holismo, teoría de campo, teoría general de los sistemas y teoría de campo unificado; desarrollos en sociología, en psicología social e incluso en la línea más dominante; en la antropología cultural y psicológica; en la psiquiatría transcultural (Holdstock, 1997, p. 207).

La *aceptación positiva incondicional* por parte de los otros significativos como una condición necesaria para el FOP, es definida por Rogers así:

Tener un sentimiento de consideración positiva incondicional respecto de una persona significa “apreciar” a esa persona. En el sentido que nosotros le damos a ese término -tomado de Dewey- el sujeto es estimado *como persona* e

independientemente de los criterios que podríamos aplicar a los diversos elementos de su conducta (Rogers & Kinget, 1971, p. 212).

Rogers utiliza indistintamente los términos 'aprecio', 'aceptación', 'consideración', 'estima' e incluso 'amor' para referirse a esta actitud. Es importante enfatizar que la incondicionalidad propuesta es de orden filosófico y responde a la antropología común de la psicología humanística, y no se refiere a las acciones concretas del sujeto.

La segunda condición que Rogers postula como *necesaria* para un FOP es que la aceptación incondicional se dé en el marco de una *relación empática*: «El término “empatía” (indica) la capacidad para sumergirse en el mundo subjetivo de los demás y para participar en su experiencia en la medida en que la comunicación verbal y no verbal lo permitan» (Rogers & Kinget, 1971, p. 115).

La necesidad de aceptación positiva incondicional y de empatía para que un sujeto pueda desarrollar un FOP será la hipótesis, derivada de la concepción humanística del hombre expresada en las premisas fundamentales, que Rogers intentará contrastar empíricamente y que está en el núcleo de su teoría de la terapia.

Por último, se aborda las características del FOP, que resultan ser la consecuencia de las premisas anteriormente analizadas, y que se podrían sintetizar de la siguiente manera:

1- Apertura a y percepción correcta de la experiencia;

por lo tanto:

Congruencia entre la noción de yo y la experiencia, y ausencia de defensas;

2- que se expresa en una conducta:

- **Autoregulada** -valoración orgánsmica y confianza en esta valoración-,
- **Creativa**, y
- **Armónica con el medio social.**

La *apertura a la experiencia* es para Rogers lo opuesto a *conducta defensiva* (1961, p. 168).

El individuo adquiere mayor capacidad de escucharse a sí mismo y experimentar lo que ocurre en su interior; se abre a los sentimientos de miedo, desánimo y dolor, así como a los de coraje, ternura y pánico. Puede percibir sus sentimientos y vivirlos subjetivamente, tal como existen en él. Es más capaz de vivir de manera plena las experiencias de su organismo sin verse obligado a impedirles el acceso a la conciencia (p. 169).

Este vivir *existencial* (p. 171) permite la reorganización fluida de la *noción de yo* en base a la *experiencia* -proceso que se define como *congruencia*-.

Finalmente, describe la conducta de un sujeto cuya personalidad funciona óptimamente. Se trata de un postulado pasible de observación y medición cuyas notas son las de:

[...] una persona que ejerce libremente la plenitud de las potencialidades de su organismo; de una persona cuya conducta tiene en cuenta la realidad; que tiende al mantenimiento y revalorización de sí misma; que manifiesta una conducta social y adaptativa; un espíritu creador cuyos actos difícilmente

pueden preverse; que no cesa de evolucionar y de desarrollarse; que se descubre a sí misma y que descubre la novedad de cada momento (Rogers & Kinget, 1971, p. 346).

Rogers se dedica con especial énfasis a la pesquisa de estas características, a las que considera también como el resultado de una terapia “exitosa”, en el marco de sus investigaciones sobre la terapia, la cual será abordada más adelante (3.4.3.).

Como corolario de esta sección se observa:

1- Una idea de hombre común a la psicología humanística (3.1.4.1).

Esta conjetura, que es de orden filosófico y por lo tanto está fuera de la competencia de la Psicología, es la piedra angular de la teoría rogersiana.

2- Un énfasis en la experiencia orgánsmica subjetiva como fuente salugénica para la configuración de la noción de yo.

3- Una necesidad interrelacional de empatía y aceptación incondicional necesaria para que la naturaleza humana -esencialmente positiva- se actualice.

4- Unas características propias de una persona que funciona plenamente que apuntan a la fluidez y flexibilidad psicológica en un marco de ego y sociosintonía.

### 3.4.2. Coherencia interna de la teoría

En este apartado se revisará la estructura de la teoría del FOP observando las relaciones lógicas de deducibilidad y de implicación entre algunos de sus enunciados más significativos a los fines de esta Tesis.

### **Deducibilidad:**

La teoría del FOP parte de un *enunciado universal* que se resume de la siguiente manera. En el ser humano hay:

- a) Una **TA**,
- b) **Necesidades de aprecio positivo** por parte de los demás y del sí mismo,
- c) Una **noción de yo** que guía la conducta y es producto del interjuego de a, b y el **ambiente social** (los otros significativos).

La *hipótesis fundamental* que sustenta la teoría del FOP es que si la **TA** actúa en forma fluida, la **noción de yo** será una guía segura de la conducta garantizando un funcionamiento óptimo de la personalidad del sujeto.

#### *El enunciado que describe las condiciones iniciales:*

Si un otro significativo satisface a) **incondicionalmente** la necesidad de aprecio positivo de un sujeto, b) en el marco de una **relación empática**,

#### *El enunciado que describe la consecuencia observacional:*

Entonces la TA de dicho sujeto actuará en forma fluida y la noción de yo será una guía segura garantizando un funcionamiento óptimo de la personalidad, lo que se expresa en una conducta autorregulada, creativa y armónica con el medio social.

### **Implicación:**

Según Popper (1980), una hipótesis solo es aceptada como científica si puede ser falsada su consecuencia observacional. La teoría del FOP podría ser falsable *modus tollens* en el caso de que se encontrara un FOP en sujetos que jamás hayan recibido comprensión empática y consideración positiva incondicional por parte de otros.

Más allá de que la falsación es teóricamente posible, es evidente la dificultad de la contrastación empírica tanto en forma experimental como a través de la observación espontánea.

Las condiciones de *empatía y aceptación incondicional* como promotoras de un FOP han sido contrastadas empíricamente por Rogers, pero se descarta considerar el resultado de estas investigaciones como confirmatorias ya que en ese caso se incurriría en la *falacia de la afirmación del consecuente*, «el resultado favorable de una contrastación, es decir, el hecho de que una implicación contrastadora inferida de una hipótesis resulte ser verdadera, no prueba que la hipótesis lo sea también» (Hempel, 1985, p. 22).

Se concluye que la teoría tiene poder explicativo como modelo psicoeulógico.

Las consecuencias observacionales están vagamente definidas y necesitan de un mayor trabajo deductivo para llegar a una *medición* de sus componentes.

Como última objeción se dirá que la teoría del FOP se inscribe en un modelo de causalidad que necesita ser revisado a la luz del paradigma sistémico-cibernético en ciencia. Rogers (1989) fue consciente de esto, al final de su vida, cuando entra en contacto con «las epistemologías recientes y en particular la de Muruyama» (p. 66) que «se opone a la epistemología actual (y posiblemente anticuada) de las ciencias sociales, que mantiene que a una “causa” le sigue en forma unidireccional un “efecto”» (p. 67).

### 3.4.3. Evaluación de las consecuencias tecnológicas y praxiológicas

Serroni Copello (1997) define a la *psicotecnología* como un subsistema enunciativo conformado por «el conjunto de las interpretaciones que construimos para describir, explicar y prevenir los resultados del uso de ciertas herramientas que inventamos para cambiar lo psíquico en situaciones idealizadas» (p. 32) y a la *psicopraxiología* como un subsistema enunciativo conformado «por las interpretaciones que construimos para describir, explicar y pronosticar los resultados de las intervenciones que ensayamos para cambiar lo psíquico en situaciones reales» (pp. 32-33), por lo que el primer sistema refiere a lo que se conoce como *teorías y técnicas psicoterapéuticas* y el segundo remite a su aplicación en cada situación clínica particular.

A continuación, entonces, se transcribe la teoría de la terapia rogersiana para luego abordar sus aspectos instrumentales y la metodología utilizada por el autor para evaluar su eficacia en situaciones clínicas concretas.

Teoría de la terapia de Rogers:

Para que el proceso terapéutico se lleve a cabo, hace falta:

- 1- Que dos personas estén en *contacto*.
- 2- Que la primera persona, que llamaremos cliente, esté en un estado de *desacuerdo interno*, de *vulnerabilidad*, o de *angustia*.



3- Que la segunda persona, que llamaremos terapeuta, esté en un estado de *acuerdo interno* [...].

4- Que el terapeuta *experimente* sentimientos de *consideración positiva incondicional* respecto del sujeto.

5- Que el terapeuta *experimente* una *comprensión empática del marco de referencia interno* del cliente.

6- Que el cliente *perciba* -aunque sea en grado mínimo- la presencia de 4 y 5, es decir, la *consideración positiva incondicional* y la *comprensión empática* del terapeuta [la bastardilla está en Rogers] (Rogers & Kinget, 1971, pp. 219-220).

Si las condiciones anteriores están presentes, entonces el cliente:

Experimentará y comprenderá aspectos de sí mismo anteriormente reprimidos;

Logrará cada vez mayor integración personal y será más capaz de funcionar con eficacia;

Se parecerá cada vez más a la persona que querría ser;

Se volverá más personal, más original y expresivo;

Será más emprendedor y se tendrá más confianza;

Se tornará más comprensivo y podrá aceptar mejor a los demás; y

Podrá enfrentar los problemas de la vida de una manera más fácil y adecuada.

(Rogers, 1993, p. 45).

La *teoría de la terapia rogersiana* es la consecuencia lógica de su teoría del FOP, siendo la experiencia terapéutica antecedente de ambas. En su formulación, a las dos condiciones necesarias para el desarrollo del FOP, Rogers agrega una tercera: la

exigencia de que la personalidad del terapeuta funcione óptimamente o, dicho de otra manera, que el terapeuta esté en estado de *congruencia*.

Para que la relación sea terapéutica, es necesario que la experiencia inmediata del terapeuta esté correctamente representada y simbolizada en su conciencia. [...] el estado de acuerdo interno del terapeuta es de una importancia primordial, pero este estado debe incluir las actitudes de consideración positiva incondicional y de comprensión empática requeridas por la teoría (Rogers & Kinget, 1971, pp. 221-223).

Se establecen así las tres *actitudes necesarias y suficientes* que debe encarnar un terapeuta: **congruencia, aceptación positiva incondicional y comprensión empática.**

El terapeuta rogersiano facilita, con las tres actitudes necesarias y suficientes, un clima de seguridad y calidez que permitirá que el paciente pueda acceder libremente a su experiencia y la simbolice correctamente en su conciencia -congruencia-. Esto le permitirá tener una noción de yo fluida y cambiante con libre acceso a la valoración orgánica de su TA (Rogers, 1993).

La hipótesis central de este enfoque puede ser fácilmente resumida (véase Rogers, 1959, para una descripción completa) [la cita está en Rogers]. Los individuos tienen dentro de sí vastos recursos de autocomprensión y para la alteración de conceptos propios, actitudes básicas y conducta autodirigida. Estos recursos son susceptibles de ser alcanzados, si se logra crear un clima definible de actitudes psicológicas facilitadoras (Rogers, 1989, p. 61).

La teoría de la terapia repite en espejo la teoría del FOP. Vale decir: Para que una persona-paciente funcione óptimamente es necesario que el terapeuta sea congruente, lo acepte incondicionalmente y lo comprenda empáticamente.

Se puede definir como *técnicas* a todos aquellos instrumentos con los que cuenta un terapeuta para producir un cambio psíquico artificial en el paciente. Estas herramientas pueden ser de variado tipo: actitudinales, verbales, corporales, y otras. Las técnicas terapéuticas deben guardar coherencia con las estrategias y los objetivos de la terapia.

Rogers se resiste a hablar de *técnicas* y hace hincapié en las *actitudes* que deben ser parte integrante del self del terapeuta, dado que su principal *herramienta* es su propia persona. La misma postura se observará más adelante con respecto al “reflejo” como intervención verbal. Se trata, en realidad, de una postura filosófica acorde con la corriente humanística de la que forma parte. Las tres actitudes deben ser vividas por el terapeuta al nivel de su *experiencia*. La empatía y la aceptación positiva incondicional están en relación con la experiencia del consultante, quien al percibir dichas actitudes, comenzará a experimentarlas a nivel de su propia experiencia.

En otras palabras, al centrarse en la *experiencia organísmica* del paciente, el instrumento por excelencia que se debe utilizar es la propia *experiencia organísmica* del terapeuta:

En cuanto al terapeuta, si lo que él experimenta está a disposición de su conciencia, puede ser vivido en la relación y comunicado si es apropiado. De este modo habrá una compatibilidad absoluta, o congruencia, entre lo que

experimenta a nivel visceral, aquello de lo que se es conciente en un momento dado y lo que se expresa al cliente (Rogers, 1989, p. 61).

Hay algo de lo que el cliente está seguro y es de que él es respetado profundamente y de que no hay motivo para temer la menor amenaza o ataque a la imagen que él tiene de sí mismo y de su problema. Pero esta certeza no la tiene porque se le dé verbalmente. No es una convicción simplemente lógica o intelectual. Es algo que él experimenta de un modo existencial, orgánico (Rogers & Kinget, 1971, p. 258).

Manuel Artiles (1975) explica la interrelación de la empatía, la aceptación incondicional y el “experiencing” de la siguiente manera:

Ser sujeto es tener experiencias. Ser experimentado por otro como sujeto implica serlo como alguien teniendo experiencias. En la empatía, por lo tanto, yo “experimento” las experiencias de los otros a quienes reconozco como sujetos (teniendo sus experiencias) [...] Se constituye pues el mundo-intersubjetivo como correlato de la experiencia intersubjetiva en la cual es posible la empatía. En última instancia eso es la empatía: la posibilidad de la comunicación intersubjetiva de lo vivido (p. 54).

A medida que avanza en su vida y en su trabajo, Rogers percibe que la condición de un self orientado hacia el FOP es quizás el más fundamental de los requisitos en un psicoterapeuta.

Eso ha despertado en mí la sospecha de que la relación de ayuda óptima sólo puede ser creada por un individuo psicológicamente maduro. Dicho de otra manera, **mi capacidad de crear relaciones que faciliten el desarrollo de otros como personas independientes es una función del desarrollo logrado por mí mismo. [...] esto implica una ocupación interesante por el resto de mis días, que acrecienta y actualiza mis potencialidades en el sentido del desarrollo** [las negritas son agregadas] (Rogers, 1993, p. 61).

La terapia rogersiana -también llamada “terapia del diálogo” en los países de lengua alemana (Kris, 1989)- utiliza la palabra como vehículo privilegiado en la comunicación entre terapeuta y cliente.

Rogers llega tempranamente al descubrimiento de la importancia del discurso: «Muy al principio de mis actividades como terapeuta, descubrí que el sólo hecho de escuchar atentamente a mi cliente era una manera muy importante de ayudar [...] me pareció sorprendente que esta forma pasiva de interacción pudiese ser tan útil» (Rogers & Rosemberg, 1989, p. 83).

El paso siguiente fue “reflejar” -repetir o reformular- las palabras escuchadas, para que el cliente pueda escucharse a sí mismo, y de esa manera se re-perciba y reorganice su noción de yo. Es así como naturalmente nace el reflejo.

**Para Rogers el reflejo es la forma concreta -intervención verbal- que toman las tres actitudes en la relación terapéutica.**

Puesto que el terapeuta rogersiano [...] trata de participar en la experiencia inmediata del cliente, se deduce fácilmente que sus respuestas deben adaptarse al pensamiento de éste hasta el punto de rehacerlo dándole una forma

equivalente o que, al menos, el cliente reconozca como suya. Por ello la respuesta característica del enfoque rogersiano se indica con el nombre de “reflejo” (Rogers & Kinget, 1971, p. 62).

Artiles (1975) define al reflejo de la siguiente manera:

El reflejo es el **desciframiento de un mensaje y elaboración de un sentido**, explícito o no, coherente o contradictorio con el discurso del cliente, pero siempre presente en ese discurso suyo pues **ese sentido último está en posesión del cliente mismo, no del terapeuta**, pues el dialogar del cliente busca justamente hallar un sentido a su expresión descifrando los objetos que percibe, y los valores que les atribuye [las negritas son agregadas] (p. 100).

El afán sistematizador rogersiano lo llevó más tarde a distinguir tres tipos de reflejo: el reflejo simple o reformulación, el reflejo de sentimiento -que apunta al sentimiento subyacente, no explícito en el discurso del cliente- y el reflejo elucidatorio -que se acerca al concepto de interpretación global o universal-.

En la última etapa de su vida, Rogers se rebela contra su propia creación que se ha transformado, en manos de sus seguidores, en una mera técnica aplicada en forma mecánica y se ha olvidado su origen como concretización y expresión de las actitudes.

Aunque soy parcialmente responsable del uso de este término (el reflejo) para describir una forma de respuesta terapéutica, a lo largo de los años me he ido sintiendo poco feliz con él. Una razón primordial es que [...] ha sido enseñado frecuentemente como técnica [...] Reflexionando profundamente sobre

este tema, he llegado a una doble percepción. Desde mi punto de vista como terapeuta, NO estoy tratando de “reflejar” ni de “reflejar sentimientos”. **Estoy tratando de determinar si mi comprensión del mundo interior de mi cliente es correcta, si estoy viéndolo tal como él o ella lo está experimentando en este momento. Cada respuesta mía contiene la no verbalizada pregunta: [...]** “¿Estoy captando el verdadero color y la textura y el sabor del significado personal que estás experimentando en este momento?” Si no, espero traer mi percepción en consonancia con la tuya.

Por otro lado, sé que desde el punto de vista del cliente, estamos mostrando un espejo de su actual experimentar. Los sentimientos y significados personales parecen más agudos cuando son vistos a través de los ojos de otro, cuando estos sentimientos y significados son reflejados [las negritas son agregadas] (Rogers, 1986, p. 42).

Bruno Giordani (1997) sistematiza las ventajas del reflejo:

- 1- [...] el terapeuta le da al cliente una prueba de haberlo escuchado y [...] de haber comprendido correctamente el mensaje.
- 2- [...] La respuesta de reflejar ayuda al cliente a concentrarse sobre la propia experiencia y a recoger aspectos nunca antes percibidos.
- 3- [...] El terapeuta puede hacer sentir al cliente la propia participación afectiva en la situación expuesta.
- 4- Usando la respuesta reflejo el terapeuta está seguro de evitar juicios sobre el cliente y de hacerle sentir aceptación sin reservas [...].
- 5- La reformulación trata de hacer explícito el contenido vago e implícito [...].

6- Escuchando su propia comunicación de una forma un poco variada, el cliente tiene manera de confrontarla con la visión que él tiene de la realidad y tomar nota de eventuales alteraciones inducidas por mecanismos de defensa o por otros factores.

7- [...] El terapeuta puede verificar constantemente si las propias intervenciones reflejan fielmente el pensamiento y el estado de ánimo del cliente (*ya que éste las confirma o no*) (pp. 109-110).

Rogers contrastó su teoría de la terapia siendo uno de los pioneros en la investigación sobre eficacia terapéutica: «Desde sus comienzos (del Enfoque Centrado en la Persona), no sólo se ha estimulado el espíritu de investigación, sino que sus progresos se han llevado a cabo paralelamente a los progresos de su metodología de la investigación y su conceptualización teórica» (Rogers & Kinget, 1971, p. 280).

En años más recientes, los resultados de numerosas investigaciones sobre la eficacia terapéutica (Luborsky, 1975; Frank, 1991; Lambert, 1994; entre otros) concluyen señalando los siguientes puntos (Romero Moreno, 2004).

- La psicoterapia ha demostrado ser efectiva.
- Las distintas psicoterapias han demostrado ser similarmente efectivas.
- Esta efectividad similar se debe a ciertos elementos que tienen en común todas las psicoterapias y que corresponden a variables relacionadas con:

- a) El paciente: tales como las expectativas de curación, la fe en el terapeuta, etcétera.
- b) El terapeuta: empatía, capacidad de escucha, experiencia, etcétera.



c) La interacción terapéutica (Luborsky, 1975; Frank, 1991; Lambert, 1994).

Tales conclusiones son similares a las que arriba Rogers en sus investigaciones, en particular en los puntos relacionados con el terapeuta y el vínculo terapéutico.

Rogers basa sus estudios sobre la efectividad de su psicoterapia en dos fuentes contrastadoras: a) estudios objetivos por parte de terceros -técnica “Q”, Escalas de Madurez Emocional, MMPI, Rorschach, TAT y otros-, y b) la referencia del propio paciente (entrevistas y cuestionarios). Esta metodología estaría acorde con la propuesta por Serroni Copello (1997) para quien el *criterio racional de progreso práctico* de las teorías psicopraxiológicas incluye, además de las condiciones de argumentabilidad, contrastabilidad y sometimiento a la crítica racional, el criterio de *legitimidad acorada*:

Con esto, la comprensión de los procesos de legitimación requerirá un modelo de interacción orientada al entendimiento; esto es, requerirá que agentes y coagentes se conviertan en hablantes y oyentes que están comunicados entre sí para lograr un acuerdo acerca de la validez de una emisión. Lo que implica que toda pretensión de validez práctica de un psicoclínico es susceptible de crítica por parte de su paciente (p. 38).

En este mismo sentido se pronuncia Vilanova (1993) al decir que:

Contrastando sus hipótesis subjetivas con los dichos del paciente, Rogers obtuvo conocimientos que más tarde pudo operacionalizar y medir. En este caso la “comunidad” o grupo de referencia es solo un individuo, que confirma

o desconfirma las propuestas empáticas del clínico. [...] A partir (de este conocimiento) podrán avanzarse hipótesis generales que también aspirarán a acceder a la contrastación pública (p. 78).

#### 3.4.4. Valoración de las implicaciones éticas

Las teorías rogersianas con el tiempo rebasaron el ámbito psicoterapéutico transformándose en una plataforma para el desarrollo del FOP en cualquier ámbito de la actividad humana, y constituyéndose así en una de las primeras teorías psicoeulógicas que evidenciaron voluntad de rigor científico.

No me limito ya a hablar de psicoterapia, sino de un punto de vista, una filosofía, un enfoque de vida, una forma de ser, **aplicable a cualquier situación en la cual el crecimiento, ya sea de una persona, grupo o comunidad, forme parte de su objetivo** [la bastardilla está en Rogers, la negrita es agregada] (Rogers, 1989, p. 9).

La mención a «una filosofía, un enfoque de vida, una forma de ser», responde a una actitud ética: «La práctica, la teoría y la investigación han puesto de manifiesto que el enfoque personalizado **se apoya en la confianza básica en los seres humanos** [la negrita es agregada]» (Rogers, 1989, p. 63). Esta confianza es a la vez sustento y producto del radical respeto de Rogers por la **libertad** humana.

Rogers (1961) considera que no existe ningún fin -llámese felicidad, vida plena, bienestar psíquico, etcétera- que justifique el control o manipulación de la conducta de las personas. Por otra parte, si se promueve y facilita la libertad psíquica -a través

de las actitudes antes analizadas-, una persona tendrá un funcionamiento que podría describirse como felicidad, vida plena o bienestar psíquico.

Desde esta posición, es muy crítico de aquellas escuelas psicológicas que prescriben ideales de conducta y elaboran técnicas de control para obtenerlos, haciendo referencia en particular a Burrhus Frederic Skinner (Rogers, 1993).

Si eligiéramos como meta un estado de felicidad permanente (objetivo que Aldous Huxley ridiculiza con razón en *Un mundo feliz*) y toda la sociedad participara en un programa científico exitoso mediante el cual todos los hombres fuesen felices, quedaríamos apresados en una colosal rigidez en la que nadie sería libre de cuestionar el objetivo cumplido, puesto que nuestras operaciones científicas no tendrían la trascendencia necesaria para cuestionar sus propósitos (Rogers, p. 340).

Para corregir esta posible situación Rogers sugiere la formulación de otras metas que responderían a preguntas tales como: «¿Puede la ciencia descubrir métodos que permitan al hombre convertirse en un proceso de desarrollo continuo y trascendente en lo que respecta a su conducta, su pensamiento y sus conocimientos? ¿Puede predecir y desencadenar una libertad esencialmente “impredecible”?» (1961, p. 342).

Rogers no olvida que la ciencia, como toda actividad humana, está sujeta a valores. Cualquier trabajo, tanto en ciencia pura como aplicada, parte de elecciones subjetivas realizadas de acuerdo a criterios que encierran valores. Sin embargo, «la elección subjetiva de valor que origina el esfuerzo científico debe ser siempre exterior a este último, y nunca puede llegar a formar parte de la ciencia implicada en ese esfuerzo» (Rogers, 1993, p. 338). De esa manera Rogers, desde una postura

fuertemente ética basada en los principios humanísticos, elimina toda posible *prescripción* por parte de la ciencia.

#### **4. Análisis crítico de la *Teoría de las Virtudes y Fortalezas del Carácter*, de Peterson y Seligman**

##### 4.1. Historia, enunciados fundamentales y conceptualización de la ciencia en la psicología positiva

Si se considera el breve recorrido de la psicología positiva (PP) -tan sólo nueve años-, tal vez la palabra *historia* sea excesiva como título del apartado y merezca una justificación. Términos más ajustados podrían haber sido “inventario y balance”, “debe y haber”, o “aportes y deudas” del movimiento en cuestión. Sin embargo, como la intención es exponer el desarrollo cronológico de la PP, prevaleció el título de “historia”.

Una historia implica un pasado y una proyección al futuro. Un devenir que encierra una primera dificultad: ante la PP se carece de perspectiva porque se encuentra en plena evolución y el observador está frente a un panorama mutante. Por lo tanto, se relatará la historia de un movimiento que todavía no ha terminado de madurar -tal como lo señaló con brillantez Raúl Serroni Copello en el cierre del Primer Encuentro Iberoamericano de Psicología Positiva, en agosto del 2006- desde el punto de vista de un observador que está en el remolino.

La historia oficial de la PP comienza en 1998 con el discurso inaugural de Martin Seligman como presidente de la American Psychological Association (APA). En dicho discurso Seligman declara que su mandato tendrá como misión **enfaticar el interés hacia una Psicología “más positiva”**, vale decir, retomar los objetivos olvidados de esta ciencia tradicionalmente centrada solo en curar la enfermedad: fortalecer y hacer más productiva la vida de las personas normales y promover la

actualización del potencial humano. «La psicología no es solo el estudio de la debilidad y del daño, es también el estudio de la fortaleza y de la virtud. El tratamiento no es solo arreglar lo que está roto, es también alimentar lo mejor de nosotros» (Seligman, 1998a, p. 1).

Según el relato de los propios protagonistas, el germen de esta idea habría surgido un año antes cuando Seligman y Mihaly Csikszentmihalyi se conocieron en un centro vacacional.

Sucedió que ambos sentíamos que la Psicología se había enfocado en forma aburrida y miope en la patología. Como Marty había sido electo recientemente presidente de la Asociación Americana de Psicología, él resolvió usar esta oportunidad para hacer algo útil con respecto a esta situación (Csikszentmihalyi, 2003, p. 113).

En un primer momento, Seligman consideró que el énfasis debía estar en la prevención y reunió un grupo de doce investigadores destacados en este campo para planificar las tareas. Pronto se dio cuenta de que seguía enfocado sobre la enfermedad, ya que el objetivo era meramente *evitarla* o *minimizar* sus efectos. «Lo que se proponía no era más que el modelo de enfermedad refrito y arreglado de forma proactiva» (Seligman, 2003, p. 48). Finalmente tuvo la certeza de cuál era el camino, traspolando al campo de la Psicología una intuición sobrevenida en una interacción con su hija Nikki de seis años (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Entonces caí en la cuenta de que educar a los hijos era mucho más que evitar que vayan por el camino equivocado. Consistía en reconocer y desarrollar sus

fortalezas y virtudes, y ayudarlos a encontrar el espacio en el que puedan expresar de forma plena tales rasgos positivos (Seligman, 2003, p. 49).

El cambio de enfoque desde el centramiento en la enfermedad al desarrollo de las potencialidades que Seligman percibe claramente en la búsqueda de su “misión” presidencial, ya se venía gestando desde otras disciplinas y también en la propia Psicología, tal como se consignó en 2.1.1. Seligman actuó como cristizador de una tendencia en ciencias sociales que emergía progresivamente, cada vez con más fuerza, desde décadas atrás. Su aporte consistió en identificarla, nombrarla, organizarla en una estructura programática e impulsar su investigación y su difusión.

Con la meta esclarecida, Seligman recurre una vez más al consejo de los expertos, ahora en temas relacionados con la detección y la promoción de potencialidades humanas. Convoca a jóvenes científicos para interesarlos en el área y se aboca a la búsqueda de fondos para financiar la investigación.

Se suceden así una serie de reuniones en Akumal, México, donde se planifica un programa en base a los siguientes objetivos: a) el estudio de las emociones positivas, b) el estudio de los rasgos positivos personales, y c) el estudio de las instituciones positivas que sustentan las virtudes y fortalezas individuales y sostienen las emociones positivas. Los objetivos se estructuraron más tarde en *nodos*, cada uno dirigido por un científico experto en el área:

La Red de Psicología Positiva, de la cual soy coordinador, está constituida por tres centros: el que se ocupa de la emoción positiva, dirigido por Ed Diener; el dedicado a la personalidad positiva, dirigido por Mihalyi Csikszentmihalyi; y el que se interesa por las instituciones positivas, dirigido por Kathleen May

Jamieson, decana de la Annenberg School of Communication, de la Universidad de Pennsylvania (Seligman, 2003, p. 358).

En el año 1999 se realiza en Lincoln, Nebraska, la Primera Cumbre Anual de Psicología Positiva y se definen las siguientes metas:

- Trabajar en dos ramas complementarias de la ciencia: una que alivie y prevenga el malestar y otra que promueva el bienestar.
- Enfocar la psicoterapia hacia la identificación e incremento de las fortalezas psíquicas.
- Desarrollar instrumentos de evaluación que midan las fortalezas psíquicas.
- Elaborar una currícula para la difusión y la formación profesional en Psicología Positiva.
- Realizar campañas de recaudación de fondos para expandir la investigación científica sobre los aspectos psíquicos saludables.

En los nueve años que median entre su nacimiento y el momento actual, el crecimiento de la PP ha sido meteórico, como lo atestigua un cúmulo de investigaciones y publicaciones en revistas científicas y de difusión general. En el año 2004 Seligman reseña entre los logros del movimiento:

- Una Red de Psicología Positiva que sostiene a más de 50 equipos científicos en diferentes partes del mundo.



- Una Cumbre Internacional Anual llevada a cabo en la sede central de Gallup en Washington cada primer fin de semana de octubre.
- Una Clasificación de Fortalezas y Virtudes publicada por la Oxford University Press y la American Psychological Association.
- Dispositivos de medición validados psicométricamente para muchos aspectos de las emociones positivas, del carácter positivo y de las instituciones positivas.
- Un sustancioso premio para la mejor investigación en Psicología Positiva y un nuevo y más sustancioso premio en memoria de Don Clifton que será anunciado este año para la mejor investigación en fortalezas y virtudes.
- Cursos sobre Psicología Positiva en diferentes lugares del mundo para no graduados, posgraduados e inclusive estudiantes secundarios, y muchos libros de texto próximos a aparecer.
- Centros de Psicología Positiva en la mayoría de las universidades mayores, una de las cuales pronto expedirá titulación (Pennsylvania).
- Muchos millones de dólares recaudados para ser invertidos en investigación.
- Web sites activos para la investigación y la enseñanza de la Psicología Positiva:

[www.authentichappiness.org](http://www.authentichappiness.org)

[www.psych.upenn.edu/seligman](http://www.psych.upenn.edu/seligman)

[www.bus.umich.edu/Positive](http://www.bus.umich.edu/Positive)

- Active Listservers en Psicología Positiva:

[FRIENDS-OF-PP@LISTS.APA.ORG](mailto:FRIENDS-OF-PP@LISTS.APA.ORG)

[POSITIVE-PSYCHOLOGY@LISTS.APA.ORG](mailto:POSITIVE-PSYCHOLOGY@LISTS.APA.ORG)

- El primer Premio Nobel para un psicólogo positivo (Danny Kahneman).

- Intervenciones empíricamente documentadas orientadas hacia la *felicidad duradera* testeadas en estudios controlados (Seligman, en Linley & Joseph, 2004, p. xi).

Alex Linley (Linley *et al.*, 2006) considera que una buena parte de esta rápida expansión se debe a las características propias de su fundador, entre las que se encuentran su éxito en «catalizar y unir los esfuerzos de muchos distinguidos científicos que son los *jugadores claves* del movimiento de la Psicología Positiva» (p. 4). Como ilustración de esta afirmación menciona, entre otros, a: Csikszentmihalyi, Ed Diener, Kathleen Jamieson, Christopher Peterson, George Vaillant, Rick Snyder, Barbara Frederickson, Jon Haidt y Suzanne Segerstrom.

Linley también resalta la capacidad del fundador como recaudador de fondos y como difusor del movimiento en los medios de comunicación. La PP cuenta con el fuerte apoyo financiero de instituciones tales como la Gallup Organization, la Tempelton Foundation, la Mayerson Foundation, la Atlantic Philanthropies, entre otras.

Tal como lo deja entrever el propio Linley, en la historia de la PP se observa una particular convivencia entre pluralidad y personalismo. Por una parte existe una rica variedad de psicólogos provenientes de distintas áreas y corrientes, congregados solo por el interés común en temas relacionados con las fortalezas humanas, pero por otra existe un líder indiscutido: Seligman.

Seligman nace en Albany, NY, en 1942. Obtiene su Doctorado en Psicología en 1967 por la Universidad de Pennsylvania, dedicándose luego a la investigación, la docencia y la psicoterapia. En un principio se interesó en los temas de la *indefensión aprendida* y la *depresión*. Según sus propias palabras: «Trabajando en el seno de un

modelo de enfermedad, me he beneficiado de más de treinta años ininterrumpidos de becas para estudiar la indefensión en los animales y luego en personas» (Seligman, 2003, p. 41). Sin embargo, su trabajo como psicoterapeuta lo lleva a cuestionar este modelo:

[...] veo pacientes para quienes el modelo de enfermedad es aplicable, pero también pacientes que mejoran de forma notoria bajo una serie de circunstancias que no encajan en el modelo de enfermedad. Presencio crecimiento y transformación en estas personas cuando se dan cuenta de lo fuertes que son en realidad (Seligman, 2003, p. 42).

En búsqueda de una respuesta a la pregunta «¿Qué tienen algunas personas que les confiere una fortaleza que actúa como barrera y las hace invulnerables a la indefensión?» (Seligman, 2003, p. 43), Seligman realiza investigaciones sobre el *optimismo* que tuvieron gran repercusión tanto en el ámbito científico como en el popular. Publica tres libros sobre el tema que resultaron ser “best-sellers”: *Learned Optimism* (1991), *What you can change and what you can't* (1994) y *The Optimistic Child* (1996). Del estudio sobre el optimismo al estudio sobre todas las fortalezas humanas mediaba solo un paso y una oportunidad que llegó con su elección como presidente de la APA.

La rápida expansión de la PP desde su lanzamiento hasta el día de hoy atestigua la necesidad de la sociedad actual de contar con una Psicología que aborde científicamente las fortalezas psíquicas y con psicólogos capacitados para ser promotores de vidas plenas. En solo nueve años se ha extendido por los cinco

continentes y centenares de investigadores trabajan desde este enfoque produciendo conocimientos sobre los aspectos positivos del psiquismo.

Un factor decisivo en la difusión de este interés lo constituye el hecho de que los claustros más prestigiosos del mundo respondieron al desafío. Entre las más de treinta universidades norteamericanas que cuentan con departamentos relacionados con la PP, se pueden mencionar las de Pennsylvania, UCLA, Stanford, Harvard y Yale. En Inglaterra, la Universidad de Cambridge es un polo de referencia, como lo es también la Universidad de Palermo en la Argentina. A su vez, existen posibilidades a nivel de postgrado, como el primer master de habla hispana en Psicología Positiva y Salud de la Universitat Jaume I de Castellón, en España.

Los programas, en líneas generales, incluyen información sobre las investigaciones realizadas en el marco de la PP y los instrumentos con los que se cuenta para identificar, evaluar y promover fortalezas. También se hace hincapié en el aprendizaje de habilidades para su aplicación en los diferentes ámbitos de acción y se apunta hacia el desarrollo de las propias capacidades de los estudiantes.

Al momento actual, la PP no se presenta como una corriente monolítica pudiéndose distinguir en ella subcorrientes.

En primer lugar se destaca el grupo original liderado por Seligman que dio origen al movimiento y que Barbara Held (2002) denomina “corriente principal” (*main stream*). La teoría de virtudes y fortalezas del carácter, que se analizará en los apartados siguientes, se presenta como emblemática de este grupo.

Liderado por psicólogos ingleses -entre los que se destacan Linley y Stephen Joseph- hay un círculo europeo que se mueve con mayor independencia. Muchos de sus integrantes tienen una formación humanística y existencial y una marcada vocación teórica e integrativa, circunstancias que los distingue del *main stream*.

Por último están los círculos emergentes en otros continentes, entre los que se destacan, por la originalidad y trascendencia de sus aportes, los de América Latina.

Fuera de la presencia de las mencionadas subcorrientes, es posible encontrar una definición común de PP expresada según los lineamientos aportados por Linley y sus colaboradores (2006):

La PP es el estudio científico del funcionamiento psíquico óptimo. Desde un nivel meta-psicológico, intenta corregir el desbalance histórico en la investigación y la práctica psicológica llamando la atención sobre los aspectos positivos del funcionamiento y la experiencia humana. En un nivel pragmático, se trata de entender las condiciones, los procesos y los mecanismos que llevan a aquellos estados subjetivos, sociales y culturales que caracterizan una buena vida.

En síntesis, los psicólogos enrolados en la PP:

- Tienen como objetivo ampliar el foco desde la preocupación casi exclusiva por reparar el daño, hacia un énfasis en el fortalecimiento de las cualidades positivas o de desarrollo de las potencialidades humanas (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). No pretenden reemplazar sino complementar el modelo médico que la ciencia psicológica sostuvo durante la mayor parte de su historia.
- Se preocupan por investigar la *felicidad* humana o -en términos psicológicos- el bienestar psíquico y subjetivo. Siguiendo esta línea entonces, orientan la investigación sobre: a) las experiencias positivas subjetivas, b) los rasgos positivos individuales y c) las instituciones que generan a) y b) (Peterson & Seligman, 2004).
- Intentan identificar, medir y promover este bienestar en individuos, grupos y sociedades.

- Se proponen hacer esto con **rigurosidad científica** tratando de « [...] adaptar lo mejor del método científico a los problemas únicos que la conducta humana presenta a aquellos que quieren entenderla en toda su complejidad» (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, p. 7).

El último punto remite directamente a la **idea de ciencia**. Cuando Seligman o la mayoría de los integrantes del *main stream* se refieren a “lo mejor del método científico” o “la *buena ciencia*” (Seligman, 1998a), están implícitamente refiriéndose a la metodología sustentada por el paradigma positivista en ciencia. Se observa un reduccionismo donde *conocimiento científico* es sinónimo de *acumulación empírica de datos* (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

En este mismo sentido, Eugene Taylor (2001) distingue tres significados para el calificativo de *positiva* con el que se autodenomina esta corriente, siendo el primero el que remite a una concepción de la ciencia como *ciencia positiva*, un enfoque que adscribe a los postulados del positivismo moderno<sup>7</sup>.

Por otra parte, como ya se ha dicho en 3.1.1. y en 3.1.2., se trata de la epistemología dominante en el ambiente académico norteamericano. Al respecto dice Irving Yalom (1984):

Consideremos la carrera típica de un profesor [...]: Se contrata a un joven conferenciante o a un profesor asistente porque da muestras de **aptitud y de motivación para dedicarse a la investigación empírica**; más adelante se le

---

<sup>7</sup> Los otros dos significados apuntan a: una práctica cimentada en el *refuerzo positivo* de la corriente cognitivo-conductual, y a una visión dualista y dicotómica de la realidad donde se privilegian los aspectos *positivos* y se descalifican o ignoran los negativos.

premia y promueve de acuerdo con sus logros en ese campo. La consolidación de su situación académica se decide en base a la cantidad y calidad del material que haya publicado en determinadas revistas científicas. En cambio, a otros factores, como su capacidad didáctica y sus publicaciones no empíricas en libros, artículos y ensayos, se les concede mucha menos importancia [la negrita es agregada] (p. 36).

Más adelante se abordará en profundidad estas características positivistas. Por ahora resta mencionar cierta confusión generada por la PP, la cual se presenta alternativamente como una *nueva ciencia*, un *nuevo paradigma*, un *nuevo movimiento* o una *nueva corriente*. Pero, ¿Cuál es entonces la tipificación más acorde a su naturaleza? La respuesta a esta pregunta viene enlazada con la pregunta sobre el futuro de la PP.

En los años del lanzamiento, Seligman se refería al nacimiento de una *nueva ciencia* (Seligman, 1998a). Se comprende que esta clasificación carece de rigor, pero no es -ni será- Seligman el único en dejarse llevar por el entusiasmo en la historia de la Psicología.

La PP se presentó en sus albores como una ciencia revolucionaria y radicalmente diferente, cuando definitivamente no se trataba de una *nueva ciencia* sino de un **énfasis mayor** sobre un aspecto descuidado de la *vieja ciencia* de la Psicología, abordado con el *viejo método* positivista.

El sustantivo *paradigma* tampoco sería el adecuado. Thomas S. Kuhn (1962), físico y epistemólogo que propone este fértil concepto, considera que el desarrollo científico a lo largo de la historia se despliega por la sucesión cíclica de dos momentos: el de la *ciencia normal* -período de pacífica investigación sobre la base de

un paradigma (matriz disciplinar) consensuado por la comunidad científica-, interrumpido por violentas *revoluciones científicas* en las que se produce un cambio de tal paradigma, en todo o en parte, incompatible con él. Se trataría de choques de esquemas de pensamiento en el que el paradigma más apto sobrevive y se estabiliza, mientras el antiguo pervive un tiempo y finalmente desaparece.

La PP no representa un *nuevo paradigma* ya que se inscribe en su mayor parte en el *viejo paradigma* de la ciencia positiva.

Por último, *movimiento* o *corriente* son dos conceptos lo suficientemente flexibles y ambiguos como para ser bastante adecuados cuando nombramos **al día de hoy** a la PP.

¿Cuál podría ser el futuro de este movimiento? En estos tiempos, cuando se acerca el cumplimiento de la primera década de existencia de la PP, la mayoría de los autores que se ocupan del tema dan una respuesta unánime: **la desaparición**.

A continuación se cita a algunos de los más representativos miembros de esta corriente:

- «Mi esperanza es que la psicología positiva sea un movimiento que eventualmente desaparezca porque se transformará en parte de la propia trama de la psicología» (Diener, 2003, p. 120).
- «¿Es la psicología positiva una aparición que desaparecerá como el pelo rebajado, los jeans pre-lavados, o Norman Vincent Peale? Sólo el tiempo tiene la respuesta. Sin embargo esta desaparición no necesita ser tomada como un fracaso. Si la psicología positiva representa un paso significativo hacia un campo más integrado dentro de la psicología, uno puede imaginarse un tiempo en el que esta haya servido a su propósito» (King, 2003, p. 131).



- «Probablemente, lo que ahora tiene [la psicología positiva] de “movimiento” o, si se quiere, de moda, acabará disolviéndose sin más estridencias dentro del quehacer de la Psicología. [...] la Psicología Positiva del futuro será Psicología o no será nada.» (Vázquez, 2006, p. 2).

Tal vez lo que se insinúe detrás de estas declaraciones sea el delineamiento del nuevo subsistema enunciativo en Psicología que acá se denomina **psicoeología**.

#### 4.2. Ideas acerca de la felicidad

La teoría de las virtudes y fortalezas del carácter de Peterson y Seligman -objeto del análisis crítico de este capítulo- tiene como marco de referencia las ideas acerca de la *felicidad* aportadas por Seligman.

Dicho autor dice adscribir a la teoría aristotélica de la *eudaimonía*. Aristóteles considera que, tanto ontológica como teleológicamente, el fin del hombre es la felicidad. Lo es porque la *energeia* propia del hombre en estado óptimo es la *eudaimonia* y porque además «la elegimos siempre por sí misma y no por ninguna otra cosa» (Aristóteles, 1963, p. 116). Ese estado óptimo del ser humano, que produce felicidad, se alcanza siendo virtuoso. «El bien humano es una actividad del alma conforme a la virtud» (p. 117). Las virtudes son disposiciones adquiridas para obrar en cierto sentido, requieren elección y racionalidad. Toda persona humana, por el solo hecho de serlo, tiene la *areté* en potencia. Aristóteles da preeminencia entre las virtudes a la *prudencia*. En el marco de su teoría ética son *prudentes* aquellos que «tienen la capacidad de decidir convenientemente lo que es útil o bueno [...] en lo que concierne a la felicidad» (p. 130).

Abraham Maslow (1963), en su momento, también coincidió con Aristóteles en el sentido de que una buena vida consiste en vivir de acuerdo a la verdadera naturaleza del hombre, pero objetó que:

Todo lo que Aristóteles pudo hacer para delinear esta naturaleza esencial fue contemplarla a través del estudio de las personas observando como eran. Pero si uno observa a los humanos solamente en la superficie, que fue lo que pudo hacer Aristóteles, se obtiene un concepto de la naturaleza humana estático. La única cosa que pudo hacer Aristóteles, fue construir un cuadro del hombre bueno en su propia cultura y en un período particular de tiempo.[...] esto demuestra cuan inseguro es elaborar una teoría sobre bases de observación superficial (p. 340-341).

Seligman elude una definición de la naturaleza humana. En las bases de su teoría de la felicidad, están ausentes una idea de hombre explícita y una teoría de la personalidad. Sin embargo, el iniciador de la PP presenta una serie de ideas sobre la felicidad entre las que se distinguen: los desarrollos sobre las emociones positivas, los tipos de *vida* que ilustran diferentes dimensiones de la felicidad y el papel de las fortalezas del carácter.

#### 4.2.1. Emociones positivas

Seligman utiliza indistintamente los conceptos de *felicidad* y *bienestar* y considera que abarcan tanto *sentimientos* como *actividades positivas* (Seligman, 2003, p. 345).

Desde la rama europea de la PP, Linley y Joseph (2004) proponen retomar el viejo

concepto de *funcionamiento óptimo* reemplazando al de *felicidad* como objetivo del movimiento. Distinguen también en el término *bienestar* -que Seligman utiliza como sinónimo de felicidad-: un *bienestar subjetivo* -producto de la suma de la satisfacción vital, más, la preponderancia del afecto positivo por sobre el negativo- y un *bienestar psíquico* -compromiso y plena participación en los desafíos y oportunidades de la vida-.

En este trabajo se utilizará el término *bienestar psíquico* en ambos sentidos conceptuales -*bienestar subjetivo* y *bienestar psíquico*- por considerar que de esta manera se ajusta mejor a la intención de homologar *felicidad* y *bienestar* propuesta por Seligman.

En primera instancia, la percepción de felicidad está ligada a la vivencia de **emociones positivas** -Seligman no hace un uso riguroso de la clásica distinción entre *emociones* y *sentimientos* y emplea los términos de manera indistinta-. Justifica la presencia de emociones positivas en el ser humano como dispositivo que asegura la supervivencia del individuo y de la especie:

Los sentimientos negativos configuran un sistema sensorial del tipo “aquí hay dragones”, que dispara una alarma y nos dice inequívocamente que nos encontramos ante una situación de victoria-derrota. Los sentimientos positivos también constituyen un sistema sensorial. Sentimiento positivo es un neón que dice: “Aquí hay crecimiento” y nos advierte de la posibilidad de un encuentro victoria-victoria. Activando un talante expansivo, tolerante y creativo, los sentimientos positivos maximizan los beneficios sociales, intelectuales y físicos que se van acumulando (p. 69).

A su vez, Seligman clasifica las emociones positivas, según un criterio temporal, en: a) emociones positivas con respecto al pasado -satisfacción, complacencia, realización personal, orgullo y serenidad-; b) emociones positivas con respecto al presente -alegría, éxtasis, tranquilidad, entusiasmo, euforia, placer y fluidez<sup>8</sup>-; c) emociones positivas con respecto al futuro -optimismo, esperanza, fe y confianza-.

La función adaptativa en la evolución de la especie humana que Peterson y Seligman adjudican a las emociones positivas -y por ende, como se verá, al *buen carácter* y a la felicidad-, tiene su sustento en la teoría sobre las emociones positivas de Fredrickson, ganadora del Premio Templeton de Psicología Positiva de la Asociación Americana de Psicología en el año 2000.

Según Fredrickson (2001), las emociones positivas no solo **señalan o acompañan** el bienestar o plenitud, sino que son **productoras** de crecimiento y bienestar psíquico a largo plazo.

Las emociones negativas son evolutivamente adaptativas en situaciones donde la supervivencia está amenazada, ya que limitan temporalmente el repertorio de pensamiento-acción de un individuo urgiéndolo a actuar de una manera particular -por ejemplo: atacar, escapar, rechazar-.

Las emociones positivas -entre las que menciona: alegría, interés, orgullo, amor y satisfacción- amplían el repertorio individual de pensamiento-respuesta expandiendo el conjunto de las ideas y acciones posibles. No disparan comportamientos específicos, por el contrario, promueven una gran variedad de actividades. Por ejemplo, la alegría *amplía* el repertorio al crear la necesidad de jugar, de ser creativo o

---

<sup>8</sup> Con respecto a las emociones positivas referidas al presente, distingue entre: 1) placeres corporales y superiores; y 2) gratificaciones: relacionado con la puesta en práctica de las virtudes y fortalezas del carácter.

de empujar los límites; el interés cumple la misma función al crear la urgencia por explorar, tener nueva información y experiencias y expandir el *self* en el proceso.

Esta circunstancia de **ampliación** y **construcción** (*broaden-and-build*) tiene beneficios adaptativos indirectos a largo plazo, ya que fortalece los recursos personales, los que a su vez funcionan como reservas que podrán ser usadas más tarde ante futuras amenazas.

Fredrickson (2001) concluye:

Los ancestros humanos que se rindieron ante las necesidades, estimuladas por las emociones positivas, de jugar, explorar y demás, obtuvieron como consecuencia más recursos personales. Cuando estos mismos ancestros más tarde enfrentaron las inevitables amenazas a la vida o a la integridad, sus mayores recursos personales se habrían transformado en mayores posibilidades de supervivencia, y, en su momento, en mayores posibilidades de vivir lo suficiente para reproducirse. Así hasta el punto en que esa capacidad para experimentar emociones positivas quedaría codificada genéticamente, a través del proceso de selección natural, y pasaría a formar parte de la naturaleza humana (p. 220).

Fredrickson también presenta evidencia empírica sobre los efectos de las emociones positivas en la ampliación de la atención, la cognición y la acción, y en la construcción de recursos físicos, intelectuales y sociales. Finalmente afirma: «las capacidades para experimentar alegría, interés, satisfacción y amor deben ser consideradas como fortalezas humanas fundamentales que brindan múltiples beneficios interrelacionados» (p. 224).

#### 4.2.2. La fórmula de la felicidad y los tres tipos de vidas

Seligman (2003) propone la siguiente “fórmula de la felicidad”:

$$F = R + C + V$$

en donde **R** corresponde al *rango* de felicidad individual determinado en un 50% por cuestiones genéticas, **C** representa a las *circunstancias vitales*, y **V** a *factores que dependen de la voluntad*.

Presenta a **R** como inmodificable, aunque sea posible promover un nivel de BP cercano al nivel superior del rango.

En **C**, Seligman presenta una serie de investigaciones en las que se correlacionaron ciertas variables tradicionalmente relacionadas con la percepción de felicidad, obteniendo las siguientes conclusiones:

- Una vez alcanzado un nivel de subsistencia y seguridad, la posesión de **bienes materiales** carece de incidencia sobre la percepción de felicidad.
- La **salud objetiva** no se correlaciona con la percepción de felicidad -sí lo hace la percepción de salud subjetiva-.
- La **edad** carece de incidencia sobre la percepción de felicidad, aunque sí varía la *intensidad* de las emociones tanto negativas como positivas, siendo menos intensas a medida que se envejece.
- El **género** no se correlaciona con la percepción de felicidad, aunque en las mujeres hay mayor intensidad emocional tanto positiva como negativa.
- El **nivel intelectual** o de estudios no incide sobre la percepción de felicidad.

- La relación entre **emoción negativa** y emoción positiva no es la de una polarización.
- Las **personas religiosas** parecen tener una mayor percepción de felicidad que las que no lo son.
- Las **personas casadas** parecen tener una mayor percepción de felicidad que las que no lo son.
- Las personas con **vida social** rica y satisfactoria parecen tener una mayor percepción de felicidad que las que no la tienen.

Seligman concluye que la influencia de **C** en la percepción de felicidad o bienestar psíquico es escasa. Se trata de una conclusión un tanto apresurada y basada en solo algunas variables. Por otra parte, parecería que las relaciones interpersonales satisfactorias sí tienen una fuerte influencia en el bienestar psíquico, lo mismo que la percepción del significado vital y de la trascendencia de la propia existencia. Estos dos factores, fundamentales para un funcionamiento óptimo desde la perspectiva de la psicología humanística, merecen una mayor profundización por parte de la PP.

Descartados **R** y **C** como de valor significativo en **F**, el autor propone que la PP debe abocarse a la tarea de despejar **V**, vale decir, identificar y promover aquellos factores ligados a la voluntad del sujeto que contribuyen al bienestar psíquico.

Como corolario que completa su conceptualización sobre la felicidad, el iniciador de la PP propone tres tipos de *vida* que pueden ser tomadas como una progresión hacia la definición de una *vida plena*, sinónimo de una vida feliz. Cada tipo de *vida* incluye las características de la anterior y agrega nuevas notas.

Vida placentera -o agradable- (*pleasant life*): «Una existencia cuyo objetivo es experimentar emociones positivas respecto al pasado, el presente y el futuro» (p. 346).

Se logra maximizando las emociones positivas y minimizando las negativas. Está relacionada con el disfrute.

Buena vida (*good life*): Producto de la utilización de las fortalezas del carácter para obtener gratificaciones en los principales ámbitos de nuestra existencia.

Vida significativa -o “con sentido”- (*meaningful life*): Consiste en emplear las virtudes y fortalezas del carácter **al servicio de algo que trascienda al sujeto**.

Vida Plena: «Consiste en experimentar emociones positivas respecto al pasado y al futuro, de disfrutar de sentimientos positivos [en el presente] procedentes de los placeres, obtener numerosas gratificaciones de nuestras fortalezas del carácter y utilizar estas al servicio de algo más elevado que nosotros mismos para **encontrar así un sentido a la existencia**» [la negrita es agregada] (p. 348).

Resulta evidente que, en el marco de la teoría de la felicidad de Seligman, el concepto de fortalezas del carácter es central. Más allá de la experimentación de emociones positivas transitorias provenientes de los placeres, el bienestar psíquico o la *buena vida* se obtendría mediante la experimentación de emociones positivas duraderas relacionadas con las gratificaciones provenientes del ejercicio de las fortalezas del carácter. Sobre esta base, más la trascendencia y el sentido existencial, se accedería a una *vida plena*.

Seligman denomina fortalezas del carácter a los rasgos positivos del psiquismo. Se recuerda que uno de los objetivos programáticos de la PP, establecidos en la primer reunión en 1999 en Lincoln, promovía la investigación sobre este aspecto, el cual se constituye en uno de los tres objetivos fundamentales de la PP: investigar acerca de los rasgos positivos individuales.

Se exponen a continuación los lineamientos básicos que sostienen la clasificación de las virtudes y fortalezas del carácter de Peterson y Seligman.



#### 4.3. La clasificación de las virtudes y fortalezas del carácter (VFC)

Como parte del programa de la PP, y respondiendo al objetivo de investigar sobre los rasgos positivos, algunos investigadores liderados por Seligman comienzan en 1999 su investigación sobre las fortalezas del carácter en los seres humanos. En 2004 Peterson y Seligman publican *Character Strengths and Virtues. A handbook and classification*, corolario de aquellas investigaciones.

Los autores establecen en la introducción que: «Este manual se enfoca en lo que está bien en la gente y, específicamente, sobre las fortalezas de carácter que hacen posible una buena vida» (Peterson & Seligman, 2004, p.4). Su intención es sentar las bases para un *Manual de Sanidades* que sea la contraparte del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM) y de la *International Classification of Diseases* (ICD) al establecer un vocabulario común sobre rasgos positivos evaluables que guíe la investigación, ordene y cree instrumentos para medirlos, y proyecte intervenciones para promoverlos. Se proponen emular las virtudes del DSM -lenguaje común, fomento a las investigaciones, clasificación multiaxial- y evitar sus falencias -reduccionismo, incompletud-.

Presentan el trabajo como una *clasificación científica* y no como una *taxonomía* ya que esta última debe estar basada en una teoría profunda. Los autores consideran que no se ha llegado a ella todavía y que este trabajo tal vez contribuya a la futura construcción de una o más teorías sobre la buena vida.

La elección de cada una de las VFC de la clasificación siguió un proceso donde se tuvieron en cuenta algunos aportes de la Filosofía, algunas religiones (cristianismo, judaísmo, hinduismo, taoísmo, confucionismo, budismo e islamismo) y la Psicología,

así como también la investigación sobre ideales y prototipos culturales a través de la literatura, publicidad, medios, encuestas, *brainstorming*, y otros medios. El objetivo era llegar a un listado de virtudes y fortalezas **universales**. Los autores admiten que el objetivo es ambicioso, pero afirman que las fortalezas y virtudes clasificadas por ellos son al menos *ubicuas* u *omnipresentes*.

#### Definiciones, precisiones y criterios

Seligman y Peterson consideran que el carácter -al que le dan la connotación positiva de *buen carácter*- es el resultado de la interacción de ciertos rasgos. Esta posición, que inscriben dentro de la nueva teoría de los rasgos, reconoce que existen diferencias individuales estables y generales que han sido gestadas en situaciones particulares y por lo tanto son pasibles de cambio.

La investigación se centra sobre las fortalezas del carácter (FC) ya que son pasibles de medición, pertenecen al campo de la ciencia psicológica, y son un camino distinguible que lleva a otro nivel de abstracción: el de las virtudes.

Las virtudes son características valoradas positivamente por la Ética, la Filosofía y las religiones. Cada virtud engloba una serie de FC pero, por tratarse de conceptos abstractos, no pueden ser abordadas empíricamente. Por lo tanto, la clasificación se basará sobre seis virtudes que incluyen veinticuatro FC, siendo estas últimas el objeto de investigación.

Los autores admiten que dichas fortalezas se labran y manifiestan en *temas situacionales*. Sin embargo, no se detienen específicamente en estos aspectos ya que consideran que no es el objetivo de esta clasificación. Declaran que los temas situacionales pueden ser investigados en estudios posteriores, concluyendo que la variación cultural es: a) muy grande solo en el nivel de los temas situacionales -nivel

concreto-, b) menor en el nivel de las FC, y c) inexistente en el nivel de las virtudes - el mayor nivel de abstracción-.

Peterson y Seligman diferencian las VFC, de los *talentos* o *habilidades* en base a los siguientes criterios: 1) las habilidades y talentos se manifiestan como más innatos y menos voluntarios, y 2) Los talentos y habilidades son valorados más por su utilidad o sus productos que por sí mismos.

Para la inclusión de cada FC se utilizaron **10 criterios**. Estos no son, según los autores, ni necesarios ni suficientes sino, más bien, orientadores. Para ser considerada una FC, ésta debe:

- 1- Contribuir a la buena vida de la persona y de las personas de su entorno.
- 2- Ser moralmente valorada por sí misma -más allá de la utilidad o beneficios que reporta-.
- 3- Contribuir al bienestar social. Su despliegue por parte de una persona no disminuye el de las personas de su entorno.
- 4- Tener la característica de que su antónimo sea un rasgo “negativo”.
- 5- Manifestarse en los comportamientos individuales de forma que pueda ser investigada. Debe tener características de *rasgo*: estabilidad a través del tiempo y de las situaciones.
- 6- Distinguirse de las demás en la clasificación y no ser factible su descomposición en otras de la misma.
- 7- Estar encarnada en parangones culturales consensuados.
- 8- Ser factible de manifestarse a veces en “prodigios”.
- 9- Ser factible de observar, en algunos casos, la ausencia total de dicha FC.
- 10- Ser promovida por instituciones, modelos o parábolas culturales.

### Clasificación de virtudes y fortalezas

El siguiente es el listado de rasgos positivos o FC de Seligman y Peterson, categorizados bajo las seis virtudes que han probado consenso, según los autores, a través de las culturas y de los tiempos.

#### **Sabiduría y sapiencia**

- Creatividad [originalidad, inventiva]
- Curiosidad [interés por el mundo, búsqueda de novedad, apertura a la experiencia]
- Mentalidad abierta [capacidad de juicio, pensamiento crítico]
- Amor por el conocimiento y el aprendizaje
- Perspectiva [sabiduría]

#### **Coraje**

- Valentía [valor]
- Persistencia [perseverancia, diligencia]
- Integridad [autenticidad, honestidad]
- Vitalidad [pasión por las cosas, entusiasmo, vigor, energía]

#### **Humanidad**

- Amor
- Bondad o benevolencia [generosidad, calidez, cuidado, compasión, amor altruista, amabilidad]
- Inteligencia social [inteligencia emocional, inteligencia personal]

#### **Justicia**

- Civismo [responsabilidad social, lealtad, trabajo en equipo]

- Equidad
- Liderazgo

### **Templanza**

- Capacidad de perdonar y misericordia
- Humildad y modestia
- Prudencia
- Auto-regulación [auto-control]

### **Trascendencia**

- Apreciación de la belleza y de la excelencia [capacidad de asombro, admiración, elevación]
- Gratitud
- Esperanza [optimismo, proyección hacia el futuro, orientación hacia el futuro]
- Sentido del humor [humor positivo]
- Espiritualidad [religiosidad, fe, propósito]

Peterson y Seligman aclaran que esta clasificación permanece abierta siendo simplemente la base para una clasificación más exhaustiva y para una futura taxonomía. Alertan también de que en algunos casos puede existir cierto solapamiento en la categorización. Por ejemplo: la FC Sentido del humor puede ser clasificada tanto en la virtud Trascendencia como en Sabiduría o Humanidad.

Se dedica un capítulo a cada virtud, describiendo el estado del arte con respecto a cada una de las 24 FC de la clasificación. En cada FC, cuando es posible, se consigna: la definición consensual, las tradiciones teóricas, los instrumentos con los que se cuenta para evaluarla, las mediciones realizadas, las correlaciones y consecuencias conocidas de dicha fortaleza, su desarrollo a lo largo de la vida, factores que la

promueven u obstaculizan, y diferencias culturales y de género. A su vez, cada capítulo finaliza con un apartado sobre las intervenciones existentes para la promoción de la FC en cuestión y otro para señalar campos inexplorados, culminando con bibliografía especializada en el tema.

Los autores dedican el capítulo final, *Evaluación y Aplicaciones*, a la presentación de algunos instrumentos creados expresamente para evaluar las FC:

- ***Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS)***: Inventario para adultos que evalúa, en base a una escala de Likert, la respuesta a ítems que reflejan las 24 FC de la clasificación de VFC.
- ***Values in Action Rising to de Occasion Inventory (VIA-RTO)***: Cuestionario que indaga la respuesta a situaciones que podrían poner en juego las FC.
- ***Values in Action Inventory for Youth (VIA-youth)***: Inventario para niños y adolescentes entre 10 y 17 años, similar al VIA-IS.
- ***Values in Action (VIA) Structured Interview***: Cuestionario para administrar en entrevista individual que indaga la manera como el entrevistado actúa habitualmente ante situaciones que corresponden a cada FC en particular.

Admiten que estos instrumentos están todavía en período de prueba, pero que se muestran muy promisorios para la obtención de datos que podrían ayudar, en un futuro, a realizar diagnósticos desde la perspectiva de las FC.

#### 4.4. Presupuestos epistemológicos de la clasificación de las VFC

En este apartado se harán consideraciones sobre algunos postulados básicos de la clasificación de VFC de Peterson y Seligman, producto emblemático del *main stream* de la PP.

En primera instancia, se hará un análisis crítico general. Luego, se abordarán las premisas fundamentales deducidas de este análisis, la evaluación de la coherencia interna de la teoría y sus consecuencias tecnológicas, praxiológicas y éticas.

#### 4.4.1. Análisis general

Existe una explícita actitud ateórica en el trabajo de Peterson y Seligman, común a la mayoría de los representantes del *main stream*. Los autores presentan las VFC como una *clasificación* y no como una *taxonomía* -pese a que en escritos previos utilizan este último término (Seligman, 2000)-, dado que una taxonomía requiere una teoría profunda (*deep theory*) que la sustente. La intención manifiesta en el trabajo es recabar datos en forma *objetiva* -entendido esto como ausencia de preconceptos teóricos- para proveer las bases para una futura teoría: «Confiamos en que el campo emergente de la psicología positiva en su totalidad cree una o más teorías que unifiquen conceptualmente nuestra clasificación» (Peterson & Seligman, 2004, p. 7).

A la luz del nuevo paradigma científico, tal metodología inductiva y la pretendida objetividad que persiguen los autores, resultan superadas. Todo investigador tiene un modelo o teoría **previa** que posibilita y limita necesariamente la observación e invalida la pretendida objetividad ingenua del positivismo.

[...] ninguna descripción de un evento particular sería posible sin realizar previamente alguna selección [...] esa selección se hará mediante los conceptos

[...] **Entre la mente individual del pensador y el mundo complejo interviene e interfiere con sus ventajas y limitaciones el modelo:** un sistema conceptual abstracto que de igual o parecida forma a ese mundo lo re-presenta o tal vez lo presenta por primera vez creando su experiencia subjetiva en la simbología del lenguaje [la negrita es agregada] (Wainstein, 1999, p. 66).

La postura fuertemente inductiva de Peterson y Seligman al promover la investigación empírica sin el “prejuicio” de una teoría de base para poder llegar a ella *después* de la recopilación y el análisis de datos, se contrapone con la sustentada por consenso de la mayoría de la comunidad científica, para quien el método deductivo es el propio de la ciencia.

El científico teórico propone ciertas cuestiones determinadas al experimentador, y este último, con sus experimentos, trata de dar una respuesta decisiva a ellas [...] **el científico teórico tiene que haber realizado mucho antes su tarea,** o al menos, parte de ella: la de formular su pregunta lo más claramente posible; por lo tanto, es él quien indica el camino al experimentador. [...] **La teoría campea en el trabajo experimental, desde que se establecen los planes iniciales hasta que se dan los últimos toques en el laboratorio** [la negrita es agregada] (Popper, 1980, pp. 104-105).

Si los autores hicieran explícito el modelo teórico del que dicen carecer y pusieran en evidencia su marco de referencia, paradójicamente, la clasificación se haría más “transparente” y en cierta manera más “objetiva” dado que la objetividad científica



resulta de un acuerdo de intersubjetividades, un consenso de la comunidad científica que solo se puede lograr mediante la comunicación (Serroni Copello, 2003).

Dado que ellos eluden este requisito cabría preguntarse por la epistemología *tácita* que sustenta *Character Strengths and Virtues. A handbook and classification*.

En la obra que se analiza -y en muchas publicaciones de estos autores y otros pertenecientes al *main stream*- pueden observarse **epistemologías superpuestas que coexisten sin llegar nunca a la integración.**

El paradigma científico más evidente responde al mencionado positivismo clásico, pero se encuentran también fuertes posturas existenciales.

La adscripción al **positivismo clásico** es evidente en el énfasis empírico, inductivo y elementarista de lo que la PP llama *buena ciencia*. El **sesgo existencial** aparece en las numerosas afirmaciones sobre la esencia positiva de la naturaleza humana y el papel de la libertad: «Creemos que las fortalezas del carácter son el **fundamento de la condición humana** y que la actividad congruente con esas fortalezas representa una importante ruta hacia la buena vida psicológica [las negritas son agregadas]» (Peterson y Seligman, 2004, p. 4). «La buena vida refleja **elección y voluntad** [las negritas son agregadas]» (Peterson y Seligman, 2004, p. 12).

Resulta evidente la comunión que existe entre las afirmaciones existenciales que abundan en la obra y el pensamiento de los representantes de la psicología humanística. Solo basta citar a Carl Rogers (1993): «Una vida plena es el proceso de movimiento en una dirección que el organismo humano elige cuando interiormente es libre de moverse en cualquier sentido» (p. 168).

Pero en esta coincidencia de ideas, lo que en la psicología humanística se presenta epistemológicamente fundamentado, en la PP aparece como opiniones sin bases teóricas explícitas.

A ambas corrientes las une también el interés común en las fortalezas y potencialidades del psiquismo -es interesante señalar que el término *Psicología Positiva* fue utilizado por primera vez por Maslow en el último capítulo de *Motivación y personalidad* titulado: Hacia una Psicología Positiva (Maslow, 1963)-.

Peterson y Seligman expresamente evitan cualquier similitud, más allá del interés por lo “positivo”, con la psicología humanística, ya que los autores ubican fuera del campo científico a esta corriente por su supuesto descuido de la investigación empírica (Peterson & Seligman, 2004).

Lo que distingue a la psicología positiva de la psicología humanística de los 60 y los 70 [...] es la confianza en la investigación empírica para comprender a las personas y sus vidas. Los humanistas fueron generalmente escépticos frente al método científico y [del conocimiento] que pudiera producir y no ofrecieron otra alternativa más allá del insight de que la gente era buena (p. 4).

Numerosas voces se han alzado para refutar esta última acusación. Entre ellas merece especial mención Taylor (2001) quien irónicamente recomienda a los líderes de la PP hacer una revisión bibliográfica sobre la investigación realizada desde sus comienzos por la psicología humanística.

Como ya se dijo en 2.3., Michael W. Katzko (2002), en referencia a la retórica de la investigación psicológica y los problemas de integración en Psicología, dice que los psicólogos necesitan *reinventar* su ciencia en cada nueva investigación. Esta circunstancia lleva a la atomización de la Psicología ya que, una vez hecho esto, *adhieren* a la nueva teoría y se disponen a *defenderla* ante las otras corrientes.

Algo así podría suceder con la PP que se presenta como un movimiento revolucionario y radicalmente diferente cuando, en realidad, se encuentra ligada a muy transitadas tradiciones teóricas y científicas. La PP, definida por sus integrantes como una contribución diferente (*discrete approach*) entre las ciencias sociales (Seligman & Peterson, 2000), no ha aportado, hasta ahora, novedad ni en el **método** -propio positivismo-, ni en el **objeto** -el estudio de aquello que es positivo en el hombre-.

Encontramos irónico que la nueva psicología positiva se distinga de sus versiones anteriores por el método, así como también, en base a la metodología, la descartada versión humanística de la psicología se distinguió de los otros enfoques psicológicos de su tiempo (Tennen & Affleck, 2003, p. 166).

Algunos autores pertenecientes a la rama europea de la psicología positiva enfatizan la necesidad de no descartar, sino, por el contrario, enriquecerse con el acervo filosófico y psicológico de la psicología humanística. «Es críticamente decisivo para la autocomprensión de la psicología positiva reflexionar y analizar sus raíces históricas y filosóficas [...]. [Los análisis a nivel metateórico] constituyen una de las tareas más importantes y necesarias de la investigación científica» (Jorgensen & Nafstad, 2004, p. 16).

Si bien Peterson y Seligman justifican su clasificación de VFC en un recorrido por la axiología de distintas religiones, culturas y filosofías, exponiendo también algunas teorías psicológicas o fragmentos de ellas en los capítulos dedicados al examen de las fortalezas, esta “colección” -utilizada para mostrar concordancias o discordancias- no llega a constituir una **teoría unificada y coherente**. Así, los autores ignoran un

principio básico del método científico «[Al] requisito de la compatibilidad o coherencia [...] puede considerársele la primera condición que ha de cumplir *todo* sistema teórico, ya sea empírico o no [la bastardilla está en Popper]» (Popper, 1980, p. 88).

Por otra parte, la selección de la colección de teorías filosóficas, religiosas y psicológicas -todas pertenecientes a tradiciones culturales euroasiáticas- no representa la *universalidad* pretendida -ver 4.4.2-, y los 10 criterios de selección de las fortalezas están vagamente definidos, resultando un tanto arbitrarios -ver 4.3.- La pretensión de objetividad, una vez más, se muestra como utópica.

No solo la presencia de paradigmas y teorías superpuestos genera incongruencias. Otra contribución a la confusión epistemológica es la contradicción existente entre una metodología elementarista y algunas afirmaciones más propias de un paradigma sistémico.

Será crucial para nuestros propósitos la seria atención a las situaciones individuales, próximas (e.g., la familia) y distales (e.g., la cultura). Cuando alentamos a la psicología a estudiar los rasgos positivos, no nos estamos refiriendo a predisposiciones de la personalidad tomadas fuera de contexto (Peterson & Seligman, 2004, p. 80).

La actitud epistemológica adoptada por Seligman y Peterson, pese a su declamada intención en contrario, es analítica-aditiva. Un ejemplo es la conceptualización del carácter a lo largo del texto como una *estructura* que contiene *elementos*, vale decir, las FC. «La aplicación de procedimientos analíticos supone que no existen relaciones activas entre las partes, esto es, las interacciones» (Wainstein 1999, p. 88). Por el

contrario, «Un sistema incluye una estructura, pero agrega a ella *propiedades resultantes de las interacciones entre sus partes, y de sus intercambios con lo que lo afecta o con lo que él es capaz de afectar* [la bastardilla está en Wainstein]» (Wainstein, 1999, p. 89).

Amalio Blanco y Darío Díaz (2004) realizan una crítica al DSM que bien puede aplicarse a esta clasificación de VFC, ya que pretende ser la base para una *manual de sanidades*:

En el fondo, la concepción del trastorno en los términos manejados por el DSM-IV-R no deja de ser una **apuesta por una visión del mundo centrada en el sujeto**, en sus méritos y deméritos, en sus éxitos y fracasos, en sus logros y frustraciones, **dejando al margen, como si de un adorno meramente estético se tratara, los rasgos y características del contexto en el que está inserto**, dando por bueno, o al menos inocuo para la salud o el trastorno mental, cualquier sistema político, cualquier ordenación del poder, cualquier modelo de distribución de riqueza, cualquier estructura de normas, cualquier sistema de valores, cualquier entramado de creencias [la negrita es agregada] (p. 232).

«[...] El protagonista del trastorno y de la salud no puede ser otro que un sujeto socio-histórico» (p. 240).

En resumen, en el enfoque epistemológico de la clasificación de VFC se observan los siguientes indicadores:

- 1- Inductivismo. Pretensión de objetividad ingenua.
- 2- Coexistencia de paradigmas yuxtapuestos.

3- Actitud analítico-aditiva. Desinterés por el contexto socio-histórico.

4- Ausencia de una teoría unificada y coherente.

Se considera que todos los aspectos mencionados están interrelacionados y constituyen una debilidad epistemológica.

#### 4.4.2. Premisas fundamentales y derivadas

Las hipótesis básicas de la clasificación de VFC no están enunciadas formando una teoría científica, pero podrían organizarse así:

La percepción subjetiva de una *buena vida* presenta una correlación positiva con un *buen carácter*, el cual presenta una correlación positiva con la presencia de FC. Este proceso es acompañado por la experiencia de *emociones positivas*, que funcionan como refuerzos evolutivos para la supervivencia del individuo y de la especie.

Con el objeto de salvar la actitud inductiva que refleja tal formulación, la hipótesis podría reformularse así:

- 1- Premisa fundamental: El ser humano tiende al bienestar psíquico -compromiso y satisfacción con la vida, preeminencia de afectos positivos por sobre los negativos- por razones evolutivas -más herramientas, mayor supervivencia, mayores posibilidades de reproducción-.

- 2- Premisa derivada: El concepto de *buena vida* se relaciona con el de bienestar psíquico. Una *buena vida* se caracteriza por la experiencia de más *emociones positivas* que negativas y es el producto de un *buen carácter*.
- 3- Premisa derivada: Un sujeto obtiene un *buen carácter* en el despliegue de las FC -rasgos de personalidad positivos-.

Dichas FC dan lugar al concepto abstracto de *virtudes*, las cuales son universales. «Las *fortalezas del carácter* son los ingredientes psicológicos -procesos o mecanismos- que definen a las virtudes. Dicho de otra manera, son rutas distinguibles para desplegar alguna virtud» (Peterson & Seligman, 2004, p.13).

La premisa fundamental 1 justifica el objetivo principal de la PP: hacer más felices las vidas de las personas (Seligman, 2003). «Suponemos universales [a las virtudes] por estar enraizadas en la biología a través de un proceso evolutivo que seleccionó estos aspectos de la excelencia [las FC] para solucionar importantes tareas necesarias para la supervivencia de la especie» (Peterson & Seligman, 2004, p. 13).

La premisa 2 refleja la hipótesis de que un buen carácter es productor de una buena vida. «El carácter construido como rasgos positivos nos permite reconocer y explicar lo distintivo de una buena vida. [...] Las fortalezas del carácter proveen la necesitada explicación para la estabilidad y generalidad de una vida bien vivida» (Peterson & Seligman, 2004, p. 12).

La premisa 3 define en qué consiste un buen carácter. «Nos sentimos cómodos diciendo que alguien es de buen carácter si él o ella despliega al menos 1 ó 2 fortalezas de cada grupo de virtudes» (Peterson & Seligman, 2004, p. 13).

Tradicionalmente se ha diferenciado entre temperamento, carácter y personalidad. El **temperamento** alude a disposiciones bioquímicas para la actividad y reactividad emocional. El **carácter** es definido como la suma total de rasgos que produce un todo unificado revelador de la naturaleza de una persona (Reber, 1995). Tanto en inglés como en castellano, el uso de este término adquiere connotaciones valorativas. Ésa ha sido una de las razones de su abandono como término científico.

Cuando, utilizando el lenguaje contemporáneo, hablamos del carácter de una persona, aplicamos probablemente **una forma moral de juzgar el comportamiento**. En este sentido, el carácter ha tomado características asociadas al Superyó (utilizando la terminología psicoanalítica): **cómo y hasta qué punto el individuo ha incorporado los preceptos y las costumbres sociales de su grupo cultural** [La negrita es agregada. La bastardilla está en Millon] (Millon, 1998, p. 18).

Peterson y Seligman eligen *precisamente* el término ‘carácter’ por sus connotaciones valorativas, las cuales son acentuadas por el agregado del adjetivo ‘buen’. A partir de las palabras de Theodore Millon, puede conjeturarse que, a pesar de sus pretensiones universalistas, los autores han rastreado entre las culturas aquellos valores que caracterizan a su propia sociedad para clasificarlos, medirlos y promoverlos en pos de la consecución de individuos felices, con *buen carácter*, vale



decir, adaptados a la cultura norteamericana. Los autores admiten esta posibilidad, aunque la manera en que creen haber resuelto el problema resulta insatisfactoria.

Nuestros primeros esfuerzos en crear esta clasificación fueron hechos con la preocupación de que tal vez hiciéramos una lista que reflejara solo nuestro punto de vista sobre la buena vida. Creemos haber evitado ese problema porque no incluimos características valoradas **solo** en el cambio de siglo por los varones de la clase media-alta agnóstica académica europeo-americana (e.g. portfolios de inversiones diversificados, acceso a wireless internet, y cargas por educación reducidas) [la negrita es agregada] (Peterson & Seligman, 2004, p. 20).

Cabría preguntarse qué sucede con aquellas fortalezas ampliamente difundidas en otras culturas pero desestimadas por el pequeño grupo mencionado. Peterson y Seligman eluden la respuesta al cuestionamiento planteado por Lisa G. Aspinwall y Ursula M. Staudinger (2002) al referirse a los criterios de selección de virtudes y fortalezas.

¿Consultamos sistemas éticos de valores como las cuatro virtudes cardinales de la ética cristiana o el ethos aristotélico? [...]. Y si así lo hiciéramos, ¿por qué no otros? ¿El punto de vista de quién adoptamos para decidir qué es bueno y qué es óptimo? (p. 10).

El término ‘carácter’, como se ha dicho, refleja también la actitud analítica-aditiva que campea en el trabajo, al presentarlo como la suma de FC. Un término como

‘personalidad’, que responde al concepto de ‘sistema’ (Millon, 1998, p. 9), sería más conveniente.

La personalidad nos lleva a observar los comportamientos manifiestos no uno a uno como si fuesen simplemente elementos de una lista, aislados a partir de un todo más amplio, sino que nos conmina a examinar los comportamientos en conexión uno con otro como medio por el cual inferir algún tema o unidad de propósito subyacente con el cual cada aspecto del todo es de algún modo numerable. Como constructo, la personalidad nos lleva más allá de la superficie, para sacar conclusiones e integrar diversidades manifiestas basadas en principios lógicos latentes. Como científicos, nuestro cometido no consiste solo en registrar el comportamiento en éste u otro campo, sino en explicarlo (Millon, 1998, p. 9).

Pero Peterson y Seligman muestran una tendencia a ignorar la concepción ecológico-sistémica consensuada por la mayoría de la comunidad científica.

Seligman (2003) rechaza, a su vez, el término *personalidad* aludiendo que fue introducido en Psicología por Gordon Willard Allport y sus seguidores para quienes:

[...] la ciencia debía limitarse a describir hechos objetivos en vez de recomendar cómo deberían ser. *Personalidad* es un término descriptivo, mientras que *carácter* es prescriptivo. Así los conceptos de moralidad, como carácter y virtud, se introdujeron, como de contrabando, en la psicología científica bajo el barniz suave del concepto de personalidad. Sin embargo [...] ello no tuvo ningún efecto en el discurso común sobre la conducta humana [...]

Toda ciencia que no utilice el carácter como idea básica -o por lo menos explique con acierto el carácter y la capacidad de elección- nunca será aceptada como ilustración útil de la actividad humana. **Por consiguiente, considero que ha llegado el momento de resucitar el carácter como concepto central del estudio científico del comportamiento humano** [las negritas son agregadas] (p. 177).

Peterson y Seligman (2004), al conceptualizar las FC, declaran que se alinean con la *nueva teoría de los rasgos* «que reconoce que las diferencias individuales son estables y generales pero a su vez pueden ser moldeadas por el entorno individual y por lo tanto son pasibles de cambios» (p. 10). Las teorías de este tipo «operan sobre el supuesto de que la personalidad es un compendio de rasgos o modos característicos de comportarse, pensar, sentir reaccionar, etc.» (Reber, 1995, p. 556).

Arthur S. Reber (1995) distingue dos significados en el concepto *rasgo*:

1- Una hipotética disposición fundamental o característica de la persona que, en principio, puede ser usada como una explicación de las regularidades y consistencias del comportamiento. 2- Una simple descripción del modo característico individual de comportarse, percibir, pensar, etc. El sentido 2 es usado descriptivamente sin intenciones explicativas; el sentido 1 está basado en un enfoque particular a la teoría de la personalidad (p. 559).

Las FC de la clasificación de Peterson y Seligman responden al segundo significado, son simples descripciones de actitudes que pertenecen a categorías diferentes agrupadas con escaso rigor científico. Los mismos autores aclaran que los

10 criterios para la selección de FC son solamente *orientadores* y que algunas fortalezas incluidas son disonantes con buena parte de ellos. Una disposición global como el *sentido del humor* tiene pocas coincidencias de orden lógico con ciertas actitudes más puntuales y dependientes de las circunstancias como el *civismo*. Se observan que ciertas FC de la clasificación parecen ser propias del temperamento - como la *curiosidad*- y otras del aprendizaje -como la *apreciación del bien y la belleza*-. Algunas son fortalezas psíquicas de manera absoluta -como la *creatividad*- y otras, según las circunstancias, incluso podrían ser debilidades -como el *optimismo*-. Inclusive se perciben contradicciones entre FC, como en el caso del *coraje* y la *prudencia*, o el *pensamiento crítico* y el *optimismo*.

El enfoque de los rasgos, si bien generalmente aporta importantes desarrollos en la evaluación y permite el estudio de la media en los cambios de los rasgos a lo largo de la vida o en respuesta a una intervención como la psicoterapia, **representaría a sólo un tipo de fortalezas humanas** [...].

Más bien, parecería que las fortalezas humanas deben estar primariamente basadas en **la habilidad para aplicar flexiblemente tantas potencialidades y habilidades como sean necesarias para resolver un problema u obtener una meta**. [...] Esas fortalezas deben girar sobre medios discriminativos y habilidades autoregulatorias o algoritmos que ayudan a las personas **a moverse hacia la característica óptima o el mecanismo regulatorio en el momento y el grado preciso** [las negritas son agregadas] (Aspinwall y Staudinger, 2002, pp. 12-13).

Merece una especial mención en relación a este tema el concepto de *capital psíquico*, al que María Martina Casullo (2005) define como «ese conjunto de factores y procesos que permiten aprender a protegerse y sobrevivir, a generar fortalezas personales» (p. 61). Casullo presenta cinco categorías de factores o procesos - cognitivos, emocionales, cívicos, interpersonales, de sistema de valores- que a partir de una génesis psicosocial estructuran el capital psíquico en términos de capacidades, habilidades, actitudes y valores.

El reemplazo del concepto de *buen carácter* por el de *capital psíquico* presenta las siguientes ventajas: ausencia de actitud prescriptiva, énfasis en la génesis psicosocial, categorización lógica y atención a la interacción de factores y procesos.

#### 4.4.3. Coherencia interna

Se revisará la estructura de la teoría *implícita* que sostiene la clasificación de VFC observando las relaciones lógicas de deducibilidad y de implicación entre algunos de sus enunciados más significativos a los fines de esta Tesis.

##### **Deducibilidad:**

La conceptualización de Peterson y Seligman sobre la felicidad podría partir del siguiente *enunciado universal*:

La motivación humana por una *buena vida* –bienestar psíquico o felicidad-, tiene una función evolutiva al favorecer ésta la supervivencia del individuo y de la especie.

La *hipótesis fundamental* que sustenta la clasificación es que:

Un *buen carácter* garantiza una *buena vida*.

El enunciado que describe las condiciones iniciales:

Si en un sujeto se detecta un *buen carácter* -definido como el despliegue de al menos una o dos FC de cada grupo de las seis virtudes de la clasificación de VFC-,

El enunciado que describe la consecuencia observacional:

Entonces dicho sujeto percibirá que tiene una *buena vida* –bienestar psíquico o felicidad-.

### **Implicación:**

Esta teoría podría ser falsable *modus tollens* en el caso de encontrarse individuos que tengan un *buen carácter* -despliegue de al menos una o dos FC de cada virtud-, pero no perciben tener una *buena vida* -bienestar psíquico o felicidad-.

Peterson y Seligman construyeron instrumentos -todavía en período de prueba- para detectar las FC en adultos, adolescentes y niños, así como también instrumentos que indagan sobre las situaciones que podrían poner en juego las FC -ver 4.3.-. Así mismo presentan abundante evidencia empírica a través de trabajos propios y de otros investigadores que correlacionan la felicidad –bienestar psíquico, satisfacción vital, etcétera- con algunas de las FC.

Sin embargo, al momento actual, no existen trabajos publicados que correlacionen directamente un *buen carácter* con una *buena vida* –bienestar psíquico, felicidad-.

Arnold Lazarus (2003) objetiva, entre otras cosas, el diseño transeccional<sup>9</sup> aplicado en la mayoría de las investigaciones de la PP.

Es conocido el predominio de la investigación transeccional interindividual. La interpretación resultante de este tipo de investigación puede ser engañosa - por ejemplo en relación a la causa o, peor aún, en relación a la manera en que describimos aquellas personas que se ajustarán o no a nuestras hipótesis-. Nuestro campo debe encontrar una manera de resolver estos problemas [...] que llevan a acumular muchos datos acerca de muy poco (p. 32).

En ese mismo sentido, Howard Tennen y Glenn Affleck (2003) puntualizan que:

La mayoría de las fortalezas humanas deben conceptualizarse como procesos más que como experiencias estáticas. [...] Siendo procesos, no pueden ser comprendidas como una “fotografía instantánea”, ni siquiera como dos o tres fotografías. Ellas requieren más bien un monitoreo longitudinal regular, [...].

Creemos que los investigadores deben hacer un serio esfuerzo por revisar, más que por abrazar, la metodología tradicional de la Psicología en la investigación empírica, para ampliar sus lentes metodológicos y conceptuales e incluir así el despliegue de los procesos intraindividuales a través del tiempo (p. 166).

---

<sup>9</sup> «Los diseños de investigación transeccional o transversal *recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. [...] Es como tomar una radiografía de algo que sucede*» (Hernández Sampieri, 2003, p. 270).

Estos últimos autores agregan que este tipo de metodología lleva a la producción de una plétora de teorías redundantes que obstaculizan el conocimiento de los fenómenos estudiados. Concluyen mencionando que los malos hábitos de la PP -su confianza en los estudios de diseño nomotético y su frenética generación de redundancias- «Nos hace permanecer escépticos ante una nueva psicología positiva que espera distinguirse de otras antiguas psicologías positivas sobre la base de su metodología empírica» (p. 167).

En última instancia, los problemas metodológicos señalados se originan en la mencionada ausencia de una teoría unificada y coherente que guíe la investigación empírica.

Una ciencia psicológica sólida requiere mucho más que un adecuado conocimiento de los métodos cuantitativos y de las herramientas de la investigación. Requiere: un refinado análisis de los supuestos que nosotros, como investigadores, tenemos; una habilidad para ver el contexto en el que formulamos nuestras preguntas; y un conocimiento de las implicaciones de nuestras hipótesis en relación con nuestros supuestos y con el contexto. En otras palabras, necesitamos sólidos fundamentos filosóficos sobre las maneras en que intentamos estudiarnos a nosotros mismos (Young- Eisendrath, 2003, p. 170).

A modo de conclusión general de este apartado sobre los presupuestos epistemológicos de la clasificación de VFC, se plantea la necesidad de elaborar una teoría sobre el capital psíquico articulada jerárquicamente de la siguiente manera:

- 1- Una metateoría -modelo epistemológico integrado-,



- 2- Una teoría psicológica -conceptualización de la mente y la conducta humana-,
- 3- Una teoría psicoeulógica -conceptualización sobre el bienestar psíquico-,
- 4- Una teoría sobre el capital psíquico,**
- 5- La investigación empírica, que falseará, reformará y/o ampliará dichas teorías.

Dicho modelo teórico a su vez debería:

1- Ajustarse al paradigma científico vigente, vale decir que, además de la contrastación empírica de las hipótesis, a) asuma ante la investigación de los fenómenos psíquicos una visión ecológico-sistémica que considera dichos fenómenos desde la multideterminación de los diferentes sistemas en los que están involucrados; b) adopte el método hipotético deductivo; c) ajuste el rigor lógico de los nexos entre enunciados.

2- Eludir todo dogmatismo o prescripción.

3- Acentuar una visión **integral del psiquismo humano** para evitar que la PP, con su bienvenido afán de investigar lo positivo de la conducta humana, desemboque en una visión parcial o reduccionista que repetiría el error del modelo médico.

4- Integrar la teoría y la investigación empírica con una teoría y práctica clínica.

#### 4.4.4. Evaluación de las consecuencias tecnológicas y praxiológicas

En el origen de la PP, diciembre de 1998, Seligman establece que una de las preocupaciones principales de esta orientación será la implementación de los hallazgos de la investigación en el ámbito de la psicoterapia. Su argumentación sobre el tema parte de los estudios sobre la **efectividad** (*effectiveness*) de la psicoterapia, y

los diferencia de la investigación sobre la **eficacia** (*efficacy*) psicoterapéutica (Seligman, 1998c).

Los estudios de eficacia psicoterapéutica son cuasiexperimentales, con condiciones muy controladas, en un tiempo limitado y breve, sobre un problema puntual. Los estudios sobre la efectividad en psicoterapia, por el contrario, se realizan sobre procesos terapéuticos reales, sin límite temporal ni manual de procedimientos, y en base a objetivos consensuados entre pacientes y terapeutas. Si bien estos últimos carecen de una gran validez interna, son los que interesan a Seligman por ser reflejo fiel de lo que realmente sucede en psicoterapia (Seligman, 1998b).

Seligman concluye que, si bien los resultados indican que la psicoterapia es efectiva, «al ser comparadas, ninguna técnica psicoterapéutica (con la excepción de las ya nombradas para la eyaculación prematura, fobias, pánico y enuresis) demuestra tener efectos más concluyentes y puntuales que otra forma de psicoterapia o droga administrada adecuadamente» (Seligman, 2000, p. 1). De esta manera coincide con la teoría llamada de los **factores comunes** basada en resultados obtenidos en la investigación comparada de distintas corrientes psicoterapéuticas (Frank, 1991; Lambert, 1994; Luborsky *et al.*, 1975; entre otros) citada en 2.2 y 3.4.3.

El iniciador de la PP propone la hipótesis de que estos factores comunes pueden radicar en lo que él llama las *tácticas* y las *estrategias profundas* de la psicoterapia. Entre las tácticas cita el interés y la autoridad del terapeuta, el *rapport*, la alianza, el pago por los servicios, la nominación del problema, la confianza y otras. Seligman se detiene especialmente en las estrategias profundas y destaca entre ellas a **la construcción de fortalezas amortiguadoras** (*Building of Buffering Strengths*). «Creo que es una estrategia común a todos los psicoterapeutas competentes, primero

identificar y luego ayudar a sus pacientes a construir una gran variedad de fortalezas, antes que utilizar técnicas específicas de reparación de daño» (Seligman, 2000, p. 5).

A continuación enumera una serie de fortalezas amortiguadoras que pueden labrarse en psicoterapia: coraje, habilidades interpersonales, racionalidad, *insight*, optimismo, honestidad, perseverancia, realismo, capacidad para el placer, perspectiva, orientación hacia el futuro y propósito (Seligman, 2000). Al listado de estas fortalezas puede considerársele uno de los primeros antecedentes de la clasificación de VFC que presenta con Peterson cuatro años después.

En *Character Strengths and Virtues*, Peterson y Seligman (2004) alientan la aplicación de la PP en psicoterapia a través de la investigación sobre las técnicas específicas que podrían incrementar cada una de las FC. Así, cierran cada capítulo dedicado a una fortaleza psíquica con un apartado de *intervenciones* específicas. Sin embargo, los autores no se detienen particularmente en el ámbito de la psicoterapia, ya que se hace mención también al campo laboral, al institucional, al gubernamental, y, muy especialmente, al educacional.

Una lectura del *catálogo* de dichas intervenciones revela que la mayoría pertenece a la corriente cognitivo-conductual -lo cual no resulta sorprendente dada su preponderancia en el ámbito académico norteamericano-. Existen también referencias a otras intervenciones provenientes de la terapia interrelacional, sistémica y humanística.

La metodología de descontextualizar una técnica de su modelo de origen con el único propósito de incrementar una fortaleza específica, desvirtúa su potencialidad. Como ejemplo paradigmático se observa que Peterson y Seligman proponen la psicoterapia rogersiana como «el ejemplo prototípico de una intervención diseñada para incrementar la integridad» (Peterson & Seligman, 2004, p. 268), fortaleza que los

autores incluyen en la virtud del *Coraje*. Se trata de una interpretación reduccionista del enfoque de Rogers, ya que como se dijo en 3.4.3., él expresa que su teoría de la terapia no se fundamenta en *técnicas* específicas sino en *actitudes*, y que descrea de los objetivos concretos y puntuales -como la promoción de **una** fortaleza- siendo su intención promover un despliegue global del individuo en el funcionamiento óptimo de la personalidad (Rogers, 1993) -lo que, por añadidura, podría significar la actualización de potencialidades específicas.

Una vez más se observa el vacío de una teoría que dé coherencia a las intervenciones que se presentan de manera fragmentada. En este caso se estaría ante la ausencia de *teorías*, *psicotecnologías* y *psicopraxiologías* organizadas en lo que se conoce como **modelo psicoterapéutico**.

Desde el modelo médico, orientado hacia la psicopatología, un *modelo psicoterapéutico* se define como una estructura conceptual que contiene elementos teóricos, técnicos y praxiológicos, que intentan explicar y producir un cambio psíquico artificial por medios psicológicos en las manifestaciones psíquicas de enfermedades o trastornos, cualquiera sea el origen de estos. (Corsi, 1991; Sánchez Bodas, 1994). Los elementos teóricos del modelo son el conjunto de hipótesis que sustentan y explican una determinada situación clínica. Los elementos técnicos y praxiológicos son la actualización y operacionalización de dicha teoría en la práctica.

Desde la psicoeología, se podría pensar en un *modelo psicoterapéutico* como una estructura conceptual que contiene elementos teóricos, técnicos y praxiológicos, que intentan explicar, identificar, incrementar y edificar las fortalezas del psiquismo con el objeto de amortiguar las manifestaciones psíquicas de enfermedades o trastornos, prevenir la aparición de éstos, y/o incrementar el bienestar psíquico. De todas maneras, podría plantearse la pregunta acerca de si un proceso que tiene como objeto

el trabajo sobre las FC -tanto en su función *amortiguadora* de trastornos, como en su función *preventiva* o *promotora* del bienestar psíquico- puede seguir siendo denominado *psicoterapia*. Tal vez esta situación clínica requiera de otro término.

Para concluir se destaca que, si bien la *main stream* de la PP presenta las características destacadas en este apartado con respecto a las teorías tecnológicas y praxiológicas, en la rama europea existen algunos intentos por construir modelos psicoterapéuticos integrativos orientados hacia los objetivos del movimiento.

#### 4.4.5. Valoración de las implicaciones éticas

En el año 2000, Seligman y Peterson decían:

Nuestra visión es que la psicología positiva solamente florecerá bajo condiciones sociales benignas: una sociedad en paz, sin disturbios sociales. (...) Cuando la sociedad está en guerra, empobrecida o desordenada, está luchando contra incendios y está dominada por la intención de sofocar las emociones negativas. Queda poco tiempo o recursos para construir lo que es positivo en la vida (Seligman & Peterson, 2000, p. 2).

De acuerdo a esta declaración, la PP es un movimiento a desarrollar por elites y para elites dado que condiciona la posibilidad de investigar los aspectos positivos del psiquismo a las circunstancias sociales propias de los EE.UU. de fines de siglo XX.

Pero un año después de la precedente cita se produce el atentado a las Torres Gemelas y la autopercepción de esa sociedad cambia. En *Character Strengths and Virtues*, publicado en 2004, no se encuentra una aseveración como la transcripta, ya

que implicaría decretar la muerte prematura del movimiento. Se tiende, entonces, a minimizar el factor social.

A pesar de la importancia de las situaciones para forjar las características de la gente, cada uno trae algo a esa situación, y cada uno saca algo de ella. Entre las cosas más importantes de ese “algo” está el carácter, construido por los rasgos positivos. [...] Resulta obvio que los individuos y sus rasgos deben tener el rol central en la comprensión de una buena vida. Después de todo, son las personas individuales las que llevan estas vidas (Peterson & Seligman, 2004, p. 11).

Más allá de la renuncia a una cosmovisión ecológico-sistémica, el cambio de posición muestra la impronta etnocéntrica de la PP. Por otra parte, la calidad y cantidad de investigaciones realizadas en Latinoamérica bajo el “paraguas” de la PP, más el particular interés por conceptos tales como el de *resiliencia* o *afrontamiento* - que tratan precisamente de la emergencia de fortalezas en condiciones adversas- desmienten la afirmación con la que se abre este capítulo.

El etnocentrismo de la PP ya fue abordado en 4.4.1. al mencionar la pretensión de encontrar VFC *universalmente válidas* tras la revisión de algunas culturas euroasiáticas.

“Etno” quiere decir en griego “raza” o “pueblo”, “centrismo” apunta al hecho de que toda “raza” o “pueblo” (en nuestro vocabulario, toda sociedad) considera sus valores como el punto de referencia central o privilegiado para

estimar o evaluar normas, valores y conocimientos de toda cultura o sociedad [las comillas están en Zorrilla] (Zorrilla, 1992, p. 37).

El etnocentrismo implica una generalización y una absolutización de los propios valores culturales. Pero Peterson y Seligman además olvidan, entre otras cosas, que lo que **en un contexto es una fortaleza, puede ser una debilidad en otro y viceversa**. Repiten la misma distorsión absolutista en la que incurren al hablar de una psicología “positiva” frente a una “negativa” y de emociones “positivas” privilegiadas por sobre las emociones “negativas”. Al decir de Barbara Held (2002), la presión cultural en EE.UU. prescribe estar en el *lado soleado de la calle* y proscribire cualquier forma de angustia, ya que existe el riesgo de condena y exclusión ante la expresión de sentimientos o actitudes consideradas *negativas* o pesimistas. La PP acentúa este rasgo cultural presentándolo como *científicamente* deseable. Pero «[...] es un error dicotomizar los eventos en emocionalmente “positivos” o “negativos”. [...] ese tipo de dicotomías son fundamentalmente superficiales y engañosas» (Campos, 2003, p. 113).

Demás está decir que de no corregirse esta actitud etnocéntrica y dicotómica, que pese a las declamaciones en contrario se observa en muchas de las producciones de los principales representantes del *main stream*, se estaría propugnando lo que por otra parte se denuncia: una visión parcial del psiquismo humano, esta vez centrada **solo** en sus aspectos positivos definidos desde una cultura en particular.

En los seres humanos conviven, subjetivamente e intersubjetivamente, lo positivo y lo negativo. Desde este punto de vista, el desafío del nuevo movimiento pasaría por el estudio de los procesos que llevan a la **integración positiva** de elementos tanto positivos como negativos de la experiencia humana (Taylor, 2001; Held, 2002).

El bienestar psíquico, como parecen apuntar los hallazgos, no es simplemente la vida feliz “per se” sino los procesos del “vivir” con sus mezclas de sabores dulces y amargos; una vida que no evita el dolor, sino que todo lo contrario, lo enfrenta y le da significado constructivo para transformar lo doloroso y conflictivo de la vida en algo hermoso y digno de vivirse [las comillas están en Cuadra & Florenzano] (Cuadra & Florenzano, 2003, pp. 93-94).

Las ya citadas Aspinwall y Staudinger también alertaron que, entre los peligros que acechaban a la PP, «el primero y más importante» (2002, p. 17) era la adopción de una actitud prescriptiva, dado que «hay sólo un pequeño paso entre investigar las fortalezas humanas con el objeto de incrementar el bienestar de las personas, y adoptar y predicar un sistema de valores dado» (p. 18). A la Psicología, a través de su subsistema enunciativo que se nombra en este trabajo como *psicoeulogía*, le compete, sobre la base de un modelo psicológico coherente y unificado, identificar, describir, medir, interrelacionar y explicar los factores que demostrarían una correlación positiva con el bienestar psíquico. No es del dominio de esta ciencia imponer o prescribir valores morales.

Si bien los autores de *Character strengths and virtues* realizan una diferenciación entre las virtudes -abstractas, universales, **objeto de la Filosofía y la Ética**- y las FC -observables, individuales, **objeto de la Psicología**-, la línea demarcatoria, a lo largo de la exposición, se torna peligrosamente flexible. Esta confusión es consecuencia directa de la ausencia de fundamentación epistemológica, antropológica y psicológica



de la teoría de las VFC. La actitud científica descriptiva y explicativa da lugar sutilmente a la prescripción al no tener claro el límite de competencia disciplinar.

Peterson y Seligman declaran: «Esperamos que, en el dominio de la excelencia moral (virtudes y fortalezas del carácter), hagamos lo que el DSM hizo bien y evitemos lo que hizo mal en el dominio de los trastornos» (2004, p. 8). La oposición *excelencia moral vs. trastorno mental*, empuja a la conclusión de que este último es una *deficiencia moral*. Esto significaría un retroceso impensable hacia la estigmatización moral de la enfermedad psíquica. Afirmaciones en el mismo sentido, mucho más explícitas, pueden encontrarse en trabajos anteriores de uno de los autores: «Aventuramos la posibilidad de que las ausencias (de FC) pueden ser los verdaderos trastornos, las reales categorías, y que (por lo tanto) las entidades listadas en el DSM serían meras acumulaciones, colecciones desprolijamente superpuestas de estos déficit más elementales» (Seligman, 2000, p. 4).

Se observan también, una vez más, contradicciones entre las afirmaciones. Por citar solo un ejemplo, Peterson y Seligman parecerían acordar con la necesidad de ausencia de prescripción en ciencia cuando dicen: «la psicología debe abandonar las prescripciones sobre la buena vida (leyes morales) y en su lugar enfatizar el por qué y el cómo de un buen carácter» (2004, p. 10).

Sin embargo, dado que a) el *buen carácter* es la condición de una *buena vida* y se define por la presencia de VFC; y b) las VFC son presentadas por los autores en una clasificación realizada de acuerdo a los valores sostenidos por su propio entorno sociocultural, no se entiende cómo se puede sostener la pretendida ausencia de prescripción a la que aluden los autores.

La dimensión del tema se hace evidente en tanto y en cuanto apunta hacia un dilema ético central en Psicología: el del **control** de la conducta humana. «El desafío

actual pasa por aplicar la ciencia de la psicología positiva al mundo» (Seligman, en Linley & Joseph, 2004, p. xii).

Cuando la ciencia psicológica establece **cómo debe ser** un individuo o una sociedad y **elabora intervenciones** en pos de ese objetivo, más allá de la normativa cae en el control. Un ejemplo es el trabajo de Burrhus Frederic Skinner (1948), *Walden Two*, comparable a lo que en literatura imaginaron George Orwell y Aldous Huxley. Esta situación estaría, a su vez, en franca contradicción con algunas de las declaraciones de la PP, como el ya citado párrafo de Seligman en 5.4. donde enfatiza el rol crucial que juega la elección en la actividad humana (Seligman, 2000, p. 3).

En el ejercicio de su actividad, el psicólogo -sea éste investigador o clínico- necesariamente debe optar por valores que guíen sus intervenciones. Estos valores indican una dirección y están en relación con los objetivos de la ciencia psicológica que tan bien describe el Artículo 5º del Código Deontológico del Psicólogo del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de España:

El ejercicio de la Psicología se ordena a una finalidad humana y social, que puede expresarse en objetivos tales como el bienestar, la salud, la calidad de vida, la plenitud del desarrollo de las personas y de los grupos, en los distintos ámbitos de la vida individual y social. (Junta de Gobierno Estatal del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de España, 1987, art. 5).

Esta opción ética fundamental presupone el ejercicio de la libertad del otro y no debe confundirse con adoptar una actitud prescriptiva. Vale la pena recordar las ya citadas palabras de Rogers (1961) que resumen lo expuesto: «La ciencia no puede existir sin una elección personal de los valores por los que hemos de regirnos. **Estos**

**valores que escojamos permanecerán siempre fuera de la ciencia que los utiliza»**

[la negrita es agregada] (p. 345).

## 5. Análisis crítico comparado

Una vez cumplimentado en los capítulos precedentes el primer objetivo de esta tesis -explorar y analizar críticamente los enfoques epistemológicos presupuestos en las teorías del *funcionamiento óptimo de la personalidad* (FOP) y de las *virtudes y fortalezas del carácter* (VFC)-, se abordarán a continuación el segundo objetivo -comparación de ambos enfoques con el fin de determinar si las teorías estudiadas pudieran ser compatibles y/o complementarias- y el tercero -investigar si es posible la sinergia entre ambas teorías a partir de un modelo epistemológico integrado-.

### 5.1. Presupuestos comunes

Ambas teorías se enmarcan en lo que se ha dado en llamar el Enfoque Salugénico en Psicología -2.1.-, lo que significa un **común interés en explorar, describir e intervenir sobre los aspectos saludables del psiquismo**. Sin embargo, como se ha dicho, sus enfoques epistemológicos son diferentes. En este apartado se despejarán aquellos presupuestos compartidos.

En primer lugar, tanto los psicólogos enrolados en la psicología humanística como en la psicología positiva **reivindican para la Psicología el estudio de las capacidades humanas**. De una manera implícita, entonces, desde ambas corrientes se observa la voluntad de desarrollar el subsistema enunciativo de la Psicología que acá se denomina psicoeología.

#### El bienestar psíquico como objeto de estudio

Carl Rogers, pretende, con su teoría del FOP, describir el proceso de un funcionamiento psíquico óptimo. Christopher Peterson y Martin Seligman, por su parte, investigan las fortalezas del carácter (FC) en tanto componentes de un *buen carácter*.

Dado que:

a) Según la concepción de Peterson y Seligman, un *buen carácter* expresa la dimensión observable del bienestar psíquico -4.4.1.-, y

b) Para Rogers el FOP sería una condición para dicho bienestar psíquico -3.4.1.-, podría concluirse que **ambas teorías tienen por objeto un mismo fenómeno estudiado en diferentes niveles**. Dicho de otra manera, desde **las dos teorías se abordan estratos diferentes del bienestar psíquico**: Rogers lo hace al nivel de los *procesos* subyacentes, mientras que Peterson y Seligman describen sus *elementos*.

La justificación de la elección de este objeto de estudio común puede encontrarse en las premisas fundamentales que sostienen esas teorías. Rogers parte de una **concepción esencialista**: El bienestar psíquico depende de actualizar la esencia del hombre a través del despliegue de la tendencia actualizante. Peterson y Seligman parten de una **concepción evolucionista**: El bienestar psíquico actúa como refuerzo positivo de las fortalezas del carácter, siendo éstas favorecedoras de la supervivencia del individuo y de la especie. Estas premisas fundamentales son compatibles entre sí.

Las características que la teoría de Rogers y la de Peterson y Seligman asignan al bienestar psíquico están en consonancia con los modelos psicológicos de los cuales forman parte.

En la teoría rogersiana, las notas que lo describirían son conceptualizadas como:

- Una conducta autorregulada,
- Creativa,

- Y armónica con el medio social.

En la teoría de Peterson y Seligman, el bienestar psíquico, más allá de las imprecisiones señaladas en el capítulo 4, responde a la definición de una *vida plena*:

- Percepción de emociones positivas,
- Obtención de gratificaciones en el ejercicio de las fortalezas del carácter
- Y utilización de éstas en algo significativo que trascienda al sujeto.

Como se consignó en 4.2.1., en este trabajo el término bienestar psíquico incluye el concepto de *bienestar subjetivo*, siendo sus características (Linley & Joseph, 2004):

- Preponderancia de afecto positivo por sobre el negativo,
- Satisfacción vital,
- Compromiso y plena participación en los desafíos y oportunidades de la vida.

Tanto en la teoría del FOP como en la de las VFC, el bienestar psíquico se presenta con características homologables a las destacadas por Alex Linley y Stephen Joseph.

El bienestar psíquico podría ser considerado como el término utilizado desde la Psicología para referirse a lo que en la Filosofía, la Ética, las religiones o, incluso, en el habla popular, se denomina *felicidad o vida plena* (Seligman, 2003; Snyder & López, 2006; Vázquez, 2006). Sin embargo, Rogers, en su conceptualización del FOP, elude expresamente el término *felicidad* y no hace mención a la presencia de emociones positivas.

Sin duda para muchas personas **la felicidad o la adaptación son sinónimos de una vida plena**, y los sociólogos a menudo se han referido a la reducción de la tensión o a la consecución de la homeostasis o el equilibrio como si estos estados constituyeran la meta del proceso de vivir. **Mi experiencia no convalida estos puntos de vista.** [...] una vida plena es el proceso de movimiento en una dirección que el organismo humano elige cuando interiormente es libre de moverse en cualquier sentido; **las cualidades generales de la orientación elegida parecen tener cierta universalidad** [las negritas son agregadas] (Rogers, 1993, pp. 167-168).

Rogers objeta el término *felicidad* por sus connotaciones estáticas que lo alejan de la idea de proceso contenida en su teoría. Fuera de esta consideración, las cualidades generales que adjudica al FOP -las cuales tienen para Rogers carácter de universalidad- apuntan a conductas que se presentan acompañadas por emociones positivas (Fredrickson, 2001).

Resta, entonces, establecer las relaciones entre el concepto bienestar psíquico y la noción de *salud psíquica*. En 2.1.2. se dijo que la evolución histórica desde el modelo médico hacia el enfoque salugénico en Psicología fue acompañada por la sustitución del término *salud psíquica*, por el de *bienestar psíquico*, entre otros. Se mencionó como posible razón de esta sustitución la necesidad de diferenciarse del modelo médico, ya que el término *salud* todavía, al día de hoy, remite semánticamente a *ausencia de enfermedad*.

Puede concluirse que ambos términos –bienestar psíquico y *salud psíquica*– refieren a una misma realidad. Sin embargo, debido a que el concepto de bienestar psíquico supone al de salud psíquica entendida desde un enfoque salugénico como

promoción y despliegue de las capacidades psíquicas -más allá de un hipotético *estado de salud*-, se prefiere el uso de este término.

En síntesis, podría decirse que son presupuestos comunes a ambas teorías las siguientes afirmaciones:

- 1- Existe una realidad psíquica.
- 2- En dicha realidad psíquica pueden distinguirse diferentes estados y procesos.
- 3- Se distingue en la realidad psíquica un estado/proceso particular que llamamos bienestar psíquico, que presenta manifestaciones observables.
- 4- Por razones ontogénicas y filogénicas, dicho bienestar psíquico sería el estado/proceso óptimo de la realidad psíquica.

En el apartado 5.3. se observará si los enunciados resultantes de los diferentes niveles de abordaje del bienestar psíquico propuestos por las teorías analizadas pueden ser compatibles entre sí.

#### Interés por los aspectos conscientes del psiquismo

En ambas teorías se observa un interés casi exclusivo por los fenómenos de *conciencia*.

En Peterson y Seligman los aspectos inconscientes del psiquismo son dejados de lado ya que su interés reside en estudiar aquellos factores del bienestar psíquico ligados a la voluntad del sujeto -4.2.2-. «Por consiguiente (en el estudio de la *felicidad*) me centraré a continuación en esta serie de variables que son fácilmente controlables de forma voluntaria» (Seligman, 2003, p. 92). Esta exclusión de los fenómenos inconscientes se entiende tanto por la adscripción a la tradición cognitivo-conductual, preponderante en EE.UU., como por la consecuente visión



particularmente *negativa o pesimista* del pensamiento freudiano: «[...] la creciente popularidad de la teoría psicoanalítica llevó a muchos psicólogos a mirar cualquier cosa positiva en las personas como sospechosa, el resultado de defensas inconscientes que disfrazan los motivos verdaderos: sexo y agresión» (Peterson y Seligman, 2004, p. 58).

En el caso del FOP, Rogers incluye los fenómenos inconscientes bajo el nombre de “experiencias potencialmente simbolizables” las cuales idealmente serán simbolizadas a medida que la noción de yo sea congruente con la experiencia -3.2.-. De manera que no ignora los aspectos inconscientes, pero se centra en ellos en tanto en cuanto hayan accedido a la conciencia.

Durante la primera mitad del siglo veinte, la conciencia fue ignorada por el psicoanálisis con su énfasis sobre el inconsciente, y descartada por el foco exclusivo de los behavioristas en el comportamiento objetivo observable.[...] la generación fundadora de la psicología humanística argumentó que la experiencia de personas sanas y creativas debía estar en el centro de la investigación psicológica. Desde su visión, una Psicología completa debía incluir temas como la libertad y la creatividad, la elección y la responsabilidad, los valores y la plenitud. Esto a su vez requería, al menos en sus comienzos, una profunda y exhaustiva descripción fenomenológica de varias formas de la conciencia en acción (Warmoth *et al.*, s/f, p. 3)

#### Interés pragmático

Tanto Rogers como Peterson y Seligman tienen, como fin último de sus formulaciones teóricas, la aplicación práctica. En principio, la psicoterapia y el

counseling se constituyen como el “ámbito natural” de las derivaciones tecnológicas y praxiológicas de las teorías estudiadas. Sin embargo, desde ambas se enfatiza la multiplicidad de ámbitos que pueden beneficiarse con ellas.

[...] la práctica de la psicología positiva trasciende al sistema de salud tal como lo conocemos. Las intervenciones para mejorar la vida de los clientes pueden tener un contexto clínico; por ejemplo, trabajando el coraje como “amortiguador” de una fobia social. Pero el incremento de los rasgos positivos y del bienestar subjetivo también es un asunto del desarrollo infantil, de la educación, del trabajo y del juego. Mejorar las vidas de las personas en todos los ámbitos es un derecho propio de la Psicología, y ha llegado el tiempo de reclamar este derecho [las comillas están en Seligman] (Seligman, 2000, p. 9).

El antiguo concepto “terapia centrada en el cliente” se ha convertido en “enfoque personalizado”. En otras palabras, no me limito ya a hablar de psicoterapia, sino de un punto de vista, de una filosofía, un enfoque de la vida, una forma de ser, aplicable a cualquier situación en la cual el *crecimiento*, ya sea de una persona, grupo o comunidad, forme parte de su objetivo [la bastardilla y las comillas están en Rogers] (Rogers, 1989, p. 9).

Por último, ambas teorías traslucen un entendimiento del psiquismo y del bienestar psíquico exclusivamente centrado en el individuo que merecería ser reformulada desde un paradigma sistémico. Esta temática se abordará en el siguiente capítulo.

## 5.2. Presupuestos divergentes

La divergencia fundamental entre las teorías estudiadas se observa a nivel de los paradigmas científicos que las sustentan. Esto implica diferencias en cuanto a la idea de ciencia, de su objetivo y de su metodología.

Peterson y Seligman -como se analizó en 4.4.1.- adscriben al paradigma positivista en ciencia. Por lo tanto piensan la Psicología en términos de acumulación de datos empíricos acerca del psiquismo. Fieles a esta posición, utilizan el método inductivo, suponen la posibilidad de una objetividad radical y pretenden llegar a la “verdad” sobre los fenómenos estudiados. Consideran despectivamente que todo aquel que no se atenga a la investigación empírica tradicional es un “investigador de sillón” (Peterson & Seligman, 2004). La siguiente descripción de Gregorio Klimovsky (1986) es ilustrativa de esta posición, típica de la ortodoxia científica de los EE.UU.:

[...] hay que reunir datos, muchos datos, concernientes a las variables que nos están problematizando y tratar de estimar, a través de muchas muestras, si hay o no tal o cual tipo de correlación; y de ahí aplicar el análisis inferencial de la estadística para ponderar cuál sería la ley de regularidad que, por ejemplo, se cumple. Esto es lo que ellos llaman a veces una actitud **objetiva**, porque se trata de observaciones a las que se añade una sistematización obtenida por toda una comunidad basada en hechos observados y regularizados con el auxilio de la matemática cuantitativa y estadística, y que yo llamaría **descriptiva-empírica-estadística**, porque ésa es realmente su metodología [las negritas están en Klimovsky] (p. 28).

Arthur Warmoth -ex presidente de la Asociación de Psicología Humanística y miembro del Comité Ejecutivo de la División 32 de la Asociación Americana de Psicología-, junto a sus colaboradores, advierte a la psicología positiva sobre las dificultades que esta concepción de la tarea científica presenta en Psicología.

Un aspecto crítico en el desarrollo de la psicología positiva es revisar si el enfoque objetivista predominante en la psicología experimental del siglo XX es suficiente para medir la singularidad de la experiencia humana [...]. El desafío está en encontrar una metodología que sea adecuada para describir el rango total de la experiencia de ser humano (Warmoth *et al.*, s/f, p. 2).

Rogers, por su parte, de acuerdo a un paradigma fenomenológico, considera a la ciencia como un sistema conceptual compuesto por hipótesis provisionarias que deben ser contrastadas y en el que irremediablemente está implicada la subjetividad. Resulta interesante detenerse en el relato de Rogers acerca de su propio cambio epistemológico, cuyo punto de partida es similar a la concepción científica sostenida por Peterson y Seligman.

Poco a poco he llegado a creer que el error más importante de mi planteo original residía en la definición de ciencia. [...] residía en considerar a la ciencia como algo que “está allí”, que se escribe con mayúsculas y es un “cuerpo de conocimientos” que existe fuera del espacio y del tiempo. Como muchos otros psicólogos, pensaba en la ciencia como una colección sistematizada y organizada de datos verificados provisionalmente, y veía en su metodología un medio para acumular y comprobar conocimientos [...]. La consideraba algo así

como un “depósito del que todos podían sacar agua” -con garantía de pureza del 99%- [las comillas están en Rogers] (Rogers, 1993, p. 193).

La ciencia [...] tiene sus raíces y su base en la experiencia subjetiva e inmediata de una persona [...].La ciencia no es algo impersonal, sino simplemente una persona que vive de manera subjetiva un aspecto particular de sí mismo. [...] La experiencia subjetiva de elegir es fundamental en el empleo del método científico por parte de una persona (Rogers, 1993, p. 199).

La divergencia paradigmática entre las teorías estudiadas es una reedición de discusiones planteadas en el seno de la comunidad de psicólogos desde hace años. A su vez es un ejemplo de lo que Raúl Serroni Copello (1986) denomina *la tensión esencial en Psicología*, ciencia que se hallaría en la etapa *preconvergente* de su evolución científica:

Durante esta etapa preconvergente los investigadores sostienen puntos de vista diferentes acerca de la naturaleza de los problemas que pretenden resolver; esto hace que exista un gran número de escuelas de pensamiento. [...] el progreso de su ciencia se reduce a los desarrollos dentro de cada escuela particular; pero, frente a la imposibilidad de integrar estos resultados, casi no hay signos de progreso en la disciplina común que todas pretenden representar (p. 142).

En el caso de las teorías estudiadas, los paradigmas divergentes, a su vez, son propios de concepciones científicas *antiguas*, decimonónica una, de mediados de siglo pasado la otra. Ninguno de los dos incorpora las ampliaciones conceptuales de, por

ejemplo, la cibernética, de la teoría de los sistemas o del giro lingüístico en filosofía, por nombrar solo algunas teorías que influyen en la epistemología actual.

Más aun, dichos paradigmas en última instancia llevan en su seno el germen de las dos “tentaciones” dogmáticas que acechan a la Psicología: el cientificismo y el anarquismo relativista. Curiosamente, ambas tentaciones tienen en los EE.UU. una misma usina de producción.

El desafío pasaría entonces por una integración epistemológica que se ubique en el fiel de la balanza, que esté abierta a las posibilidades heurísticas de la intuición y se regule con leyes consensuadas.

La moral científica -se ha dicho muchas veces- es ésta: la mayor imaginación y libertad para hacer modelos acerca del mundo, pero el mayor rigor y severidad para controlarlos y confrontarlos con la realidad de los hechos y especialmente con la parte manifiesta del mundo en que los hechos se ofrecen a observación y examen (Klimovsky, 1986, p. 26).

### 5.3. Presupuestos compatibles

Como se dijo en 5.1., el objeto conceptual común que llamamos bienestar psíquico se aborda desde la teoría del FOP y desde la teoría de las VFC en diferentes niveles de abstracción, los cuales a su vez corresponden a lo que sus respectivos paradigmas científicos iluminan.

Peterson y Seligman centran su atención en las FC, o sea, en describir los componentes observables del bienestar psíquico, haciendo un uso exclusivamente atributivo de esta expresión designativa. Esta actitud puede llevar a las dificultades

señaladas por Serroni Copello (1997) en referencia al uso atributivo de la noción de *salud mental* en psicoterapia.

Si en nuestra práctica psicoterapéutica usáramos sólo atributivamente la expresión designativa “salud mental”, si la usáramos como si se tratara de un contenido de alguna teoría matemática, impediríamos todo control experiencial sobre los enunciados psicopraxiológicos que la refieren. Porque lo que ocurra en la situación clínica concreta [...] sólo puede tener carácter confirmatorio de lo enunciado: lo que sobre la salud mental enunciamos atributivamente *prohíbe* toda crítica [...] el significado del término “salud mental” empieza a tener una función normativa que pone en riesgo nuestra capacidad de ser agentes de cambio responsables [...]. Obcecados por realizar el desiderátum de nuestros fines prácticos, olvidamos que el predicado “salud mental” sólo nos auxiliaba en la prudente tarea de designar una entidad no lingüística, y preferimos, en cambio, *provocar* los atributos que habíamos empezado a considerar constitutivos de ellas [la bastardilla y las comillas están en Serroni Copello] (Serroni Copello, pp. 107-110).

Peterson y Seligman, como ya fue señalado en 4.4.5., incurren en esta actitud normativa.

Por otra parte, Rogers, en su teoría del FOP, parte de un modelo lo suficientemente abstracto como para respetar la singularidad y la libertad humana. No describe *qué ni cuántos rasgos* debe tener un individuo cuyo psiquismo funciona óptimamente, tampoco prescribe *cómo* se debe sentir. Sólo señala que una aceptación positiva del propio self, y la consecuente congruencia entre la noción de yo y la

experiencia, podrían tener como resultado el bienestar psíquico en un sujeto. Finalmente, completa el concepto asignándole las notas de una conducta autorregulada, creativa y armónica con el medio.

Si bien el enunciado de las consecuencias observables del FOP es lo suficientemente amplio como para no resultar normativo, presenta la dificultad -ya señalada en 3.4.2.- de que al estar vagamente definidas dificulta su contrastación empírica.

En síntesis: Cada una de las teorías estudiadas presenta debilidades donde la otra presenta fortalezas, lo que lleva a pensar que los diferentes abordajes del bienestar psíquico podrían ser complementarios si:

- 1) Se parte de la formulación general rogersiana sobre el **funcionamiento psíquico óptimo** como condición del bienestar psíquico,
- 2) Se nombra como **capital psíquico** a las consecuencias observables de dicho funcionamiento óptimo, cuyos indicadores empíricamente contrastables serían las **fortalezas psíquicas** -entre las que se incluyen las 24 FC de la clasificación de VFC de Peterson y Seligman-.

Se hace notar que se han reemplazado los términos *FOP*, *carácter*, y *VFC* -propios de las teorías originales-, por *funcionamiento psíquico óptimo*, *capital psíquico* y *fortalezas psíquicas*, con la intención de superar la controversia sobre el uso de los conceptos *personalidad* y *carácter* y, así mismo, eliminar las connotaciones normativas de los vocablos de la psicología positiva.

Esta integración tendría la virtud de enriquecer el concepto de bienestar psíquico y de hacer más fértil la investigación empírica.

En este marco de integración, muchas de las afirmaciones que se han caracterizado como propias de un paradigma existencial en Peterson y Seligman -como la que se



transcribe más abajo- tendrían la coherencia y el sustento teórico del que carecen sin una teoría unificada de partida, y se salvaría también el sesgo normativo.

[...] creemos firmemente que las fortalezas humanas no son secundarias, derivadas, ilusorias, epifenómicas, parásitos de lo negativo, o, dicho de otra manera, sospechosas. Para decirlo de una manera positiva, creemos que las fortalezas del carácter son el fundamento de la condición humana y que la actividad congruente con esas fortalezas representa una importante ruta hacia la buena vida psicológica (Peterson y Seligman, 2004, p. 12).

La investigación empírica acerca de las FC no contradice tampoco el espíritu rogersiano dado que, ubicadas éstas en el nivel lógico que les corresponde, significaría ampliar, profundizar y/o reformular los principios teóricos.

[la teoría que sostiene nuestro enfoque] ha sido concebida siempre, no como una doctrina, es decir, un conjunto de enunciados definitivos, sino como un *conjunto de hipótesis*, un simple utensilio al servicio de los progresos de nuestro conocimiento. No hemos perdido de vista nunca que cualquier teoría o enunciado de una teoría no es científicamente útil si no puede ser sometido a comprobación. [...] La investigación objetiva nos ha parecido siempre el único medio de distinguir entre el conocimiento verdadero y los prejuicios, o las opiniones o inclinaciones personales [la bastardilla está en Rogers] (Rogers & Kinget, 1971, p. 282).

#### 5.4. Conclusión y síntesis del análisis crítico comparado

Luego del análisis crítico comparado se concluye que la teoría del FOP y la de las VFC **comparten** en sus enunciados el **objeto** -investigar el bienestar psíquico- y el **objetivo** -promover el bienestar psíquico.

Por otra parte, son aparentemente **compatibles** las ideas con respecto a la realidad psíquica en general, y en particular a la funcionalidad de los estados/procesos psíquicos que llamamos bienestar psíquico.

Finalmente, son en principio **incompatibles** los presupuestos relacionados con la idea de ciencia y con el método científico.

De acuerdo con las líneas programáticas expuestas en 4.4.3. donde se establecía que una teoría sobre el capital psíquico debía estar integrada jerárquicamente en orden creciente de abstracción con una teoría psicoeológica -teoría sobre el bienestar psíquico-, con una teoría psicológica -teoría acerca del psiquismo-, y con una metateoría -modelo epistemológico-, **se observa que el escollo principal para la integración de la teoría del FOP y de las VFC se encuentra a nivel de la metateoría.**

De esta manera, en última instancia, se llega a la piedra de toque de **toda integración en Psicología**, sea ésta en el campo de la psicología básica y aplicada, de las psicotecnologías o de las psicopraxiologías: la necesidad de una metateoría consensuada.

La búsqueda de una integración entre la teoría del FOP y la de las VFC se justificó en el capítulo 1 con el argumento de que la futura psicoeología debía contar con una teoría unificada de partida. Para dicho modelo, se tiene como base las formulaciones de estos dos sistemas conceptuales pertenecientes a dos corrientes emblemáticas del enfoque salugénico: la psicología humanística y la psicología positiva. De manera

que, siguiendo los principios rectores que guían la estrategia de investigación para formular una teoría general postulados por Serroni Copello (1986) mencionados en el capítulo 1, se intentará unificar las propuestas analizadas con la voluntad de que las teorías preexistentes se conserven y sean reinterpretadas desde una nueva teoría general.

Ambas teorías podrían articularse en un modelo inspirado en el propuesto por Imre Lakatos (1983) para su conceptualización de los programas de investigación científica.

Según este autor un programa de investigación está compuesto por un *núcleo firme* que encierra una serie de enunciados fundamentales, y un *cinturón protector* compuesto por hipótesis auxiliares que complementan este núcleo. En el *cinturón protector* se producirían los cambios necesarios para resguardar de las refutaciones a las hipótesis del núcleo. De acuerdo a la regla de la *heurística negativa*, el modus tollens no se aplica a estas hipótesis del núcleo. Por otra parte la *heurística positiva*: «Consiste en un conjunto, parcialmente estructurado de pistas sobre cómo cambiar o desarrollar las “versiones refutables” del programa de investigación, sobre cómo modificar y complicar el cinturón protector “refutable”» [Las comillas están en Lakatos] (Lakatos, 1983, p. 69).

De esta manera, en el intento de integrar la teoría del FOP y la teoría de las VFC, se propone un **núcleo central** compuesto por los enunciados comunes presentados en 5.1. -puntos 1, 2, 3, 4-, y un **cinturón protector** expresado en los puntos 5 y 6 en donde se incluyen, en diferentes niveles de abstracción, la teoría del FOP y la de las VFC.

1. Existe una realidad psíquica.

2. En dicha realidad psíquica pueden distinguirse diferentes estados y procesos.
3. Se distingue como uno de dichos estados/procesos al bienestar psíquico.
4. El bienestar psíquico sería el estado/ proceso óptimo de la realidad psíquica
5. porque es la manifestación de un **funcionamiento psíquico óptimo**, expresión de la tendencia esencial a la **actualización de potencialidades** que favorece la **supervivencia del individuo y la especie**.
6. Dicho bienestar psíquico presenta manifestaciones observables: la presencia de un **capital psíquico** -definido como el conjunto de factores y procesos que permiten generar fortalezas personales-, del cual son **indicadores** las fortalezas psíquicas -incluidas las descritas en la clasificación de VFC de Peterson y Seligman-.

Esta fórmula general podría servir también como marco conceptual para los intentos de articulación entre las psicotecnologías y psicopraxiologías de la psicología positiva y el *enfoque centrado en la persona* rogersiano, como el propuesto por Linley y Joseph (2004).

Aquellas psicoterapias basadas en el postulado teórico de un proceso de valoración organísmico y en la tendencia actualizante parecen ser las más consistentes con lo que la investigación realizada por la psicología positiva nos muestra hoy. [...] Los presupuestos fundamentales de una tendencia actualizante

inherente al ser humano proveen el fundamento para una psicoterapia positiva.  
(pp. 354-356).

Una vez presentada la factibilidad de la integración entre las teorías del FOP y de las VFC, resulta evidente que tal formulación **puede ser útil como punto de partida pero es insuficiente para sustentar una teoría general psicoeológica**. Como se ha señalado repetidamente a lo largo de esta tesis, los sistemas teóricos estudiados no comprenden aspectos importantes del bienestar psíquico -como los bioquímicos y los socioculturales- y no contemplan la interacción de factores en base a un paradigma sistémico. En el próximo capítulo se intentará integrar este modelo en un sistema conceptual más abarcador que permita establecer los fundamentos y promover el progreso de una futura psicoeología.

## 6. Hacia una psicoeología

### 6.1. Presupuestos epistemológicos para una psicoeología

En el capítulo 1 se definió a la psicoeología como el subsistema enunciativo de la Psicología que estudia los aspectos funcionales de la realidad psíquica que promueven lo que se ha dado en llamar *bienestar psíquico* (BP).

Al plantear el problema de investigación de esta tesis, se dijo que se intentaría sentar las bases epistemológicas para una futura psicoeología mediante la integración de las teorías del *funcionamiento óptimo de la personalidad* y de las *virtudes y fortalezas del carácter*.

Si bien dicha integración -realizada en el capítulo 5- es útil como punto de partida, se concluyó que resultaba insuficiente para sustentar una teoría general psicoeológica dado que:

- a) Los fundamentos epistemológicos del modelo resultante de la integración de dichas teorías tienen las deficiencias propias de los paradigmas científicos de origen.
- b) El modelo resultante de la integración de dichas teorías es insuficiente para abordar de manera exhaustiva la complejidad del BP.

Por esta razón, en el presente capítulo se tiene como objetivo delinear algunos principios generales para la construcción de un modelo epistemológico de una futura psicoeología que:

- a) Se adecue al paradigma vigente más consensuado hoy por la comunidad científica.

- b) Incluya el modelo presentado en el capítulo anterior, y además amplíe el abordaje del BP integrando otros posibles enfoques.

Es necesario enfatizar que en las siguientes páginas **solo se intenta una aproximación al tema** con el único propósito de incentivar la discusión sobre los fundamentos del nuevo sistema enunciativo que se propone. En la elaboración de dicho modelo se seguirán las prescripciones metodológicas aportadas por Raúl Serroni Copello (1986) para la consecución de una teoría psicológica general, teniendo particularmente en cuenta el **principio de no-proliferación de teorías rivales** «por el que no se deben debilitar los avances progresivos de las teorías psicológicas conocidas buscando invenciones novedosas o descubrimientos radicales» (Serroni Copello, 1986, p. 166).

- a) Adecuación al paradigma científico vigente

Tanto la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad y la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter, cuanto la integración de ambos modelos realizada en el capítulo 5, responden a un modelo epistemológico lineal y unicausal. Desde hace varias décadas, la comunidad científica prefiere un modelo epistemológico sistémico, multidimensional, de determinación recíproca y, por ende, de causalidad circular.

La teoría General de los Sistemas fue propuesta a mediados del siglo XX por el biólogo austríaco Karl Ludwig von Bertalanffy como una *metateoría* que podría resultar más útil a la ciencia que la tradicional aproximación analítica para explicar los fenómenos complejos.

Los problemas surgen cuando son necesarias descripciones de partes *en interacción*, en las cuales la importancia de éstas es predominante, así como la gran cantidad -aunque no ilimitada- de elementos y combinaciones posibles (complejidad). [...] En resumen: cuando los recursos analítico-aditivos se ven limitados, la noción de *sistema se convierte en una necesidad* [la bastardilla está en Wainstein] (Wainstein, 1999, p. 88).

La adopción de un paradigma sistémico tiene dos implicancias:

- 1- Utilizar un modelo epistemológico *sistémico*
- 2- Considerar la realidad psíquica como un *sistema*

Por lo tanto, no se reduce solamente a entender al psiquismo humano como un *sistema* teniendo en cuenta la interacción de sus factores y procesos. También significa abordar las interrelaciones entre las diferentes pretensiones cognitivas de la Psicología y, a su vez, ponderar el conocimiento acerca del psiquismo en interacción con todo el espectro del conocimiento científico.

Nuestra concepción del conocimiento psicológico implica el uso del enfoque sistemista (...). Esto sugiere que, entonces, nuestros saberes existen como miembros de un sistema unificado; sugiere que todos estos saberes interactúan entre sí y con un entorno conceptual que los relaciona con el resto de los conocimientos humanos; y sugiere, además, la aplicación del principio sistémico según el cual los problemas teóricos de nuestra disciplina comprometen a todos ellos y nunca a solo uno en particular (Serroni Copello, 2003, p. 20).



Un paradigma sistémico permite dar respuesta a los problemas acerca de la inconmensurabilidad<sup>10</sup> de las teorías científicas y facilita su integración, dado que se trata de un meta-modelo que, en un mayor nivel de abstracción, abarca y supera incompatibilidades y antagonismos sin traicionar los marcos referenciales originales. Desde un modelo sistémico, las diferencias semánticas, metodológicas u ontológicas se entienden como subsistemas que mantienen entre si puntos de intersección a la vez que interactúan determinándose recíprocamente.

El paradigma sistémico ya ha sido utilizado en Psicología por las corrientes *sistémicas* y las *integrativas* principalmente en el terreno de la **psicoterapia**, o sea, a nivel de las teorías psicotecnológicas y psicopraxiológicas.

Sin embargo, se considera que la articulación de los intereses cognitivos de la Psicología *-saber, saber-hacer, saber-obrar-*, debe **organizarse jerárquicamente en base a un *meta-saber* que explicita y hace transparentes los basamentos de los modelos construidos para entender y operar sobre la realidad psíquica.**

Esta jerarquía de *saberes*, organizada sobre la base del razonamiento deductivo, no invalida la postura sistémica para la que cualquier cambio de un elemento resulta en un cambio en la configuración del sistema total. Por el contrario, la enfatiza proveyendo una estructura dinámica para la reformulación de las teorías psicológicas básicas o aplicadas, las teorías psicotecnológicas y las teorías psicopraxiológicas.

En resumen, se postula:

---

<sup>10</sup> Luis Fernández Moreno (1997) destaca tres componentes en el concepto de *inconmensurabilidad* introducido por Kuhn (1962): el semántico -cuando los lenguajes en que están expresadas las teorías son intraducibles entre sí-, el metodológico -que pone en evidencia la ausencia de una base superadora o neutral para la comparación de teorías-, y el componente ontológico -que alude a compromisos ontológicos diferentes e incompatibles entre las teorías-.

Por lo tanto, la propuesta de cualquier teoría psicológica integrada -sea ésta general, psicopatológica, psicoeulógica, básica, aplicada, psicotecnológica o psicopraxiológica- presupone adoptar un paradigma que permita la sinergia de una coexistencia lógica entre teorías y salve la inconmensurabilidad de los paradigmas lineales.

- Encarar el conocimiento acerca del BP sobre la base de **un sistema conceptual -teoría psicológica- abierto a los aportes y las reformulaciones producidos tanto en el seno de la Psicología como en el resto de las ciencias.**
- Entender desde esta teoría psicológica al **psiquismo** como un **sistema.**

b) Integración de modelos acerca de la realidad psíquica

La realidad psíquica -o psiquismo, o mente humana-, es el presupuesto básico sobre el que se edifica la ciencia psicológica. Se trata de aquello que estudia la Psicología como ciencia en su esfuerzo por describirla, explicarla, predecirla y modificarla artificialmente.

El psiquismo es una entidad multidimensional que refiere a estados, procesos, sucesos, elementos, características y fuerzas motivacionales que son fuente de las cogniciones emociones y conductas humanas. Esta realidad está multicondicionada por factores ontogenéticos, filogenéticos, ambientales, sociales y culturales.

Desde un paradigma sistémico, las diferentes dimensiones y condicionantes constituyen subsistemas que interactúan influyéndose recíprocamente dando lugar al *sistema psíquico*.

A lo largo de la historia de la Psicología, las teorías psicológicas -modelos a través de los cuales se pretende comprender, modificar y/o predecir la evolución de los estados/procesos de la realidad psíquica- han abordado al psiquismo de manera fragmentada. Los modelos utilizados permitieron el entendimiento de algún aspecto del psiquismo privilegiándolo como explicativo de la totalidad de la realidad psíquica. Esto ha dado lugar a reduccionismos y a la multiplicación de *teorías rivales*,

característica, como ya se dijo, de la etapa preconvergente de la evolución científica en la que se encontraría la ciencia psicológica (Serroni Copello, 1986).

(...) Algunas teorías han enfatizado los determinantes biológicos (...), y otras han privilegiado los determinantes sociales (la vieja polémica “natura-nurtura”). Las teorías psicodinámicas se han centrado en los factores intrapsíquicos, los enfoques sistémicos han enfatizado los interaccionales y los conductistas privilegiaron los factores de aprendizaje y condicionamiento (Corsi, 1991, pp. 8-9).

De más está decir que la mayoría de estas teorías rivales están estructuradas sobre el modelo médico dominante y pivotan sobre la conceptualización de los aspectos psicopatológicos. Sin embargo, sus aportes acerca del psiquismo recontextualizados desde un enfoque salugénico pueden ampliar también la comprensión del BP.

La psicología humanística y la psicología positiva, ya posicionadas en el enfoque salugénico, abordaron precisamente la funcionalidad psíquica y, por tal razón, se utilizaron en este trabajo las teorías del funcionamiento óptimo de la personalidad y de las virtudes y fortalezas del carácter para, mediante su integración, intentar sentar las bases epistemológicas para un modelo psicoeulógico.

Sin embargo, como ya se dijo, muchos aspectos de la realidad psíquica son ignorados por estas dos teorías psicoeulógicas por lo que es conveniente reformular dicha integración, sobre una base sistémica, con los aportes de las otras corrientes. De esta manera se respeta el **principio de estabilidad del conocimiento de base** propuesto por Serroni Copello (1986) «por el que nos obligamos a que las

producciones de todas las escuelas psicológicas constituyan el conocimiento sobre el que se apoyará cualquier desarrollo científico ulterior» (p. 165)

Esto implicaría tener en cuenta:

1- Los condicionantes del subsistema *ultrapsíquico* -fundamentados en sistemas que van *más allá* del psiquismo- que incluyen el **substrato bioquímico** y el **contexto social**. Se destacan particularmente los aportes de la Biología -procesos somatopsíquicos y psicosomáticos, fisico-químicos, neurales, hormonales, genéticos, congénitos, etcétera- y de la Sociología -procesos históricos, sociales, culturales, económicos, grupales, familiares, de género, etcétera-.

2- Las dimensiones del subsistema *endopsíquico*, entre las que se distingue la dimensión consciente y la dimensión no consciente.

3- Los procesos interaccionales de los diversos subsistemas y sus manifestaciones en las cogniciones, las emociones y las conductas.

En el sistema conceptual que se desarrolla en este apartado, es importante también tomar en consideración los aportes de aquellas teorías que se estructuran sobre la base de tendencias fundantes, o sea, de un *determinismo interno*. Tal es la denominación que propone Albert Bandura (1986) en relación a las teorías que explican la conducta sobre el presupuesto de una fuerza innata y pulsional. Son ejemplificadoras de tendencias determinantes internas tanto la hipótesis de la tendencia actualizante rogersiana cuanto el postulado de la pulsión de vida y la pulsión de muerte freudiano.

Siguiendo el **principio de tenacidad** -«por el que haremos todo lo posible para que las teorías preexistentes se conserven»- propuesto por Serroni Copello (1986, p. 166), los conceptos de **entropía** y **negantropía** -de origen en la Física y usados por

las teorías de la Información y de la Cibernética (Wiener, 1985)- podrían ser una inspiración para reformular los determinismos internos en base a un paradigma sistémico sin traicionar el espíritu de las teorías originales.

El concepto de entropía proviene de la segunda ley de la Termodinámica. Plantea que los sistemas -en particular, pero no exclusivamente, los cerrados- tienden a la desorganización, la degradación, el caos y la desintegración.

El concepto de negantropía se presenta como la contra-cara del primero pues alude a una fuerza autoregulatoria, propia de los sistemas abiertos, que lleva al establecimiento de un nuevo orden, al crecimiento, a un mayor nivel de organización.

(Según el principio de entropía), el universo tendería a pasar de estados menos probables a estados más probables; en otras palabras, el mundo físico tiende a evolucionar de estados de organización y diferenciación a estados de caos e indiferenciación. Hay cierto tipo de fenómeno, sin embargo, en que la tendencia entrópica no se verifica y, por el contrario, la tendencia dominante parece ser la de un aumento creciente en el grado de organización y diferenciación (...) Wiener encuentra una relación inversamente proporcional entre el grado de retroalimentación de un sistema y su tendencia entrópica (Balbi, 2004, pp. 163-164).

Estas dos fuerzas propias de los sistemas podrían ser homologadas a las pulsiones freudianas de Eros y Tánatos, y, por otra parte, el concepto de negantropía presenta grandes similitudes con los enunciados acerca de la tendencia actualizante rogersiana. En el campo de la Psicología y aplicados al sistema psíquico, los conceptos de entropía y negantropía podrían ser retraducidos como *tendencias caosgénicas* -fuerzas

que tienden a la desorganización del funcionamiento psíquico- y *tendencias cosmoogénicas* -fuerzas que tienden a la organización del funcionamiento psíquico-. Se lograría así una síntesis a un mayor nivel de abstracción que permitiría la coexistencia de las hipótesis originales de Freud y de Rogers que se presentaban, en primera instancia, como contradictorias<sup>11</sup>, respetando otros dos principios de las prescripciones metodológicas aportadas por Serroni Copello (1986) para la consecución de una teoría psicológica general: el de **simplicidad** -«por el que se asegurará la voluntad de unificar propuestas (aún las incompatibles) dentro del campo de la Psicología» (p. 166), y el de **reinterpretación contextual** -«por el que tenderemos que reinterpretar los sistemas conceptuales propuestos por aquellas escuelas desde la nueva teoría general» (p. 165)-.

Estas tendencias caosogénicas y cosmoogénicas serían activadas, incrementadas u obstaculizadas por la interacción de los diferentes elementos de los subsistemas ultrapsíquicos y endopsíquicos.

El sistema enunciativo presentado hasta aquí requiere lógicamente la superación del concepto de causalidad lineal por el de causalidad circular en el que los diferentes factores de un sistema se encuentran entrelazados en relaciones de interacción recíproca que funcionan a su vez como determinantes recíprocos (Corsi, 1991).

---

<sup>11</sup> Ya Bateson (1991) tradujo el concepto freudiano de *instinto de muerte* en clave de una epistemología cibernética al considerarlo como una función autoregulatoria del sistema. Por otra parte, tal como se anticipó en el capítulo 5, Rogers en sus últimos años se abre a la posibilidad de una reorganización de su sistema teórico monista en base a los dos principios de entropía y de negantropía:

Así pues, **sin ignorar la tendencia al deterioro**, debemos otorgar pleno reconocimiento a (...) la “tendencia mórfica”, que consiste en una propensión permanente hacia un orden creciente y una compleja capacidad de interrelación, tan evidente a nivel orgánico e inorgánico. El universo construye y crea permanentemente, **además de deteriorar**. Este proceso es también evidente en el ser humano [las comillas están en Rogers, las negritas son agregadas] (Rogers, 1989, p. 71).

A esta altura de la teorización, es evidente que, por más exhaustivo que intente ser, el sistema conceptual propuesto sigue resultando insuficiente para el abordaje de la realidad psíquica humana.

Considerar al psiquismo como un subsistema abierto y en expansión parece fructífero en relación con el enfoque lineal de acción y reacción. Produce desconfianza, sin embargo, lo analógico y forzado del lenguaje (...) Como resultado de lo expuesto, se nos torna inevitable recordar que la emulación de ciencias más antiguas y prestigiosas nunca creó una nueva ciencia, y que el uso de un lenguaje biológico, físico o químico no ayudó a elucidar el **enigma humano** [las negritas son agregadas] (Vilanova, 1993, pp. 14-15).

Se postula, entonces, la hipótesis de la existencia de un *núcleo óptico* que sustenta la unicidad y la singularidad del psiquismo a la que alude Alberto Vilanova con la mención al “enigma humano”. Este núcleo óptico provee justificación a notas esenciales del psiquismo como la autoconciencia, la autopoiesis y la autodirección, a la vez que presupone y fundamenta el dato ineludible de la libertad.

Vale decir, más allá de la voluntad de la ciencia por describir, explicar y hacer previsible los fenómenos de la realidad, ésta siempre presentará zonas de imprevisibilidad. De ello se concluye que de la conducta humana solo puedan anticiparse pronósticos fundamentados dado que en última instancia ella es, en esencia, imprevisible debido a la intervención de la libertad.

De esta manera, más allá del estudio de los condicionantes, de las dimensiones y de sus interrelaciones e influencias sobre las tendencias caosgénicas y cosmosgénicas del psiquismo, la tarea de la Psicología como ciencia en su esfuerzo por describir,

explicar, predecir y modificar artificialmente la realidad psíquica siempre tendrá como límite cognoscitivo y ético este núcleo óptico.

Sobre la base del **principio de realismo científico** «por el que deberemos descubrir y articular la ontología del dominio de investigación psicológica interpretando el progreso como una ordenación de teorías psicológicas en potencia no decreciente» (Serroni Copello, 1986, p. 165), y a modo de síntesis, se postulan los siguientes enunciados acerca del psiquismo:

Existe una realidad y esta realidad está mediada por el lenguaje. Se distingue en la realidad un fenómeno que llamamos realidad psíquica o **psiquismo**. Accedemos al conocimiento del psiquismo a través de las **teorías psicológicas**.

Las teorías psicológicas tradicionales puntúan la realidad psíquica realizando cortes en ella, enfatizando algunas de sus dimensiones, condicionantes o determinantes internos y presentándolos como explicativos de la totalidad del funcionamiento psíquico. **Una teoría psicológica integrativa puntúa la realidad psíquica desde un modelo sistémico integrando los enfoques tradicionales - que iluminan las diferentes dimensiones, condicionantes y determinantes internos psíquicos- permaneciendo abierta a las interacciones con los sistemas conceptuales de las otras ciencias.**

Abordado el psiquismo desde una teoría sistémica integrativa como un sistema abierto, se postula:



- Que existe un núcleo óntico que asegura la unicidad y la singularidad psíquica, que fundamenta la autoconciencia, la autopoiesis y la autodirección y que se constituye en fuente de la libertad humana.
- Que existe interacción y relación de causalidad circular entre los subsistemas de condicionantes ultrapsíquicos -bioquímicos y sociales- y de los subsistemas de las dimensiones endopsíquicas -conscientes y no conscientes-.
- Que dichos subsistemas interactúan a su vez con tendencias caosgénicas y cosmosgénicas promocionándolas u obstaculizándolas.
- Que la interacción de los tres factores antes mencionados –núcleo, subsistemas y tendencias- se manifiesta a la observación en las cogniciones, emociones y conductas.

Bajo un esquema conceptual como el expuesto, las teorías tradicionales podrían dejar de ser rivales para ser sinérgicas.

## 6.2. Modelo psicoeulógico integrado

Planteada la realidad psíquica como un sistema con las notas enunciadas en el apartado anterior, se deduce que dicho sistema posee la capacidad de moverse entre la máxima desorganización -disfuncionalidad psíquica- y la máxima organización -funcionamiento psíquico óptimo (FPO)-. La disfuncionalidad psíquica se manifiesta en la experiencia como malestar psíquico. El FPO se manifiesta en la experiencia como bienestar psíquico (BP).

Si se define a la psicopatología como el sistema enunciativo que estudia el malestar psíquico, de manera simétrica la psicoeulogía podría ser entendida como el

*reverso conceptual* de la psicopatología que complementa el espectro del estudio sobre la realidad psíquica, o sea, como **el sistema enunciativo que estudia el BP centrándose en los factores y procesos del FPO.**

Así como el modelo médico ha resultado eficaz para el desarrollo de la psicopatología, el enfoque salugénico se presenta como la plataforma de observación adecuada para una psicoeología.

En síntesis, el modelo epistemológico para una psicoeología que se propone en esta tesis sienta las bases para la elaboración de una **teoría acerca del BP como producto de un FPO.**

Una teoría psicoeológica debería, al menos, apuntar a:

- La investigación acerca de aquellos condicionantes ultrasíquicos que favorecen un FPO, y sus interacciones.
- La investigación acerca del rol jugado por las dimensiones endopsíquicas en el FPO, y sus interacciones.
- La investigación acerca de la interacción de los condicionantes y las dimensiones en un FPO.
- La investigación acerca de los factores que incrementan u obstaculizan las tendencias caosgénicas y cosmogénicas del psiquismo y su papel en el FPO.
- La investigación acerca de la función del núcleo óptico del psiquismo en un FPO.
- La investigación acerca de las manifestaciones observables y empíricamente evaluables del BP resultante de un FPO: el capital psíquico y las fortalezas psíquicas.

Por lo tanto, podrían formularse los siguientes principios como base epistemológica de una futura psicoeología:

- 1- Existe una realidad psíquica que se puede conceptualizar como un sistema en el que se distinguen en constante interacción:
  - Un núcleo óptico de autoconciencia, autopoiesis y autodirección,
  - Los subsistemas de los condicionantes ultrapsíquicos y de las dimensiones endopsíquicas,
  - Las tendencias caosgénicas y cosmosgénicas del psiquismo.
- 2- Dicho sistema realidad psíquica se mueve entre un funcionamiento organizado -FPO- y uno desorganizado -disfuncionalidad psíquica-.
- 3- El FPO es el estado deseable del funcionamiento psíquico por razones evolutivas de supervivencia del individuo y de la especie.
- 4- El FPO se manifiesta subjetiva y objetivamente como BP, el cual actúa como refuerzo evolutivo para la supervivencia del individuo y de la especie.
- 5- El BP presenta sus dimensiones observables en las cogniciones, emociones y conductas.
- 6- Las dimensiones observables del BP constituyen el capital psíquico de un sujeto, en el cual pueden distinguirse como indicadores empíricamente contrastables las fortalezas psíquicas -incluidas las descritas en la clasificación de las virtudes y fortalezas del carácter de Peterson y Seligman- .

### 6.3. Valoración de las implicaciones tecnológicas, praxiológicas y éticas

#### Implicaciones psicotecnológicas y psicopraxiológicas

Como ya se señaló en el capítulo 3, Serroni Copello (2003) distingue entre los intereses cognitivos de la Psicología a las *psicotecnologías* -subsistema enunciativo conformado por «el conjunto de las interpretaciones que construimos para describir, explicar y prevenir los resultados del uso de ciertas herramientas que inventamos para cambiar lo psíquico en situaciones idealizadas» (p. 32)- y a las *psicopraxiologías* -subsistema enunciativo conformado «por las interpretaciones que construimos para describir, explicar y pronosticar los resultados de las intervenciones que ensayamos para cambiar lo psíquico en situaciones reales» (pp. 32-33)-. Ambos subsistemas remiten a lo que se denomina *psicología clínica*, la cual, como los otros intereses de la Psicología, estuvo estructurada en base al modelo médico.

*Clinica* deriva del griego *Kliné* o “práctica médica junto a la cama del enfermo”, y *Psicología* deriva de *psyche*, que significa “alma” o “mente” (*Webster’s Seventh New Collegiate Dictionary, 1976*). Aunque en nuestros días muy pocos psicólogos clínicos practican literalmente junto a la cama del enfermo, muchos de ellos y la mayoría del público, todavía ve a la psicología clínica como un tipo de práctica médica para las personas con almas o mentes enfermas. La disciplina sigue fijada no solo en la *metáfora de la enfermedad* sino también en una *ideología de la enfermedad* [...] también conocida como el *modelo médico* [la bastardilla y las comillas están en Maddux] (Maddux *et al.*, 2004, pp. 321-322).

La psicología clínica se identificó con la **psicoterapia**. El concepto *modelo psicoterapéutico* ya se fue definido en el capítulo 4 como una estructura conceptual que contiene elementos teóricos, técnicos y praxiológicos, que intentan explicar y producir un cambio psíquico artificial por medios psicológicos en las manifestaciones psíquicas de enfermedades o trastornos, cualquiera sea el origen de éstos. (Corsi, 1991; Sánchez Bodas, 1994). Los elementos teóricos del modelo son el conjunto de hipótesis que sustentan y explican una determinada situación clínica. Los elementos técnicos y praxiológicos son la actualización y operacionalización de dicha teoría en la práctica.

**Sin embargo, ampliado el espectro del estudio acerca de la realidad psíquica con el sistema enunciativo de la psicoeología que complementa al de la psicopatología, la psicología clínica debería también abarcar las psicotecnologías y psicopraxiologías que tiene por objeto el BP promoviendo un FPO.**

Cabría preguntarse si un proceso que tiene estos objetivos puede recibir también la denominación de *psicoterapia*.

Desde su raíz etimológica, tal denominación podría ser válida, ya que el término *terapia* proviene del adjetivo griego *therapeutikós* -servicial, que cuida de algo o alguien-, derivado del verbo *therapéuō*, -yo cuido- (Corominas, J., 1999, p. 564). El concepto de **cuidado** puede abarcar tanto la cura, como la prevención y la promoción de la salud mental. Por lo tanto *psicoterapia* podría ser un término etimológicamente apropiado tanto para una aproximación tanto desde la enfermedad como desde la salud.

Pero, por otra parte, si se atiende a la definición tradicional de *psicoterapia*, la respuesta sería negativa ya que el término alude **expresa y puntualmente a la cura**

**de un trastorno:** «En sentido amplio, la psicoterapia alude al uso de técnicas o procedimientos que tienen un efecto paliativo o curativo sobre cualquier trastorno mental, emocional o conductal» (Reber, 1995, p. 621).

Teniendo en cuenta que el objetivo que se persigue desde la psicoeología en sus vertientes tecnológicas y praxiológicas consiste en acercarse al BP promoviendo un FPO, **el saber-hacer y saber-obrar de la psicoeología parecerían desarrollarse en el marco de lo que se denomina *counseling* o *consultoría psicológica*.**

El counseling nace en los EE.UU. a principios del siglo XX como una **disciplina de la ayuda psicológica a personas normales**. Tiene sus orígenes en la Educación, la Sociología, la Higiología y el trabajo social. En los años 60 adquiere las características actuales a partir del Enfoque Centrado en la Persona rogersiano. Su nacimiento como ayuda psicológica en el ámbito de la normalidad y la fuerte influencia del pensamiento humanístico de Rogers distinguieron el campo de acción del **counseling** diferenciándolo del de la **psicoterapia** (Sánchez Bodas, 1999).

La psicología clínica se concentró en la psicopatología [...]. Por lo tanto el interés estuvo en aliviar la enfermedad mental y no en facilitar la salud mental; no le concernieron los problemas cotidianos experimentados en sus vidas por millones de personas, sino solamente las condiciones severas experimentadas por un relativamente pequeño número de personas. [...] El counseling, por su parte, gradualmente se alejó de un enfoque en la enfermedad [...] y se acercó a las teorías interpersonales y de esta manera **los psicólogos dedicados al counseling se desprendieron de la ideología de la enfermedad** [las negritas son agregadas] (Maddux *et al.*, 2004, p. 323).

Siguiendo la definición de la *British Association for Counseling* (BAC, 1992), se entiende por *counseling* «La utilización hábil y fundamentada de la relación y la comunicación con el fin de desarrollar el autoconocimiento, la aceptación, el crecimiento emocional, y los recursos personales». **Su objetivo global es ayudar a que las personas vivan del modo más pleno y satisfactorio posible** [la negrita es agregada, la bastardilla está en Barreto] (Barreto *et al.*, 1997, p. 84).

Más allá de la clínica, las derivaciones psicopraxiológicas y psicotecnológicas de una teoría psicoeulógica son especialmente funcionales en otros ámbitos del quehacer de los psicólogos en los que con su accionar se pretende el incremento del capital psíquico y la promoción del BP, como el organizacional-laboral, el educacional, el social-comunitario.

Dadas las características multidimensionales y multicondicionadas del modelo sistémico integrado de psiquismo que se propone aquí como fundamento para una teoría psicoeulógica, las herramientas e intervenciones eficaces para la promoción de un FPO pueden ser variadas y provenientes de todas las corrientes psicológicas. Esto no correspondería a un *sincretismo* -en el que se realiza una mezcla ateorética de técnicas- sino a un *integracionismo* en el que las técnicas de orígenes teóricos diferentes se ordenan, sin traicionar sus raíces, en nuevo orden conceptual dado por un modelo teórico integrado en base a una metateoría. La utilización de una herramienta u otra dependerá de las características del sujeto que consulta y de las condiciones de permeabilidad de los diferentes elementos de su sistema psíquico.

### Implicaciones éticas

Un modelo psicoeulógico como el presentado es lo suficientemente aséptico como para eludir actitudes prescriptivas inaceptables en un modelo científico.

Como se ha dicho repetidas veces a lo largo de este trabajo, tal tentación resulta ser una de la más fuertes cuando se encara el estudio de las potencialidades y fortalezas humanas. Al poner como centro del sistema conceptual del modelo de psiquismo al núcleo óntico, se enfatiza el radical respeto por la individualidad y el sistema de valores propio de cada sujeto que consulta acerca de la promoción de sus BP.

En relación a las psicotecnologías y psicopraxiologías de la psicoeulogía, se pueden aplicar los conceptos de Serroni Copello acerca de la legitimación de los obreres psicoclínicos a través de la comunicación dialógica:

La racionalidad científica, tal como hoy la comprendemos, permite así que el trabajo del psicólogo clínico no se desarticule de la realización del proyecto más vasto que lo justifica: **en lo general, este proyecto no es otro que el de coparticipar en la promoción de la libertad humana** [la negrita es agregada] (Serroni Copello, 1997, p. 54).



## 7. Respuesta al planteo del problema

En el capítulo 1 se anticipó que en esta tesis se abordaría el análisis crítico de **dos teorías** pertenecientes a los **dos modelos psicológicos** más representativos del **enfoque salugénico**: la teoría *del funcionamiento óptimo de la personalidad*, de Carl Rogers -perteneciente a la psicología humanística-, y la teoría *de las virtudes y fortalezas del carácter*, de Christopher Peterson y Martin Seligman -representantes de la psicología positiva-, con el propósito final de arribar a un **modelo integrado** que sienta las bases de una **psicoeología** -entendida ésta como el subsistema enunciativo de la Psicología que estudia la salud psíquica-.

Si bien las teorías y los modelos mencionados comparten el mismo interés por estudiar las capacidades humanas, lo hacen desde **enfoques epistemológicos diferentes**.

Se propuso, entonces, realizar un análisis epistemológico de dichas teorías con el objeto de: a) explicitar sus presupuestos epistemológicos, b) argumentar si dichas teorías son compatibles y/o complementarias, c) argumentar si es posible una integración epistemológica entre dichas teorías, lo que posibilitaría arribar a una teoría más completa y abarcadora sobre la vida plena, el bienestar psíquico o la felicidad.

En el mismo capítulo, se justificó la investigación sobre la vertiente salugénica y la consecución de un modelo de integración en psicoeología como una respuesta a dos de las más importantes preocupaciones actuales de la Psicología: el estudio de lo funcional en el psiquismo humano y la vocación integrativa en Psicología -que apunta a superar la etapa preconvergente en el desarrollo de esta ciencia-.

Los objetivos planteados fueron:

- Explorar y analizar críticamente los enfoques epistemológicos presupuestos en las teorías del funcionamiento óptimo de la personalidad y de las virtudes y fortalezas del carácter.
- Determinar si dichas teorías pueden ser compatibles y/o complementarias.
- Investigar si es posible la sinergia entre ambas teorías a partir de un modelo epistemológico integrado.

La propuesta metodológica se fundamentó en la revisión bibliográfica y el análisis crítico aplicando un *criterio racional del progreso crítico* de acuerdo a la teoría propuesta por Raúl Serroni Copello (2003) cuyos indicadores son: a) el rigor lógico de los enunciados, b) la coherencia interna de los enunciados dentro del sistema conceptual del cual forman parte, c) la adecuación crítica al paradigma vigente consensuado por la comunidad científica.

A continuación se expondrán los resultados acerca de los objetivos planteados.

#### Respuesta al objetivo N°1:

**Explorar y analizar críticamente los enfoques epistemológicos presupuestos en las teorías del funcionamiento óptimo de la personalidad y de las virtudes y fortalezas del carácter.**

1- Primera parte: explorar y analizar críticamente el enfoque epistemológico presupuesto en la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad

En el capítulo 3 se exploró el enfoque epistemológico presupuesto en la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad a través del análisis de sus premisas fundamentales y derivadas, y del sistema teórico articulado por estas. Se revisó la

estructura de la teoría y se observó las relaciones lógicas de deducibilidad y de implicación entre algunos de sus enunciados más significativos a los fines de esta Tesis, concluyendo que:

- La teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad parte del siguiente enunciado universal :

En el ser humano hay: a) una **tendencia actualizante**, b) **necesidades de aprecio positivo** por parte de los demás y del sí mismo, c) una **noción de yo** que guía la conducta y es producto del interjuego de a, b y el **ambiente social** (los otros significativos).

- La hipótesis fundamental que sustenta la teoría es:

Si la tendencia actualizante actúa en forma fluida, la **noción de yo** será una guía segura de la conducta garantizando un funcionamiento óptimo de la personalidad del sujeto.

- El enunciado que describe las condiciones iniciales es:

Si un otro significativo satisface a) **incondicionalmente** la necesidad de aprecio positivo de un sujeto, b) en el marco de una **relación empática**,

- El enunciado que describe la consecuencia observacional es:

Entonces la tendencia actualizante de dicho sujeto actuará en forma fluida y la noción de yo será una guía segura garantizando un funcionamiento óptimo de la personalidad, lo que se expresa en una conducta autorregulada, creativa y armónica con el medio social.

Luego de realizado el análisis de las relaciones de implicación, se concluyó que:

- La teoría tiene poder explicativo como modelo psicoeulógico.
- Las consecuencias observacionales están vagamente definidas y necesitan de un mayor trabajo deductivo para llegar a una *medición* de sus componentes.
- La teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad se inscribe en un modelo de causalidad que necesita ser revisado a la luz del paradigma sistémico-cibernético en ciencia.

Se evaluaron también las consecuencias tecnológicas y praxiológicas de los presupuestos de la teoría analizada, así como también sus implicaciones éticas.

2- Segunda parte: explorar y analizar críticamente el enfoque epistemológico presupuesto en la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter

En el capítulo 4 se exploró el enfoque epistemológico presupuesto en la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter a través del análisis de sus premisas fundamentales y derivadas, y del sistema teórico articulado por éstas. Se revisó la estructura de la teoría y se observaron las relaciones lógicas de deducibilidad y de implicación entre algunos de sus enunciados más significativos a los fines de esta Tesis, concluyendo que:

- La conceptualización de Peterson y Seligman sobre la felicidad podría partir del siguiente *enunciado universal*:

La motivación humana por una *buena vida -bienestar psíquico (BP)* o felicidad-, tiene una función evolutiva al favorecer ésta la supervivencia del individuo y de la especie.

- La *hipótesis fundamental* que sustenta la clasificación es que:

Un *buen carácter* garantiza una *buena vida*.

- El *enunciado que describe las condiciones iniciales* puede resumirse de la siguiente manera:

Si en un sujeto se detecta un *buen carácter* -definido como el despliegue de al menos una o dos fortalezas del carácter de cada grupo de las seis virtudes de la clasificación presentada por Peterson y Seligman-,

- El *enunciado que describe la consecuencia observacional*:

Entonces dicho sujeto percibirá que tiene *una buena vida* -BP o felicidad-.

Luego de realizado el análisis de las relaciones de implicación, se concluyó que la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter:

- Se inscribe en un modelo de causalidad que necesita ser revisado a la luz del paradigma científico vigente,
- Promueve el dogmatismo y la prescripción,
- Desemboca en una visión parcial o reduccionista del psiquismo,
- Carece de una teoría unificada y coherente que guíe la investigación empírica acerca del BP.

Dicha teoría psicoeulógica requiere a su vez de una articulación jerárquica en base a una metateoría (modelo epistemológico) y una teoría psicológica (conceptualización de la mente y la conducta humana), para derivar en teorías psicotecnológicas y psicopraxiológicas.

Se evaluaron también las consecuencias tecnológicas y praxiológicas de los presupuestos de la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter, así como también sus implicaciones éticas.

### **Respuesta al objetivo N° 2:**

**Determinar si las teorías del funcionamiento óptimo de la personalidad y de las virtudes y fortalezas del carácter pueden ser compatibles y/o complementarias.**

En el capítulo 5 se realizó un análisis crítico comparado de las teorías del funcionamiento óptimo de la personalidad y de las virtudes y fortalezas del carácter analizadas determinando: presupuestos comunes, presupuestos divergentes, y presupuestos compatibles. Se observó que:

- Ambas teorías **comparten** en sus enunciados el **objeto** -investigar el BP- y el **objetivo** -promover el BP.
- Son aparentemente **compatibles** las ideas con respecto a la realidad psíquica en general, y en particular a la funcionalidad de los estados/procesos psíquicos que llamamos BP.
- Son en principio **incompatibles** los presupuestos relacionados con la idea de ciencia y con el método científico.

Se concluyó que:

- El escollo principal para la integración de la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad y de las virtudes y fortalezas del carácter se encuentra a nivel de la metateoría.

- Cada una de las teorías estudiadas presenta debilidades en donde la otra presenta fortalezas, lo que lleva a pensar que los diferentes abordajes del BP podrían ser **complementarios** si:

1- Se parte de la formulación general rogersiana sobre el **funcionamiento psíquico óptimo** como condición del BP,

2- Se nombra como **capital psíquico** a las consecuencias observables de dicho funcionamiento óptimo, cuyos indicadores empíricamente contrastables serían las **fortalezas psíquicas** -entre las que se incluyen las 24 fortalezas del carácter de la clasificación de Peterson y Seligman-.

Se reemplazaron los términos *funcionamiento óptimo*, *carácter*, y *virtudes y fortalezas* -propios de las teorías originales-, por *funcionamiento psíquico óptimo* (FPO), *capital psíquico* y *fortalezas psíquicas*, con la intención de superar la controversia sobre el uso de ciertos conceptos y, así mismo, eliminar algunas connotaciones normativas.

### **Respuesta al objetivo N° 3:**

**Investigar si es posible la sinergia entre la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad y la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter a partir de un modelo epistemológico integrado.**

En el Capítulo 5 también se intentó articular la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad y la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter sobre la base de un modelo inspirado en el propuesto por Imre Lakatos (1983) para su conceptualización de los programas de investigación científica. De esta manera, en el intento de integrar ambas teorías, se postuló un **núcleo central** compuesto por los

enunciados comunes propuestos en 5.1. -puntos 1, 2, 3, 4-, y un cinturón protector expresado en 5 y 6 en donde se incluyeron, en diferentes niveles de abstracción, la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad y la de las virtudes y fortalezas del carácter.

1. Existe una realidad psíquica.
2. En dicha realidad psíquica pueden distinguirse diferentes estados y procesos.
3. Se distingue como uno de dichos estados/procesos al BP.
4. El BP sería el estado/ proceso óptimo de la realidad psíquica
5. porque es la manifestación de un **funcionamiento psíquico óptimo** (FPO), expresión de la tendencia esencial a la **actualización de potencialidades** que favorece la **supervivencia del individuo y de la especie**.
6. Dicho BP presenta manifestaciones observables: la presencia de un **capital psíquico** -definido como el conjunto de factores y procesos que permiten generar fortalezas personales-, del cual son indicadores las **fortalezas psíquicas** -incluidas las descritas en la clasificación de VFC de Peterson y Seligman-.

Se evaluaron también las consecuencias tecnológicas y praxiológicas del modelo integrado, así como también sus implicaciones éticas.

Una vez presentada la factibilidad de la integración entre las teorías del funcionamiento óptimo de la personalidad y de las virtudes y fortalezas del carácter, **resultó evidente que tal formulación puede ser útil como punto de partida pero**



**es insuficiente para sustentar una teoría general psicoeológica** ya que los sistemas teóricos estudiados ni comprenden algunos aspectos importantes del BP ni contemplan la interacción de factores en base al nuevo paradigma científico.

Por esta razón se encaró en el capítulo 6 la presentación de un sistema conceptual más comprensivo que permita establecer los fundamentos y promover el progreso de una futura psicoeología.

En el intento de elaborar una teoría psicoeológica unificada se tuvo en cuenta las prescripciones metodológicas aportadas por Serroni Copello (1986) para la consecución de una teoría psicológica general en base a un modelo reticular -no lineal- que se ajuste a los principios de 1) realismo científico, 2) de estabilidad del conocimiento de base, 3) de reinterpretación contextual, 4) de continuidad pragmática. 5) de continuidad del modelo, 6) de simplicidad, 7) de no-proliferación de teorías rivales, y 8) de tenacidad.

Se formulan los siguientes enunciados como base epistemológica de una futura psicoeología:

1- Existe una realidad psíquica que se puede conceptualizar como un **sistema** en el que se distinguen en constante interacción:

- Un núcleo óntico de autoconciencia, autopoiesis y autodirección,
- Los subsistemas de los condicionantes ultrapsíquicos y de las dimensiones endopsíquicas,
- Las tendencias caosgénicas y cosmosgénicas del psiquismo.

2- Dicho sistema realidad psíquica se mueve entre un funcionamiento organizado -**FPO**- y uno desorganizado -disfuncionalidad psíquica-.

3- El FPO es el estado deseable del funcionamiento psíquico por razones evolutivas de supervivencia del individuo y de la especie.

4- El FPO se manifiesta subjetiva y objetivamente como BP, el cual actúa como refuerzo evolutivo para la supervivencia del individuo y de la especie.

5- El BP presenta sus dimensiones observables en las cogniciones, emociones y conductas.

6- Las dimensiones observables del BP constituyen el **capital psíquico** de un sujeto, en el cual pueden distinguirse como indicadores empíricamente contrastables a las **fortalezas psíquicas** -incluidas las descritas en la clasificación de Peterson y Seligman- .

A continuación se evaluaron también las consecuencias tecnológicas y praxiológicas del modelo sistémico integrado que se propone, así como también sus implicaciones éticas.

## 8. Conclusiones

Las siguientes son algunas conclusiones a las que se arriba luego de realizado el presente trabajo de investigación:

- Resulta evidente la necesidad de inaugurar el subsistema enunciativo, complementario de la psicopatología, que tiene como objetivo el estudio científico de aquellos aspectos funcionales del psiquismo que promueven el bienestar psíquico (BP) de las personas, y que aquí se ha denominado **psicoeulogía**.

Tal subsistema enunciativo

- Profundizaría el estudio del psiquismo, promoviendo que la Psicología se avoque **con igual énfasis** a sus aspectos disfuncionales como a los funcionales, respondiendo así a la necesidad humana por una vida plena, más allá de la ausencia de enfermedad.
- Fundamentaría nuevas investigaciones y desarrollos teóricos ampliando los conocimientos acerca del BP.
- Organizaría y sistematizaría los desarrollos previos realizados desde un enfoque salugénico.
- Serviría de marco conceptual para la reformulación y recontextualización de los aportes de corrientes enroladas en el modelo médico tradicional.
- Dado que las teorías se construyen sobre la base de presupuestos epistemológicos, es necesario elaborar un modelo epistemológico para una teoría psicoeulógica.

- Dicho modelo epistemológico para una psicoeología debe tener como punto de partida aquellas teorías que se han ocupado del BP. Entre las teorías de las corrientes representativas del enfoque salugénico se destacan dos: la teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad de Carl Rogers -representante de la psicología humanística- y la teoría de las virtudes y fortalezas del carácter de Christopher Peterson y Martin Seligman -integrantes de la psicología positiva-. Se considera ineludible partir de ellas en la creación de una modelo epistemológico integrado en psicoeología.

- Las teorías del funcionamiento óptimo de la personalidad y la de las virtudes y fortalezas del carácter presentan coincidencia en el objeto -el BP- y disidencias en los paradigmas epistemológicos. Sin embargo, se concluye que **la integración de estas teorías es posible.**

- El modelo epistemológico resultante de la integración de las teorías mencionadas debe reformularse en el marco de un paradigma consensuado por la comunidad científica actual y debe contar también con el aporte -recontextualizado desde un enfoque salugénico- de otras corrientes que abordaron el psiquismo desde el modelo médico.

A su vez, es necesario destacar algunos desafíos que se presentan más allá de las incumbencias de esta tesis:

- El modelo psicoeológico integrado al que se arriba aquí es simplemente un estímulo para la elaboración de ulteriores teorías psicoeológicas básicas y aplicadas, praxiológicas y tecnológicas.

- Es necesario promover la ampliación y la aplicación de los conocimientos psicoeulógicos en campos tales como: la psicología evolutiva, la psicología educacional, la psicología laboral, la psicología organizacional y la psicología comunitaria, y en todas las áreas en donde los conocimientos psicológicos excluyentes acerca de las patologías resultan a todas luces insuficientes.

- Por otra parte, no se debe olvidar que el campo de la psicoterapia también se beneficiaría con los conocimientos psicoeulógicos dado que todas las personas presentan factores de salud que pueden ser incrementados. La potenciación de los aspectos funcionales del psiquismo puede tener tanto una función “amortiguadora” de la enfermedad como una función promotora de vidas más plenas.

- Por todo lo dicho se considera justificado introducir en la formación de los nuevos profesionales de la Psicología conocimientos **igualmente profundos** de psicoeulogía como de psicopatología. Esto cabe tanto al nivel de grado como al nivel de postgrado, lo que redundará en psicólogos con más conocimientos y herramientas para servir a la sociedad.

## Referencias Bibliográficas

American Association of Humanistic Psychology (1962). Association articles. *Journal of Humanistic Psychology*. Vol. 1, p. 96.

Antonovsky, A. (1979). *Health, Stress and Coping: New Perspectives on Mental and Physical Well-being*. San Francisco, EE.UU.: Jossey-Bass.

Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*. San Francisco, EE.UU.: Jossey-Bass.

Aristóteles (1963). Ética a Nicómaco. En J. Marías (Ed.). *La filosofía en sus textos* (vol. 1, pp. 113-131). Barcelona, Madrid, Buenos Aires: Labor.

Artiles, M. (1975). *La actitud psicoterapéutica*. Buenos Aires: Bonum.

Aspinwall, L. G. & Staudinger, U. M. (2002). A psychology of human strengths: Some central issues of an emerging field. En L. G. Aspinwall & U. M. Staudinger (Eds.) *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (pp. 9-22). Washington, DC: American Psychological Association.

Balagué, S. P. (1965) *Diccionario Griego-español*. Madrid: Compañía Bibliográfica Española.

Balbi, J. (2004). *La mente narrativa*. Buenos Aires, Barcelona, México: Paidós.

Bandura, A. (1986). *Pensamiento y acción. Sus fundamentos sociales*. Barcelona: Martínez Roca.

Barnes, B. (1974). *Scientific Knowledge and social theory*. London: Routledge & Kegan Paul.

Barreto Martín, P.; Arranz y Carrillo, P.; Molero Zafra, M. (1997). Counseling. Instrumento fundamental en la relación de ayuda. En M. C. Martorel & R. González (Eds). *Entrevista y Consejo Psicológico* (pp. 83-104). Madrid: Síntesis.

Bateson, G. (1984). *Espíritu y naturaleza*. Buenos Aires: Amorrortu.

Bateson, G. (1991). *Pasos para una ecología de la mente*. Buenos Aires: Planeta.

Boor, D. (1976). *Knowledge and Social imagery*. London: Routledge & Kegan Paul.

Bowlby, J (1988). *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Buenos Aires: Paidós.

Brentano, F. (1963). Psicología desde el punto de vista empírico. En J. Marías (Eds). *La filosofía en sus textos* (vol. 2, pp. 1217-1237). Barcelona, Madrid, Buenos Aires: Labor.

Bretherton, R. & Orner, R. J. (2004). Positive Psychology and psychotherapy: an existencial approach. En P. A. Linley & J. Joseph (Eds.). *Positive Psychology in practice* (pp. 420- 430). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

Buber, M. (1969) *Yo y Tú*. Buenos Aires: Nueva Visión.

Campos, J. J. (2003). When negative becomes positive and the reverse: Comment on Lazarus's critique of positive psychology. Commentaries on "Does positive psychology movement have legs?". *Psychological Inquiry*, 2003, Vol. 14, N° 2, pp 110-113.

Caplan, G. (1985). *Aspectos preventivos en salud mental*. Buenos Aires: Paidós.

Carere, T. (2001). Notas para una integración. *Documentos del SEPI. Society for the exploration of psychotherapy integration*. [En red] Disponible en: [www.cyberpsych.org/sepi](http://www.cyberpsych.org/sepi). Recuperado 2-9-02.

Casullo, M. M. (2000). Psicología salugénica o positiva. Algunas reflexiones. *Anuario de Investigaciones*. Facultad de psicología. Universidad de Buenos Aires, 8.

Casullo, M. M. (2005). El capital psíquico. Aportes de la Psicología Positiva. *Psicodebate* 6, 59-71. Buenos Aires: Universidad de Palermo.

Corominas, J. (1999). *Diccionario etimológico*. Barcelona: Curial.

Corsi, J. (1991). *Psicoterapia breve multidimensional*. Buenos Aires: Cuadernillos UBA.

Corsini, R. J. (1981). *Handbook of innovative psychotherapies*. New York: Wiley.

Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, Vol. XII, N° 1, pp. 83-96.

Csikszentmihalyi, M. (2003). Legs or wings? A reply to R.S. Lazarus. En Commentaries on "Does the Positive Psychology movement have legs?". En *Psychological Inquiry*. Vol. 14, N° 2, pp. 110-172.

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*. Vol. 95, pp. 197-229.

Diener, E. (2003). What is positive about Positive Psychology: The Curmudgeon and Pollyana. En *Psychological Inquiry*. Vol. 14, N° 2, pp. 115-120.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

Dilthey, W. (1963). Introducción a las ciencias del espíritu. En J. Marías (Ed.). *La filosofía en sus textos* (vol. 2, pp. 1239-1265). Barcelona, Madrid, Buenos Aires: Labor.

Fernández Álvarez, H. (1992). *Fundamentos de un modelo integrativo en psicoterapia*. Buenos Aires, Barcelona, México: Paidós.

Fernández Moreno, L. (1997). Presentation. *Theoria*. Vol.12, N° 3, 421-423.

Frank, J. (1991). *Persuasion and Healing: a comparative study of psychotherapy*. Baltimore: John Hopkins University Press.

Frankl, V. E. (1999). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.

Freud, S. (1912/1996). *Consejos al médico*. En S. Freud. (Trad. L. López-Ballesteros y de Torres). *Obras completas* (vol. 2, pp. 1654-1660). Madrid: Biblioteca Nueva.

Freud, S. (1927/ 1996). *El Humor*. En S. Freud. (Trad. L. López-Ballesteros y de Torres). *Obras completas*. (vol. 3, pp. 2997-3000). Madrid: Biblioteca Nueva.

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*. Vol. 56, N° 3, pp. 218-226.

Gergen, K. J. (1992). *El yo saturado*. Barcelona: Paidós.

Giordani, B. (1997). *La relación de ayuda: de Rogers a Carkhuff*. Bilbao: Descleé de Brouwer.

Godoy, J. F. (1999) Psicología de la salud: delimitación conceptual. En M. A. Simón. *Manual de Psicología de la Salud: Fundamentos, Metodología y Aplicaciones* (pp. 39-65). Madrid: Biblioteca Nueva.

Goldstein, K. (1939). *The Organism. An holistic approach to biology derived from pathological data*. New York: s/e.

Guidano, V. F. (1994). *El sí mismo en proceso. Hacia una terapia cognitiva post-racionalista*. Barcelona: Paidós.

Held, B. (2002). The tyranny of the positive attitude in America: observation and speculation. *Journal of Clinical Psychology*. Vol 58, pp. 965-992.

Hempel, C. (1985). *La filosofía de la ciencia natural*. Madrid: Alianza.

Herink, R. (1980). *The psychotherapy handbook*. New York: Meridian.



Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., Baptista Lucio, P. (2003). *Metodología de la investigación* (3ª edición). México: McGraw Hill.

Holdstock, L. (1997). ¿Podemos permitirnos el lujo de no revisar el concepto del self centrado-en-la-persona? En D. Brazier. *Más allá de Carl Rogers* (pp. 195-213). Bilbao: Desclée de Brouwer.

Husserl, E. (1963). Investigaciones lógicas. En J. Marías (Ed.). *La filosofía en sus textos* (vol. 3, pp. 108-171). Barcelona, Madrid, Buenos Aires: Labor.

Jorgensen, I. & Nafstad, H. E. (2004). Positive psychology: Historical, philosophical and epistemological perspectives. En: P. A. Linley & S. Joseph (Eds.). *Positive psychology in practice* (pp. 15-34). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

Joseph, S. & Linley, P.A. (2004) Positive therapy: a positive psychological theory of therapeutic practice. En P. A. Linley & S. Joseph (Eds). *Positive Psychology in practice* (pp. 354-368). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

Junta de Gobierno Estatal del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de España (1987). *Código Deontológico del Psicólogo*. [En red] Disponible en: <http://psicologia.costasur.com/es/principios-generales.html>. Recuperado 10-11-06.

Kahneman, D.; Diener, E.; Schwarz, N. eds. (1999). *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*. New York: Russell Sage Found.

Katzko, M. W. (2002). The rhetoric of psychological research and the problem of unification in psychology. *American psychologist*, Vol 57, pp. 262-270.

Keeney, B. (1994). *Estética del cambio*. Barcelona, Buenos Aires: Paidós.

Kierkegaard, S. A. (1963). Post-scriptum final no-científico a las migajas filosóficas. En J. Marías (Ed.). *La filosofía en sus textos* (vol. 2, pp. 1152-1163). Barcelona, Madrid, Buenos Aires: Labor.

King, L. A. (2003). Some Truth Behind the Trombones? En *Psychological Inquiry*. Vol. 14, N° 2, pp. 128-131.

Klimovsky, G. (1986). Ciencia y anticiencia en Psicología. En G. Klimovsky y otros. *Opiniones sobre la Psicología* (pp. 13-48). Buenos Aires: Adip.

Kriz, J. (1989). *Corrientes Fundamentales en Psicoterapia*. Barcelona: Herder.

Kuhn, T. (1962). *The structure of scientific revolutions*. Chicago: University Press.

Lambert, M. E. & Bergin, A. E. (1994). The effectiveness of psychotherapy. En A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.) *Handbook of psychotherapy and behavior change* (pp. 143-189). New York: Wiley.

Lakatos, I. (1974). *Historia de la ciencia y sus reconstrucciones racionales*. Madrid: Tecnos.

Lakatos, I. (1983). *La metodología de los programas de investigación científica*. Madrid: Alianza.

Laplanche, J. & Pontalis, J-B (1996). *Diccionario de psicoanálisis*. Buenos Aires: Paidós.

Latour, B (1992). *Ciencia en acción*. Barcelona: Labor.

Lazarus, A. (2003). Does the positive psychology movement have legs? Commentaries on "Does positive psychology movement have legs?". *Psychological Inquiry*, 2003, Vol. 14, N° 2, pp. 32-52.

Linley, P. A. & Joseph, S. (2004). *Positive psychology in practice*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

Linley, A.; Joseph, S.; Harrington, S. & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. En *The Journal of Positive Psychology*, January 2006, 1 (1): 3-16.

López, S. J. & Snyder, C. R. (2003). The future of Positive Psychological assessment: making a difference. En S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds). *Positive Psychological Assessment. A handbook of Models and Measures* (pp. 461-468). Washington: American Psychological Association.

Luborsky, L.; Super, B & Luborsky, L. (1975) Comparative studies of psychotherapies: is it true that "Everyone has won and all must have prizes?" *Archives of general psychiatry*. 32, 995-1008.

Luyten, W. (1967). *Fenomenología existencial*. Buenos Aires: Lohlé.

Maddux, J. E.; Snyder, C. R.; Lopez, S. J. (2004). Towards a Positive Clinical Psychology: Deconstructing the Illness Ideology and Constructing an Ideology of Human Strengths and Potential. En P. A. Linley & S. Joseph (Eds.). *Positive psychology in practice* (pp. 320-334). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.

Marietan, H. (1991). *Sobre los conceptos de salud/enfermedad-normalidad/anormalidad* [En red] Disponible en: [www.alcmeon.com.ar](http://www.alcmeon.com.ar). Recuperado 6-6-04.

Marrone, M. (2001). *La teoría del apego: un enfoque actual*. Madrid: Psimática.

Martínez González, A; Chacón Fuentes, F. & Martínez García, M. (1993). *Psicología comunitaria*. Madrid: Visor.

Maslow, A. (1963). *Motivación y Personalidad*. Barcelona: Sagitario.

- Maslow, A. (1989). *El hombre autorrealizado*. Buenos Aires: Troquel.
- May, R.; Angel, E.; Ellenberg, H. F. (1967) *Existencia. Nueva dimensión en psiquiatría y psicología*. Madrid: Gredos.
- Millon, T. (1998). *Trastornos de la personalidad. Más allá del DSM IV*. Barcelona: Masson.
- Organización Mundial de la Salud (1986). *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud*. Primera Conferencia internacional sobre la Promoción de la Salud. [En red] Dponible en: [www.paho.org/spanish/HPP/OttawaCharterSp.pdf](http://www.paho.org/spanish/HPP/OttawaCharterSp.pdf). Recuperado 12-7-06.
- Palma, H. A. (2004). *Metáforas en la evolución de las ciencias*. Buenos Aires: Jorge Baudino Ediciones.
- Peterson, Ch. & Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues. A handbook and classification*. New York: APA, Oxford University Press.
- Piaget, J. (1967). L'épistémologie et ses variétés. En Jean Piaget (ed.), *Logique et connaissance scientifique*. Pp. 3-61. Paris: Gallimard. (Versión supervisada, corregida y editada por Raúl Serroni Copello, Cátedra Karl Popper, Sociedad Argentina de Epistemología de la Psicología).
- Pierce, Ch. S. (1978). *Lecciones sobre pragmatismo*. Buenos Aires: Aguilar.
- Popper, K. (1980). *La lógica de la investigación científica*. Madrid: Tecnos.
- Quitmann, H. (1989). *Psicología Humanística*. Barcelona: Herder.
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la Lengua Española*. vigésima segunda edición. Versión en línea disponible en: <http://www.rae.es>. Recuperado 4-7-06.
- Reber, A. S. (1995). *Dictionary of Psychology*. London: Penguin Books.
- Reichenbach, H. (1938). *Experience and prediction*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rogers, C. (1985). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Rogers, C. (1986). Reflejo de sentimientos. *Journal of Humanistic Psychology*. N° 27, 40-48.
- Rogers, C. (1989). *El camino del ser*. Buenos Aires: Troquel.
- Rogers, C. (1993). *El proceso de convertirse en persona*. México: Paidós.

Rogers, C. & Kinget, M. (1971). *Psicoterapia y Relaciones Humanas*. Madrid: Alfaguara.

Rogers, C & Rosemberg, R. L. (1989). *La persona como centro*. Barcelona: Herder.

Romero Moreno, A. (2004). Factores atribucionales de la efectividad terapéutica: un avance de los resultados. [En red] Disponible en: [www.psiquiatria.com/articulos/psicologia/interpsiquis](http://www.psiquiatria.com/articulos/psicologia/interpsiquis) Recuperado el 4-9-04.

Rud, C. A. (1995). La psicoterapia del Acercamiento Centrado en la Persona. En A. Sánchez Bodas y otros. *Psicoterapias en Argentina* (pp. 195-235). Buenos Aires: Holos.

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Reviews Psychology*. Vol. 52, pp. 141-146.

Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Currier Directory of Psychological Science*. Vol 6, pp. 99-104.

Ryff, C. D. & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquierer*. Vol 9, pp. 1-28.

Salvat Ed. (1976). *Diccionario terminológico de ciencias médicas*. Undécima edición. Barcelona: Salvat.

Sánchez Bodas, A. (1994). *Psicoterapias en la Argentina*. Buenos Aires: Holos.

Sánchez Bodas, A.; et al. (1999). *Counseling Humanístico*. Buenos Aires: Holos.

Seligman, M. (1991). *Learned optimism*. New York: Knopf.

Seligman, M. (1994). *What you can change and what you can't*. New York: Knopf.

Seligman, M. (1996). *The optimistic child*. New York: Houghton-Mifflin.

Seligman, M. (1998a). Building human strength: psychology's forgotten mission. En *APA Monitor*. Vol. 29. N° 1. Enero 1998. [En red]. Disponible en: <http://www.apa.org/monitor/jan98/press.html>. Recuperado 3-6-05.

Seligman, M. (1998b). The effectiveness of therapy. *APA Monitor*. Vol. 29. N° 3. Mayo 1998. [En red]. Disponible en: <http://www.apa.org/monitor/may98/press.html>. Recuperado 3-6-05.

Seligman, M. (1998c). Why therapy works. *APA Monitor*. Vol. 29. N° 12. Diciembre 1998. [En red]. Disponible en: <http://www.apa.org/monitor/dec98/press.html>. Recuperado 3-6-05.

Seligman, M. (2000). Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy. Chapter prepared for Snyder & Lopez: *Handbook of positive Psychology*. [En red] Disponible en: [www.positivepsychology.org/ppsnyderchapter.htm](http://www.positivepsychology.org/ppsnyderchapter.htm). Recuperado 31-5-05.

Seligman, M. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Vergara.

Seligman, M. E. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.

Seligman, M. & Peterson, Ch. (2000). Positive Clinical Psychology. Chapter prepared for Aspinwall & Staudinger: *A psychology of human strengths: Perspectives on an emerging field*. Washington: APA. [En red]. Disponible en: [www.positivepsychology.org/documentsandsettings.htm](http://www.positivepsychology.org/documentsandsettings.htm) . Recuperado 3-6-05.

Serroni Copello, R. (1986). La tensión esencial en Psicología. En G. Klimovsky y otros. *Opiniones sobre la Psicología* (pp. 133-167). Buenos Aires: Adip.

Serroni Copello, R. (1997). *Diálogo, racionalidad y salud mental*. Buenos Aires: Adip.

Serroni Copello, R. (2003). La evolución abstracta de la psicología contemporánea. *Ateneos Psicológicos: Tributo a Karl Popper*. Vol XXIII- 3, 11-21.

Skinner, B. F. (1948). *Walden two*. New York: Macmillan.

Snyder, C.R. & Lopez, S. J. (2006). *Positive Psychology. The scientific and practical explorations of human strength*. Thousand Oaks, California: Sage.

Suhd, M. M. Ed. (1995). *Positive Regard. Carl Rogers and Other Notables He Influenced*. Palo Alto, California: Science and Behavior Books.

Taylor, E. (2001) Positive psychology and humanistic psychology: A reply to Seligman. *Journal of Humanistic Psychology*. Vol. 41, pp. 13-29.

Tennen, H. & Affleck, G. (2003). While accentuating the Positive, D'ont eliminate the Negative or Mr. In-Between. Commentaries on "Does positive psychology movement have legs?". *Psychological Inquiry*, 2003, Vol. 14, N° 2, pp. 163-169.

Toro y Gisbert, M & García y Pelayo, R. (Eds.). (1964). *Pequeño Larousse Ilustrado*. Buenos Aires: Larousse.

Tubert, S. (2000). *Sigmund Freud*. Madrid: EDAF.

Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Papeles del Psicólogo. Revista del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de España*. Vol. 27 (1). pp. 1-2.

Vilanova, A. (1993). *Contribuciones a la psicología clínica. Algunos aportes teóricos de psicólogos notables*. Buenos Aires: Adip.

Villegas Besora, M. (1990). Sincretismo, eclecticismo e integración en psicoterapia. *Revista de psicoterapia*, Vol. I-Nº 1, 5-25.

Wainstein, M. (1999). *Comunicación: un paradigma de la mente* (2ª edición). Buenos Aires: Eudeba.

Warmoth, A; Resnik, S. & Serlin, I (s.f). *Contributions of Humanistic Psychology to Positive Psychology*. Division 32 of the American Psychological Association. [En red] Disponible en: <http://www.westga.edu/~psydept/os2/papers/serlin2.htm>  
Recuperado 5-6-04

Wiener, N. (1985). *Cibernética o el control y comunicación en animales y máquinas*. Barcelona: Tusquets.

Yalom, I. (1984). *Psicoterapia existencial*. Barcelona: Herder.

Young-Eisendrath, P. (2003). Response to Lazarus. Commentaries on “Does positive psychology movement have legs?”. *Psychological Inquiry*, 2003, Vol. 14, Nº 2, pp. 170-172.

Zorrilla, R. H. (1992). *Principios y leyes de la sociología*. Buenos Aires: Emecé.