

Tomeu Barceló

Creceer en grupo

Una aproximación desde
el enfoque centrado en la persona

2^a edición

Crecimiento personal
COLECCIÓN

Serendipit

DESCLÉE DE BROUWER

Tomeu Barceló


88

CRECER EN GRUPO
Una aproximación desde
el Enfoque Centrado en la Persona

2ª edición

Crecimiento personal
C O L E C C I Ó N

Serendipit

Desclée De Brouwer 

ÍNDICE

Prólogo. <i>Por Javier Ortigosa</i>	9
Introducción y gratitudes	13
1. Un enfoque para crecer	23
2. Ser persona en crecimiento	41
3. El grupo, más que nunca un mar de vida.	59
4. La senda del grupo: signos del acontecer.	103
5. Estar presente: una manera de hacer.	131
6. La relación con el sí mismo. Tentativas de focusing ..	151
7. Disponerse, enfocar y desenfocar. Hacia la operatividad del sistema	167
8. Dos destrezas para una acción eficaz	187
9. Entre la espera y el contacto	203
10. Temores, deseos y satisfacciones	221
11. De la experiencia al aprendizaje. Viajando hacia el "enfoque centrado en la persona" <i>Por Jordi Juan Sastre</i>	235
12. Del descubrimiento significativo a la proyección significada. Un compromiso sentido con el "enfoque centrado en la persona". <i>Por Ferran Juan Torrens.</i>	245

13. Crecer facilitando. Una experiencia personal en la facilitación de grupos de encuentro.	
<i>Por Victoria Picó i Aguiló</i>	267
14. Muecas para el entrenamiento	285
Epílogo	317
Referencias Bibliográficas	319



PRÓLOGO

Por Javier Ortigosa

Después de haber leído muy detenidamente el libro de Tomeu tengo que agradecer a Carlos Alemany la sugerencia de prologarlo. He disfrutado mucho con su lectura, por una parte, porque, con frase gráfica, me he sentido “como en casa”. Después de mis treinta y dos años de terapeuta centrado en la persona he visto cómo Tomeu recoge muy bien la esencia de esta orientación en su vertiente grupal de manera muy gráfica y expresiva. Por otra parte el libro me ha enriquecido con aspectos y sugerencias, nuevos para mí.

Al comienzo, Tomeu nos ofrece una visión de la esencia de la orientación centrada en la persona. Lo hace con gran profundidad y claridad y a la vez de una forma densa, como corresponde a una descripción de las actitudes fundamentales del facilitador de una manera vivencial y fenomenológica. Recomiendo al lector una lectura tranquila y reposada de esta parte, pues su densidad no permite una lectura apresurada.

A continuación Tomeu nos ofrece una rica visión de lo que es un grupo y las distintas concepciones de su proceso.



En esta parte muestra un conocimiento profundo y una gran información del estado actual de la Dinámica de Grupos. Al final se decanta por una descripción personal de las fases o etapas por las que atraviesa un grupo en su camino hacia la madurez.

Para mí ha resultado muy interesante cómo nos indica Tomeu con gran habilidad qué actitudes de la tríada rogeriana hay que desarrollar preferentemente en cada fase de la evolución del grupo. Me parece muy original y acertado su punto de vista.

Especialmente interesante es la frase con la que describe emblemáticamente la tarea del facilitador: **estar presente**. Tarea que supone un contacto vivencial muy profundo con cada persona del grupo, que Tomeu describe de manera honda y precisa.

Sus indicaciones sobre el Focusing, que se ve que conoce muy bien, enriquecen la visión del facilitador de grupo centrado en la persona.

Aunque fundamentalmente preocupado y centrada su mirada en ese “estar presente” vivencial, no olvida que un grupo debe ser eficaz, y concreta con detalle cómo lograr esa eficacia, teniendo en cuenta los cuatro niveles del grupo, descritos con anterioridad.

La parte final que llama “muecas”, extraña denominación a primera vista, pero que él explica, está dedicada a exponer algunos ejercicios para dinamizar el grupo, si su momento así lo requiere. Los terapeutas centrados en la persona no somos amigos de hacer ejercicios en grupo, pero admito, como el autor, que pueda haber algún momento en el que el grupo lo requiera. Aquí el criterio va a ser siempre el estado y situación de las personas del grupo, criterio fundamental en la orientación centrada en la persona.



PRÓLOGO

Los tres capítulos dedicados a aportaciones de tres colaboradores suyos, tienen un colorido vivencial que los tiñe de gran viveza y cercanía. Los dos primeros reflejan los avatares y vivencias muy variadas de quienes empiezan la andadura de facilitar grupos. El último, el de Victoria Picó, revela en su autora una persona más adiestrada en esta preciosa aventura de la facilitación de los grupos.

Resumiendo: nos encontramos ante una obra que revela una amplia experiencia de su autor en el trabajo con grupos. También un gran conocimiento, fruto sin duda de una profunda reflexión, de la orientación centrada en la persona y del Focusing. Además Tomeu refleja una gran erudición en el conocimiento de los grupos, resultado de muchas horas de trabajo y lectura. El tono vivencial que tiñe toda la obra hacen de su lectura un grato y ameno placer.

Mi felicitación a Tomeu y mis deseos de que su escuela siga dando a conocer y facilitando grupos eficazmente.

Javier Ortigosa
Presidente de la Asociación de
Psicoterapeutas "Laureano Cuesta"
Profesor Colaborador de la Universidad Comillas



INTRODUCCIÓN Y GRATITUDES

“Un enfoque centrado en la persona se basa en la premisa de que el ser humano es un organismo básicamente digno de confianza, capaz de evaluar la situación externa e interna, de comprenderse a sí mismo en su contexto, de hacer elecciones constructivas como los siguientes pasos en la vida y de actuar en base a esas elecciones.

Una persona facilitadora puede ayudar a liberar estas capacidades cuando se relaciona como una persona real con otra, reconociendo como suyos y expresando sus propios sentimientos; cuando experimenta un aprecio y un amor no posesivos por la otra. Cuando este enfoque es aplicado a un individuo o a un grupo se descubre, a lo largo del tiempo, que las elecciones hechas, las direcciones que se siguen y las acciones que se emprenden son personalmente cada vez más constructivas y tienden hacia una armonía social más realista con los demás”.

(Carl Rogers)

En realidad este libro fue concebido en Miraflores de la Sierra, un lugar alejado de los ruidos de la urbe en el que todavía puedo contemplar con asombro la majestuosidad de los montes serranos, oler el perfume reconfortante que des-



prenden una multitud de árboles, flores y plantas; escuchar el susurro del aire fresco y limpio mientras gozo de su roce por mi cuerpo y disfrutar de la musicalidad de las aguas que descienden por el riachuelo. Allí, en el paseo de la fuente del cura, desde hace algunos años, me percibo nuevamente en búsqueda de un caminar impreciso y sueño, en ocasiones, con un mundo imposible en un espacio incierto. En ese lugar, que me resulta siempre paradójico y a veces perplejo, me percató de nuevo en expansión y siento vivir serenamente, cuando acudo, la experiencia de crecer en grupo.

Hace años que me siento atraído por las experiencias en grupo y los procesos que acontecen. He llegado a compilar muchos materiales apropiados para el estudio y la investigación a los que me he dedicado con cierta pasión. Sin embargo, cada nueva experiencia de grupo me sorprende y en muchas de ellas me siento de nuevo en crecimiento. Las noches de Miraflores me ayudan a darme cuenta de cuán importante es participar en grupos que me animan a crecer.

Y es que las personas no existimos aisladamente en la faz de la tierra. Las mujeres y los hombres, como seres sociales y en relación unos con otros, convivimos en sociedad y conformamos grupos humanos de los que nos sentimos partícipes, a través de los cuales realizamos nuestros proyectos vitales.

La familia, los equipos de trabajo, los cursos de formación a los que asistimos, las pandillas de compañeros y amigos, los encuentros; son situaciones de grupo. Los grupos humanos presentan pautas recurrentes de actitudes y conductas, y manifiestan tendencias de evolución en el curso de su trayecto. Es plausible investigar y definir algunas leyes generales que expliquen las razones de las semejanzas y diferencias entre los distintos grupos humanos. Es posible suponer, con bases relativamente sólidas, porqué unos grupos son eficaces y creativos, y otros se diluyen en un notable fracaso.



Me parece que uno de los factores más decisivos para el despliegue del potencial creativo de un grupo y su desarrollo eficaz tiene que ver con el ejercicio del liderazgo institucionalizado. El líder de un grupo puede crear condiciones en virtud de las cuales un grupo se sienta inducido hacia su realización plena de manera creativa y con resultados eficientes. Es más, estas condiciones pueden generar procesos comunicativos e interaccionales que tiendan al crecimiento personal y se perciban satisfactoriamente por parte de los miembros de un grupo. El grupo puede ser un marco propicio para el crecimiento y el desarrollo personal, puede constituir un espacio de comunicación auténtica y sincera, puede impregnar de transformación y encuentro nuestras relaciones interpersonales y puede estimular la incorporación de aprendizajes significativos y relevantes para nuestra tarea y nuestra vida. También puede configurarse como instrumento para la superación de los conflictos subyacentes y el aprovechamiento de la energía afectiva hacia una direccionalidad constructiva.

De todo esto trata un poco este estudio que no es sino fruto de largos períodos de experiencia e investigación sobre el funcionamiento de los grupos y la manera de ejercer el liderazgo institucionalizado.

En realidad existen múltiples y plurales publicaciones sobre dinámica de grupos que intentan explicar las bases de funcionamiento de los grupos y los procesos que acontecen en experiencias intensivas grupales, y proponen ideas para mejorar la eficacia de la tarea en equipos de trabajo. Y todavía prolifera una mayor cantidad de libros que sugieren recursos y técnicas aplicadas de dinámica de grupos con la finalidad de favorecer y acelerar estos procesos.

Sin embargo, se encuentran pocas investigaciones que tratan del ejercicio del liderazgo, de la manera como se puede facilitar un grupo para que pueda expandir todo su potencial constructivo. Excepto algunas reflexiones ubicadas exclusi-



vamente en el ámbito de la psicoterapia, no conozco muchas indagaciones editadas sobre la facilitación de grupos, sobre las condiciones necesarias y deseables que ha de entablar un animador y sobre cómo debería ser la presencia de un facilitador para intervenir eficazmente en el grupo. Si acaso, he podido observar algunos capítulos aislados que, a mi juicio, no conforman un sistema coherente de facilitación.

Como sistema, un método de facilitación de grupos, tiene que poder ser aprovechado en distintos ámbitos sociales en donde existan situaciones que conformen grupo: en equipos de trabajo de departamentos empresariales y administrativos, equipos docentes y educativos, grupo-clase de alumnos en procesos formativos, grupos de voluntariado en campos socioculturales de intervención, cursos y grupos intensivos de aprendizaje y encuentro, y en otros muchos entornos. También tiene que contener elementos esenciales que permitan la formación y el entrenamiento de facilitadores que van a aplicar y adaptar el sistema en el ejercicio práctico de su liderazgo como coordinadores o animadores de grupos.

Es más, un sistema de facilitación de grupos no puede ser neutral ni imparcial, al contrario; el ejercicio del liderazgo institucionalizado en un grupo es sustantivamente intencional. El animador de un grupo, con su presencia, su estar y su hacer en un grupo, transmite –quíerese o no–, un acopio de valores, actitudes y conductas que son expresión del sentido que otorga a su manera de facilitar. Y bien pudiera ser que la finalidad de su estar en un grupo fuera distribuir las funciones de su propio liderazgo porque confía en la intrínseca capacidad del grupo para autorrealizarse. Y este desarrollo en relación tiene que ver con el crecimiento personal de cada uno de los miembros del grupo, con la expresión sincera de sentimientos y opiniones, con la creatividad y la eficacia que se impregna a la tarea del grupo, con la celebración lúdica y con la proyección, en fin, de los aprendizajes significativos



interiorizados desde un proceso experiencial que afecta a la totalidad de la persona como organismo.

Ha sido este descubrimiento de la intencionalidad de la intervención para ayudar a crecer en grupo consecuencia de mi propia experiencia serendíptica. Fue, en su momento, hace ya algunos años, un descubrimiento afortunado, inesperado y casual. Mi asistencia a un curso sobre “proyecto educativo” en el verano de 1980, del que me impresionó la metodología utilizada por los profesores, hizo sentirme impulsado y abierto hacia nuevas experiencias y aprendizajes. En la búsqueda, estos profesores me citaron a Carl Rogers y me sugirieron la lectura de algún libro suyo. El impacto de la lectura resultó, para mí, altamente relevante. Al cabo de unos años, en 1982, también por casualidad cuando salía de una clase de la que era alumno en la Universidad en Palma de Mallorca vislumbré, en un pequeño rincón de un tablón de anuncios, alejado del centro de los tabloneros centrales de información a los estudiantes, un cartel en el que se anunciaba la presencia de Rogers en Barcelona para facilitar un *Workshop* intercultural de comunicación con participantes de distintos países europeos. Hice lo posible, sin resultar nada fácil, para que me admitieran a este encuentro. Y, a pesar de ser el participante más joven y casi el único estudiante (las demás personas eran psicólogos, psiquiatras, sociólogos, profesores...), tuve la oportunidad y la suerte de conocer al maestro y participar de una experiencia única que me transformó como persona y significó una proyección en mi trabajo futuro como animador de grupos y profesor. Desde entonces me he dedicado con pasión al estudio, la investigación y la experiencia de facilitar y educar desde el Enfoque Centrado en la Persona propuesto por Carl Rogers.

En realidad, el Enfoque Centrado en la Persona es una orientación sencilla para la intervención en un marco relacional: profesor-alumno, terapeuta-paciente, facilitador-grupo...



y en las mismas relaciones interpersonales. Basa su hipótesis básica en la existencia de una tendencia al crecimiento en los organismos que opera siempre, si existen condiciones que favorezcan su despliegue actualizante. La direccionalidad de esta tendencia es constructiva. La determinación y la aplicación de estas condiciones necesarias y suficientes vienen configurando la investigación y la práctica de los que nos dedicamos al Enfoque Centrado en la Persona desde distintos ámbitos profesionales.

Este libro pretende ser una aportación, desde esta perspectiva, para aquellas personas cuya función sea la facilitación de grupos. Intenta sugerir dispositivos que puedan reportar orientaciones y pautas que amparen el surgimiento del potencial que un grupo, sea del tipo que sea, posee intrínsecamente; con la finalidad de impulsar el crecimiento personal, la interacción y las relaciones personales satisfactorias, el aprendizaje, la creatividad y la eficacia de la tarea del grupo.

Como sistema de facilitación, el propuesto no apunta exclusivamente a situaciones intensivas de grupo, sino también a grupos de funcionamiento ordinario en circunstancias cotidianas: una clase, un curso de formación o un equipo de trabajo. Y tampoco, como sistema global, no es una repetición mimética de los postulados ortodoxos del Enfoque Centrado en la Persona, sino que es fruto de la experiencia y la investigación, por lo que recoge algunas aportaciones que me parecen sugerentes de otras tendencias psicopedagógicas de intervención que he ido introduciendo en mi manera de facilitar.

Los primeros capítulos intentan enmarcar el sistema desde la intencionalidad y el sentido que, a partir del Enfoque Centrado en la Persona, contiene inherentemente y constituye la base filosófica que orienta su finalidad. Hablamos pues de los valores que, a nuestro juicio, son semilla de crecimiento y relación significativa.



En los capítulos tercero y cuarto sugiero una descripción del funcionamiento de los grupos como organismos, aportando un esquema interpretativo que nos ayude a comprender su estructura y sus procesos para permitirnos movernos con fluidez y acierto en nuestra presencia interventiva como facilitadores.

Los siguientes capítulos, hasta el décimo, se refieren específicamente al sistema de facilitación propuesto. Tratan, pues, de la manera de estar del facilitador, de sus actitudes, de las intervenciones, de su presencia para generar condiciones que secunden el curso de la tendencia actualizante en el grupo.

Al capítulo diez le tengo un especial cariño. Intento expresar mis temores, deseos y satisfacciones, además de algunos nuevos aprendizajes a partir de mi experiencia como facilitador. Sin duda existen todavía interrogantes a los que sólo nuevas experiencias e investigaciones podrán posibilitar una resolución más adecuada.

Los tres siguientes capítulos constituyen aportaciones de otras personas, magníficos profesionales, a quienes solicité cooperación para exponer su experiencia y aprendizaje como facilitadores de grupo que basan su intervención en las orientaciones del Enfoque Centrado en la Persona. Desde distintos ámbitos y con diversos niveles de experiencia aplican este sistema de facilitación, no de una forma cerrada y mimética, sino con matizaciones y aristas nuevas que impregnan un estilo personal de ser y estar en grupo que me ha comportado significativos aprendizajes. Con los tres he tenido actuaciones de cofacilitación y, en cada ocasión, me he sentido extraordinariamente satisfecho y gratificado tanto de compartir una tarea facilitadora como, y especialmente, de crecer personalmente merced a la relación personal que tengo la suerte de compartir con cada una de estas personas.



Les agradezco profundamente su colaboración, su presencia y su afecto.

Por último, el capítulo catorce, trata de la disposición de algunos recursos para la dinamización de grupos y contiene algunos ejercicios de dinámica de grupos, a modo de muestra, que pueden ser utilizados en determinadas situaciones grupales.

Quizá este trabajo no adolezca de oportunidad. Quisiera tener la seguridad que pueda ser útil para las personas que, de alguna forma, se dedican a la animación de grupos, al ejercicio del liderazgo institucionalizado o, simplemente, represente una lectura relativamente amena para aquellas personas inquietas que, en situación de búsqueda, deseen comprender y compartir algunos valores humanos para vivir de manera más satisfactoria porque se sienten en crecimiento. El Enfoque Centrado en la Persona puede indicarnos elementos significativos que nos encaminen en esta indagación de sentido de la vida y la acción.

Y en este estar permanentemente interrogándonos por un sentido, las sugerencias de Carl Rogers, del que acabamos de celebrar en 2002 el centenario de su nacimiento, pueden contribuir a nuestro propio crecimiento personal, a relacionarnos de manera más auténtica con los demás y a ejercer nuestra tarea desde una intención más altruista para proporcionar nuestro grano de arena en la visualización de una esperanza hacia un mundo mejor. Al final, los caminos de la revolución silenciosa, siendo frágiles, nos permiten no desechar la utopía que nos esboza el horizonte.

El XI Encuentro Latinoamericano del Enfoque Centrado en la Persona celebrado en octubre de 2002 en Socorro (Brasil), al que he tenido la oportunidad de asistir, ha significado un nuevo avance en la práctica y la investigación de las condiciones necesarias y suficientes que generan creci-



miento y aprendizaje, y ha reportado nuevos aspectos que me hacen intuir un desarrollo mayor y de más calidad de los estudios y técnicas de orientación humanista en las profesiones de ayuda. Este libro quiere ser una modesta contribución a la difusión del estilo que comporta el Enfoque Centrado en la Persona.

Quiero agradecer el sugerente encargo que me transmitió Carlos Alemany, director de la colección *Serendipity*, maestro y amigo entrañable, para que me pusiera manos a la obra.

Pero no hubiera sido posible este trabajo sin la ayuda de muchas personas que, directa o indirectamente, me han aportado su experiencia, su cooperación, su afecto y su ánimo. Permítanme mencionar algunas.

He aprendido, sobre todo de mi familia, de mi esposa Antònia y de mis hijos Maria del Mar y Joan Salvador. Con todos nuestros vaivenes procuramos convivir y comunicarnos con un estilo centrado en la persona. Nuestro grupo familiar significa para mí una experiencia intensa de relación y aprendizaje.

Deseo agradecer las contribuciones de Victoria Picó, compañera y amiga; de Jordi Juan con un sentido afecto y de Ferran Juan por el que siento un aprecio muy especial. Su inestimable ayuda en la experiencia de facilitación y en el progreso de nuestra relación personal ha sido determinante para continuar por este camino.

La colaboración de Francesc Miralles en el diseño de los esquemas que contiene este trabajo, me ha permitido, asimismo, ordenar y estructurar lo que, al principio, era sólo una masa deforme de ideas y sugerencias. Quiero mostrarle mi gratitud y mi afecto.

Desearía expresar, por otra parte, un reconocimiento sincero a Claudio Rud, Matías Preindlsberg, Manuel Artiles, Elena Frezza, Osvaldo Cassoli, Lidia Fogliati y Viviana Rey



de Argentina; a Alberto Segrera, José Jesús de Anda y Dora Gómez de México; a Ivana Rizvi, Raquel Wrona, Jaime Roy, Elias Boainain Jr. y Alfonso Lisboa da Fonseca de Brasil; a Brauny Bogantes de Costa Rica; a Robert Lee de Estados Unidos y a tantas otras personas que me han hecho un lugar en la comunidad del Enfoque Centrado en la Persona.

Al grupo español de *focusing* del The Focusing Institute les agradezco su apoyo sincero y tantos momentos de compartir vivencias e inquietudes que me hacen sentir persona en crecimiento.

A la “Escola de l’Esplai” y la Fundación “Esplai” de Mallorca, que me han facilitado espacios de formación y de experiencia, y me han aportado muchos recursos para la investigación y la práctica de la dinámica de grupos, les debo haber podido disponer de un lugar para aplicar profesionalmente los postulados del Enfoque Centrado en la Persona.

A los Centros de Formación Permanente del Profesorado de las Islas Baleares les agradezco su confianza en los cursos que impartimos con orientación humanista a partir de las aportaciones del Enfoque Centrado en la Persona.

Al Instituto de Interacción y Dinámica Personal de Madrid, a Casabierta de Buenos Aires, al Center for Studies of the Person de La Jolla, al The Focusing Institute de Nueva York, quiero agradecerles la formación recibida y la disposición de materiales para la investigación.

Y agradezco –¿cómo no?– a todos los participantes y alumnos en los grupos y cursos de los que he sido facilitador o profesor, su presencia y su coraje, sin ellos hubiera sido imposible avanzar por este camino.

Por último permítanme una única dedicatoria, a Carl R. Rogers, *in memoriam*, por su calidez humana y su sustancial aportación. Siempre seguirá siendo mi maestro.



1

UN ENFOQUE PARA CRECER

“He descubierto una manera de trabajar con los individuos que parece tener una gran potencialidad constructiva”.

(Carl R. Rogers)

La enseñanza, la educación social, la animación sociocultural, el mismo trabajo de dirección de recursos humanos en las empresas y todos aquellos aspectos de la psicología social que se refieren al trabajo en grupo como elemento significativo de eficacia productiva; están inmersos, en los albores del nuevo milenio, en una búsqueda incesante de nuevos métodos y nuevas orientaciones que les permita, en una situación de perplejidad, ya no sólo sobrevivir, sino transformarse para influir con mayor fuerza y decisión al crecimiento de las personas y a una mejor eficacia en aquellas intenciones que cada ámbito pretende.

Todos estos ámbitos –llamémosles socioeducativos– se caracterizan por el carácter grupal de la intervención. Un aula con un maestro, un grupo de profesores coordinados por su director, un grupo de educadores con su responsable o animador, un directivo con los trabajadores de un departa-



mento; constituyen situaciones en las que se establece un determinado clima que pretendemos sea, al menos, productivo y eficaz.

Éste es, ciertamente, uno de los mayores retos del trabajo socioeducativo: conseguir una mayor eficacia en los grupos, no tanto para evitar los vaivenes de un fracaso, como para impulsar unos mejores resultados de su acción. Se trata, en fin, de buscar un sistema de facilitación para hacerlo posible.

Facilitar un grupo no es una tarea fácil. Mucho menos si en nuestra intencionalidad facilitadora deseamos el crecimiento de las personas y el desarrollo de la capacidad creativa del propio grupo. En mi experiencia como profesor y facilitador de grupos he podido aprender que sólo desde ahí, desde la motivación que promueve la autosatisfacción del estar en relación y en proceso de crecimiento, es posible la eficacia, una eficacia creativa que autogenera movimiento y acción.

Desde que descubrí el “Enfoque Centrado en la Persona”, iniciado por Carl R. Rogers, he podido aprender y vivir que, a pesar de las incontrolables dificultades que entraña el trabajo grupal, es posible y gratificante participar en una experiencia relacional que promueva el crecimiento personal, genere unas relaciones interpersonales más auténticas y satisfactorias, e impulse eficazmente una tarea más creativa.

Y sin embargo no hay recetas mágicas. Ni siquiera el mismo Carl R. Rogers, desde una orientación psicoterapéutica, tuvo la oportunidad de adecuar su orientación y su método de manera operativa a la facilitación grupal –al margen de su aplicación a los denominados grupos de encuentro– y, tampoco, desde los distintos sectores de profesionales del “Enfoque Centrado en la Persona”, existe un acuerdo fundamental, a modo de doctrina contrastada, que funcione como instrumento consensuado de intervención en el ámbito socioeducativo y de animación de grupos.

