

## CAMBIO CONCEPTUAL EN LOS GRUPOS DE CRECIMIENTO PERSONAL: UN ESTUDIO DE CASO

### CONCEPTUAL CHANGE IN PERSONAL DEVELOPMENT GROUPS: A CASE STUDY

MÓNICA RODRÍGUEZ-ZAFRA<sup>1</sup>, GUILLERMO GIL-ESCUDERO<sup>1</sup>,  
JUAN CARLOS CENICEROS-ESTÉVEZ<sup>2</sup> Y  
ANTONIA MARTIN-SÁNCHEZ<sup>2</sup>

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Rodríguez-Zafra, M., Gil-Escudero, G. Cenicerros-Estévez, J. C. y Martin-Sánchez, A. (2019). Cambio Conceptual en los Grupos de Crecimiento Personal: Un estudio de caso [Conceptual Change in Personal Development Groups: A Case Study]. *Acción Psicológica*, 16(2), 73–90. <https://doi.org/10.5944/ap.16.2.25204>

### Resumen

Este estudio presenta el análisis de un caso como ejemplo de la utilización del Diferencial Semántico (DS) para la evaluación de los cambios de significado y de su estructura en casos individuales en contextos psicoterapéuticos. Este trabajo supone una ampliación del estudio previo (Gil Escudero y Rodríguez Zafra, 2012) en el que se presentaron los resultados sobre la eficacia de los Grupos de Crecimiento Personal (GCP) para contribuir al cambio del significado de algunos conceptos psicológicos centrales de los participantes en estos grupos. Estos cambios de significado se consideran como indicadores de

los cambios emocionales, actitudinales y cognitivos, que se producen habitualmente como resultado de la participación en estas experiencias intensivas de grupo. El análisis conjunto de los datos del caso, indica que, tras la participación en la experiencia intensiva de grupo se valora en mayor medida el Yo y se considera como más benigno, sereno, con mayor bienestar subjetivo, más fuerte y dinámico, se percibe el Grupo como más positivo al considerarlo mejor y más valioso, más comunicativo y afectivo, más fuerte y dinámico, y más íntegro y auténtico; se valora más positivamente la Vida percibiéndose como más buena y valiosa, más auténtica y con mayor bienestar. No se encontraron cambios suficientemente significativos de los promedios del conjunto de participantes en los GCP

**Correspondence address [Dirección para correspondencia]:** Mónica Rodríguez Zafra. Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), España.

**Email:** [mrodriguez@psi.uned.es](mailto:mrodriguez@psi.uned.es)

<sup>1</sup> Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), España.

<sup>2</sup> ESCUNI, España.

Recibido: 8 de marzo de 2018.

Aceptado: 23 de abril de 2018.

en la valoración de la Madre y el Padre. En general, se produce una mejoría general del estado de ánimo que se refleja en el aumento global de los promedios de respuesta al conjunto del DS.

**Palabras clave:** Grupos de crecimiento personal; Cambio conceptual; Diferencial semántico; Eficacia terapéutica.

### Abstract

This study presents a case analysis as an exemplification of using the Semantic Differential (DS) for the assessment of the changes of meaning and its structure in individual cases in therapeutic contexts. This work entails an extension of the previous study (Gil Escudero y Rodríguez Zafra, 2012) where results about the efficiency of Personal Development Groups (PGG) to the change of meaning of some main psychological concepts of participants in these groups were presented. These changes of meaning are considered as indicators of the emotional, attitudinal and cognitive changes that usually turn out as a result of the participation in such intensive group experiences. The joint analysis of the case data indicates that, after participation in the intensive group experience, the I is valued more and is considered as more benign, serene, with greater subjective well-being, stronger and more dynamic, the perception is perceived. Group as more positive when considering it better and more valuable, more communicative and affective, stronger and more dynamic, and more complete and authentic; Life is valued more positively, perceiving itself as more good and valuable, more authentic and with greater well-being. No sufficiently significant changes were found in the averages of the group of participants in the CPG in the evaluation of the Mother and the Father. In general, there is a general improvement in mood that is reflected in the overall increase in the average response to the DS as a whole.

**Keywords:** Personal development groups; Meaning concepts; Semantic differential; Therapeutic efficacy.

## Introducción

### *Los Grupos de Crecimiento Personal (GCP)*

Los GCP consisten en experiencias intensivas de grupo de varios días de duración diseñadas con el objetivo de mejorar la relación de las personas consigo mismas y con los demás. Estas experiencias promueven el desarrollo personal al ayudar a los individuos a ser conscientes de las propias sensaciones, emociones, sentimientos y pensamientos, con el propósito de lograr una mejora de la comprensión de sí mismo y de los otros, así como del modo en que cada persona se relaciona con los demás y de los efectos que este estilo de vinculación tiene sobre sus relaciones interpersonales. Estos trabajos en grupo están orientados a favorecer cambios personales significativos y estables que supongan un desarrollo y crecimiento positivo que conduzca a un mayor equilibrio psicológico y emocional. Los cambios pueden producirse en los ámbitos de la conducta, de las actitudes, del estilo de vida, del grado de realización de sí mismo, de las relaciones con el propio sí mismo y con los otros, de la relación con la naturaleza y con el propio ser físico, o de la manera de “estar en el mundo”.

### *Origen*

Los GCP tienen su origen en los diversos tipos de grupos y actividades de grupo que se iniciaron y desarrollaron durante las décadas de 1950 y 1960, bajo múltiples nombres, formas y orientaciones. Los Grupos de Entrenamiento de Habilidades Básicas, los Grupos de (Adiestramiento en) Relaciones Humanas, los Grupos-T (Training groups), los Laboratorios de Relaciones Humanas, las Dinámicas de Grupo, los Grupos de Encuentro, los Grupos de Encuentro Básico, los Grupos de Encuentro Abierto, los Grupos de Potencial Humano, las Experiencias Intensivas de Grupo, los Grupos de Desarrollo Personal, los Grupos de Experiencia, los Grupos de Consciencia Sensorial, los Grupos de Entrenamiento de la Sensibilidad (Sensitivity training groups), los Grupos Gestalt y los Grupos Maratón, entre otros, fueron los precursores de los GCP que han incorporado muchos de los conocimientos y experiencias adquiridos en estas variedades del trabajo personal intensivo en grupo. Para un conocimiento más deta-

llado de las características y desarrollo de los antecedentes de los GCP ver Bradford, Gibb y Benne, 1964; Stoller, 1968b; Rogers, 1970; Lakin, 1971; Schutz, 1971, 1973; Back, 1972; Shaffer y Galinsky, 1974; Yalom, 1975; y Egan, 1976.

Se puede considerar que los GCP actuales se han conformado fundamentalmente incorporando las ideas centrales, objetivos y métodos de cuatro fuentes principales:

En primer lugar, la aportación del trabajo del National Training Laboratory (NTL). La idea central que subyacía a los primeros grupos del NTL era la de que los métodos para cambiar las actitudes solamente son eficaces si los interesados tienen la oportunidad de descubrir los efectos dañinos que causa su conducta habitual, por lo que, a partir de entonces, un objetivo especialmente importante del trabajo en grupos es el de ayudar a los individuos a observar cómo lo perciben los otros.

En segundo lugar, la aportación de la psicología humanista, especialmente a través de la influencia de Carl Rogers y su enfoque psicoterapéutico centrado en la persona. (Rogers, 1970).

En tercer lugar, la aportación de los “grupos maratón” que tuvieron su origen en el campo de la psicología clínica como una forma peculiar de la psicoterapia de grupo que se caracterizaba por la duración continua y extendida de las sesiones, que producía una disminución de las defensas psicológicas y un aumento de la intensidad de las relaciones interpersonales, lo que facilitaba y aceleraba los procesos terapéuticos (Bach, 1954, 1966, 1967a, 1967b, 1967c; Mintz, 1967, 1971; Stoller, 1967, 1968a, 1968b).

Por último, la aportación más relevante para los GCP actuales fue la de William Schutz (1963, 1967, 1971, 1973, 1979, 1984, 1989, 1994) que organizó de modo sistemático “grupos de encuentro abierto” que incluían las aportaciones de la psicología humanista, de los grupos del NTL, de los grupos de encuentro básico de Rogers y de los grupos maratón, a los que les añadió un componente corporal muy significativo –mediante técnicas terapéuticas de carácter físico, tanto occidentales como orientales, tales como la bioenergética, el rolfing, los masajes, el tai-chi, etc...–, así como elementos de orígenes muy diversos –

meditación, psicodrama, teatro, música y arte, etc...– junto con algún añadido lúdico, de los que carecían las aportaciones previas. Además, por influencia de la psicoterapia gestalt, estos grupos de encuentro abierto incorporaron una orientación centrada en “el aquí y el ahora” e incluyeron gran parte de los principios, técnicas y estilo de esta orientación psicoterapéutica. El enfoque de Schutz se caracterizó por su continua flexibilidad, experimentación e innovación.

### *Características*

Los GCP tienen básicamente un carácter vivencial y no académico. La duración de estas experiencias intensivas de grupo suele estar limitada a alrededor de cinco días en las que los participantes conviven en régimen de internado en un entorno propicio para la interacción interpersonal, el análisis y la reflexión personal. Proporcionan la oportunidad de establecer nuevas relaciones personales con personas en principio desconocidas –y que no tienen una percepción condicionada por circunstancias familiares, laborales o de relación previa– y analizarlas en busca de claves que ayuden a comprender las dificultades interpersonales de los participantes. A lo largo de la experiencia estos grupos actúan como una réplica –en pequeña escala– del entramado social en el que viven las personas, por lo que constituyen un escenario privilegiado para ensayar nuevos comportamientos, modos de actuación y actitudes que pueden ser extrapolados más adelante al contexto de la vida cotidiana de los participantes.

Los GCP están dirigidos fundamentalmente a las personas interesadas en el propio crecimiento personal y en la mejora de sus relaciones personales, y son especialmente eficaces con personas que tienen problemas vitales normales en algún área de su vida, especialmente en el ámbito de las relaciones humanas, bien de pareja, familiares o paterno-filiales, o en el ámbito social y laboral. Son un elemento característico de muchas formaciones en psicoterapia y consejo psicológico que consideran que el desarrollo personal es un elemento vital para la formación de psicoterapeutas competentes (Rose, 2008).

Aunque pueda parecer paradójico, el enfoque del crecimiento personal en grupo facilita el logro de metas de cambio individuales al aunar las experiencias emocionales

con la reflexión cognitiva en un ambiente enriquecido de interacción y comunicación interpersonal, en el que las personas del grupo aportan información, comprensión y apoyo a cada uno de los participantes.

### *Evaluación de la eficacia*

En las primeras décadas de la existencia de las experiencias intensivas de grupo se generó un gran interés por investigar sus efectos y características, interés que se moderó con el paso del tiempo. Al principio de los años 70, Gibb (1970) analizó aproximadamente 250 investigaciones sobre el trabajo intensivo con grupos y concluyó que, en su conjunto, los resultados indicaban contundentemente su eficacia terapéutica, a la vez que se producía una mejora de la sensibilidad personal, de la aptitud para manejar los sentimientos, de la motivación, y de las actitudes hacia uno mismo y hacia los demás, entre otras variables estudiadas. Más tarde, Lieberman, Yalom and Miles (1973) llevaron a cabo una investigación muy completa sobre la eficacia de los GCP a la vez que compararon diversos estilos de realización de los mismos: grupos-T, grupos de encuentro o grupos de desarrollo personal, grupos Gestalt, grupos de consciencia sensorial, grupos analíticos transaccionales, grupos de psicodrama, grupos Synanon, grupos de experiencias orientados psicoanalíticamente y grupos maratón. Asimismo, en el estudio previo (Gil y Rodríguez Zafra, 2012) a este trabajo se puso de manifiesto la capacidad e intensidad con la que los GCP contribuyen al cambio conceptual de los participantes en estas experiencias.

En su conjunto la investigación muestra que los grupos influyen significativamente para el cambio positivo y que el mantenimiento del cambio a lo largo del tiempo es elevado. Por otro lado, muestran que la combinación de una adecuada estimulación emocional con una estructuración cognitiva que otorgue sentido y explique la conducta es esencial para que los grupos de crecimiento personal sean eficaces.

### *Planteamiento de la investigación*

El objetivo del estudio es analizar a nivel individual, mediante el estudio de un caso, el cambio de los significados connotativos promovido por la participación en los

GCP. Se mide el significado de cinco conceptos esenciales (Yo, Grupo, Madre, Padre y Vida), como indicadores del cambio terapéutico, utilizando una prueba específica de DS diseñada ad hoc para este estudio con pares de adjetivos relevantes para la evaluación del cambio psicoterapéutico. Para ello, se utilizan los datos de uno de los participantes en los GCP organizados por el Centro Abierto Tomillo (CAT) de la fundación Tomillo ([www.tomillo.es](http://www.tomillo.es)).

Se plantea la hipótesis de que –como resultado de la participación en los GCP– se encontrarán diferencias significativas entre el inicio y la conclusión de la experiencia grupal en cuanto a la intensidad y estructura de las respuestas del sujeto a diferentes pares de adjetivos del DS en función de los conceptos evaluados, así como en cuanto a la valoración de las dimensiones o factores del significado subyacentes..

## **Método**

### *Participantes*

El sujeto del estudio fue uno de los participantes en un Grupo de Crecimiento Personal, seleccionado de la muestra del estudio principal de 99 sujetos.

### *Procedimiento*

#### *Diseño*

El diseño experimental para el análisis de los cambios de significado en los GCP es un estudio estándar pre-post con medidas repetidas.

### *Materiales*

Se utilizó para el estudio un diferencial semántico –DS– ad hoc que se aplicó inmediatamente después de la bienvenida al GCP y antes de iniciar las actividades del mismo, como pre-test, y tras la finalización de las actividades del GCP, como post-test. Los pares de adjetivos se seleccionaron teniendo en cuenta los pares habitualmente utilizados en el DS estándar y las observaciones metodo-

lógicas y pares de adjetivos de Aiken (1965), Hartley (1968) y Mills (1970), que consideran su relevancia para la valoración del cambio psicoterapéutico. Con estas escalas bipolares se evaluó el significado connotativo de cinco conceptos (Yo, El Grupo, Mi Madre, Mi Padre, La Vida). En Gil y Rodríguez Zafra (2012) se incluye el instrumento DS utilizado.

### ***Tratamiento***

Los GCP tuvieron una duración de cinco días con alrededor de 70 horas de convivencia entre los participantes. En los GCP hubo alrededor de 40 horas de actividades programadas, distribuidas en aproximadamente 19 horas de actividades en las que participaron conjuntamente todos los participantes –denominadas actividades de grupo grande– que en los grupos organizados por el CAT incluyeron 6 horas de trabajo corporal, y 21 horas de reuniones en pequeños grupos.

En los GCP organizados por el CAT las sesiones de grupo pequeño estuvieron facilitadas por dos psicoterapeutas en régimen de coterapia simétrica, mientras que en los grupos organizados por el IIDP cada grupo estuvo facilitado por un único psicoterapeuta. En ambos casos se incluyeron psicoterapeutas observadores que realizaron funciones de apoyo a los psicoterapeutas responsables de los grupos. Los pequeños grupos se desarrollaron como grupo “en vacío”, es decir, sin un tema predeterminado en el que se tratan y elaboran las vivencias personales aportadas por los participantes.

Las experiencias –o ejercicios– realizadas en el grupo completo siempre incluyen un componente inicial de toma de conciencia corporal y personal –habitualmente algún proceso de relajación estándar que ayuda a la concentración en la vivencia personal y/o grupal–, y un componente de reflexión, bien a lo largo del ejercicio o bien en su conclusión. Más de dos terceras partes de estas experiencias en el grupo grande tienen básicamente un carácter no verbal que permite a los participantes conocerse desde otro tipo de vivencias menos mediadas por el lenguaje y compensa la predominancia verbal del trabajo en los grupos pequeños. Muchas de estas experiencias comparten elementos de establecimiento de confianza, de construcción

de equipo, de relación interpersonal o de reflexión –unos enfatizando la reflexión intra-personal o la auto-observación y otros haciendo hincapié en la reflexión interpersonal o grupal–. Las experiencias fundamentalmente corporales incluidas en los grupos organizados por el CAT se realizaron en sesiones de aproximadamente 45 minutos al inicio de cada día y en una sesión de 4 horas dedicada específicamente al trabajo corporal con un enfoque bioenergético..

### **Resultados**

#### ***Análisis generales del conjunto del grupo***

Para valorar en su contexto los resultados del caso individual que se presentan en este trabajo deben tenerse en cuenta los resultados obtenidos en el conjunto del grupo que se presentaron detalladamente en Gil Escudero y Rodríguez Zafra (2012: <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/686>) en cuanto al cambio en la intensidad y dirección del significado de los conceptos. En resumen, tras la experiencia del GCP, el concepto del YO se percibe positivamente como más benigno, fuerte, dinámico, comunicativo, afectivo y sereno; el GRUPO se valora además de con estos rasgos como más íntegro y auténtico; la VIDA se evalúa como más benigna, serena, íntegra y auténtica, y con mayor bienestar.

#### ***Análisis de un caso***

Adicionalmente a la utilidad del DS como instrumento de medida del cambio psicoterapéutico del grupo en su conjunto, el DS proporciona un instrumento útil para el seguimiento y valoración del cambio psicoterapéutico individual, no contaminado por la tendencia de los pacientes a mantener la consistencia de sus respuestas ya que no les resulta posible recordar en el post-test la gran cantidad de respuestas que se les solicita en la prueba del DS en el pre-test (en este caso, respuestas a 30 pares de adjetivos relacionados con cinco conceptos lo que supone un total de 150 respuestas).

Para ejemplificar el análisis de un caso individual se ha elegido el caso con mayor cambio en el DS entre el inicio del GCP y su finalización. Además, en este caso el cambio en los significados de los cinco conceptos es de naturaleza algo diferente al cambio promedio del grupo, dado que se producen cambios relevantes tanto en el concepto de «Madre» como de «Padre». Por otro lado, se observa una mejora en la valoración de los conceptos «Yo», «Grupo» y «Vida» que es coincidente con los resultados del grupo en su conjunto. El caso analizado centró su trabajo personal en el grupo pequeño a lo largo del GCP en el análisis de las relaciones con sus padres.

El incremento medio de las respuestas acumuladas de este participante individual a los cinco conceptos y 30 pares de adjetivos fue de 1.94 puntos frente al 0.45 de media de los 99 participantes en los GCP, con datos en el pre-test y en el post-test, lo que supone un incremento más de cuatro veces superior. Los resultados muestran una mejoría en los cinco conceptos produciéndose los mayores cambios en los conceptos «Vida», «Yo», «Padre» y «Grupo», con el menor cambio en cuanto al concepto «Madre».

El incremento entre el pre-test y el post-test del promedio de sus respuestas a los conceptos «Yo», «Grupo», «Madre», «Padre» y «Vida» fue respectivamente de 2,30, 1,93, 0,73, 2,10 y 2,63 puntos, frente a los 0,65, 0,92, 0,14, 0,03 y 0,52 del promedio de los 99 sujetos. Destaca en estos datos el cambio en el concepto «Padre» ya que el incremento positivo es igual a 77 veces el incremento promedio de los participantes en este concepto que, como mostraron los resultados anteriores referidos al promedio de los participantes, no resultó significativo. En este caso el concepto que sufre menos cambio entre el inicio y finalización del GCP es el concepto «Madre»; aunque, no obstante, este incremento es también superior en más de cinco veces al incremento promedio del grupo en este concepto. La valoración promedio del resto de conceptos –«Yo», «Grupo» y «Vida»– también se incrementó en este caso individual en algo más de tres veces, dos veces y cinco veces en relación con el incremento promedio del resto de los sujetos.

La Figura 1 presenta el promedio de la valoración en este caso individual de los cinco conceptos en el pre-test y el post-test. Se observa en el gráfico cómo cambia el pa-

trón de valoración de los cinco conceptos entre el pre-test y el post-test ( $r = -.38$ ) al pasar de ser el concepto «Madre» el más valorado al inicio del GCP al menos valorado a su finalización, mientras que el concepto «Vida», escasamente valorado al inicio del GCP, pasa a ser el más valorado de los cinco conceptos y el concepto de «Padre» experimenta una mejora muy significativa, junto con los conceptos «Yo» y «Grupo».

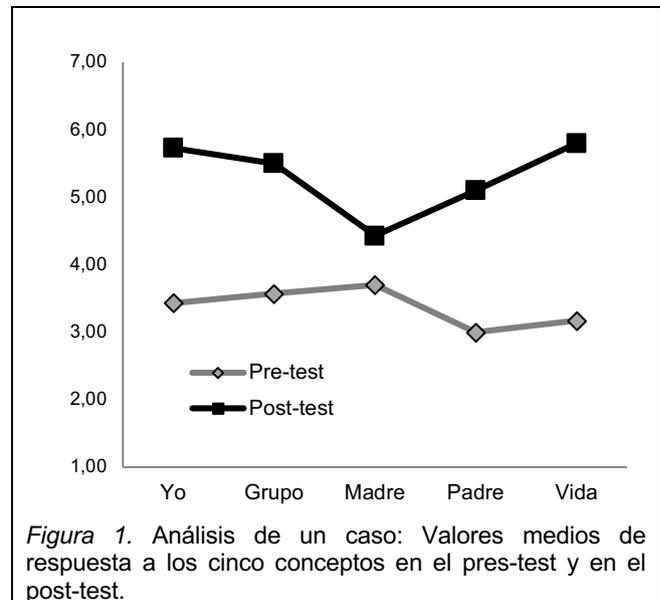
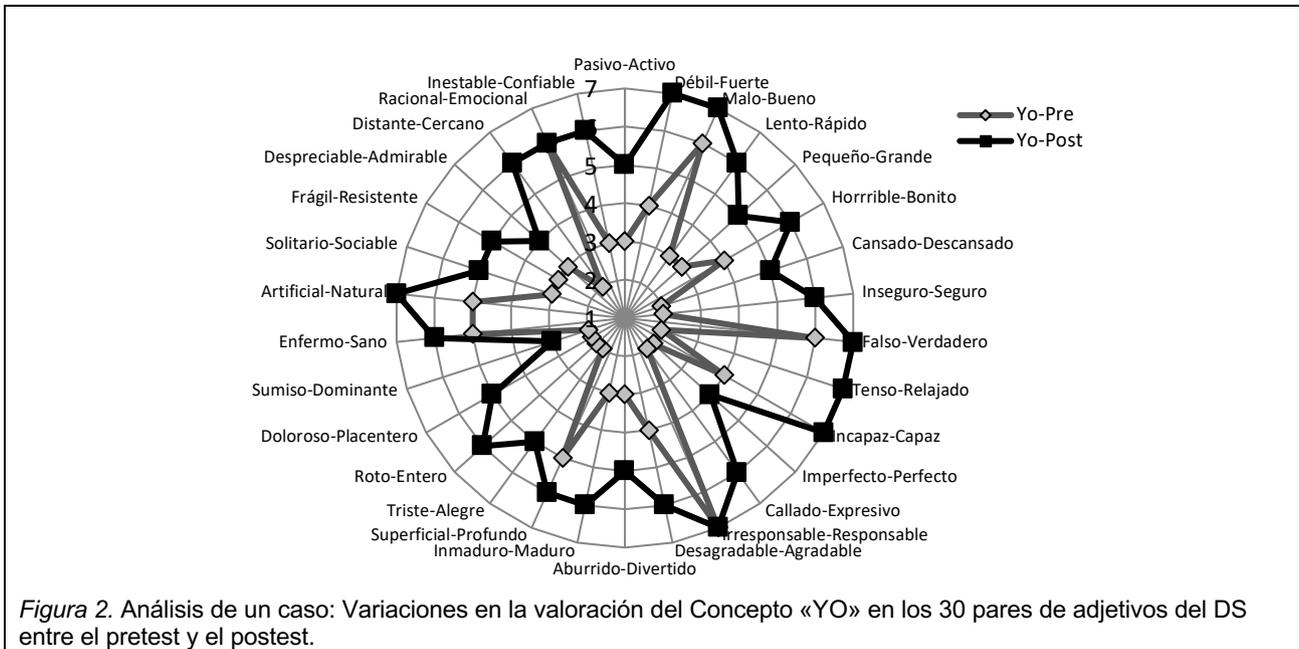


Figura 1. Análisis de un caso: Valores medios de respuesta a los cinco conceptos en el pre-test y en el post-test.

Las Figuras 2, 5, 7 Y 9 muestran las 30 respuestas de este participante a cada uno de los conceptos evaluados en el pre-test y en el post-test, mientras que las Figuras 3, 4, 6, 8 Y 10 presentan las puntuaciones factoriales en los cinco factores derivadas de sus respuestas a los cinco conceptos evaluados.

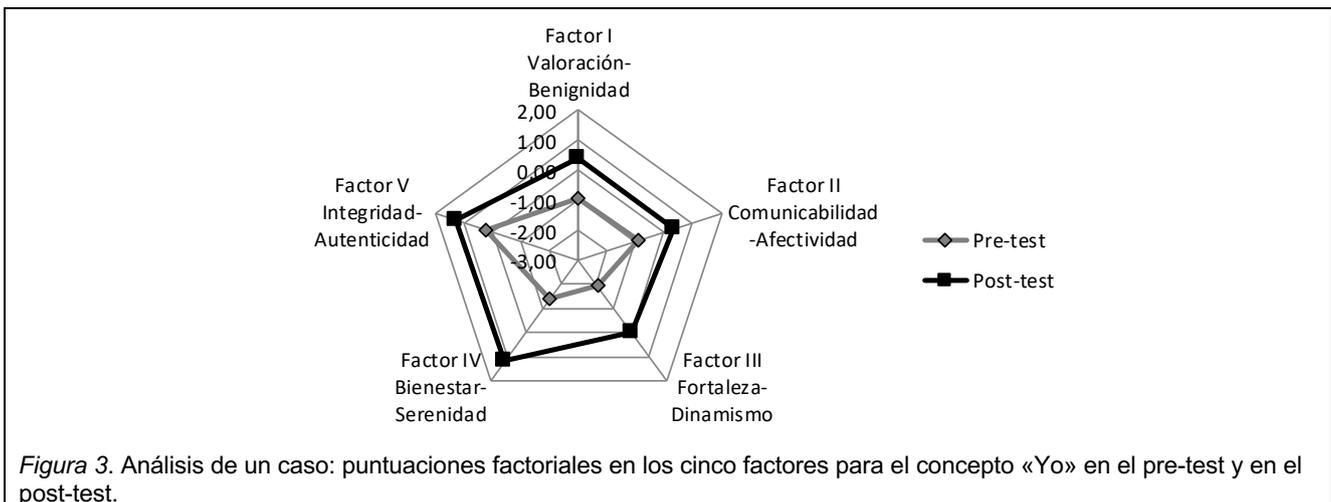
En relación con el concepto «Yo», las variaciones más importantes –de tres puntos o más– se producen en 13 pares de adjetivos, variando cinco de ellos 4 puntos o más (Figura 2). Como consecuencia de estas variaciones en las respuestas a los pares de adjetivos del DS las puntuaciones factoriales de los cinco factores se incrementan positivamente y de modo especial en los factores IV (Bienestar-Serenidad) y II (Fortaleza-Dinamismo). Aunque la estructura del significado del concepto varía entre los dos mo-



mentos de medida del concepto debido a estos cambios el grado de cambio es moderado, ( $r = .60$  entre el pre-test y el post-test) en relación con los otros cuatro conceptos (Figura 11).

Para el concepto «Grupo» la valoración se incrementa 3 puntos en cuatro pares de adjetivos y 4 o más puntos en otros seis, concentrándose estos cambios en los pares de

adjetivos que definen los factores II (Fortaleza-Dinamismo) y III (Comunicabilidad-Afectividad). Este cambio en la valoración se refleja en una mejoría de las puntuaciones factoriales, excepto en el factor V (Integridad-Authenticidad) –que ya presentaba una buena valoración en el pre-test–. Como en el caso del concepto «Yo», se ha producido una variación en la estructura del significado, algo menor que en el caso anterior, habiendo una correlación



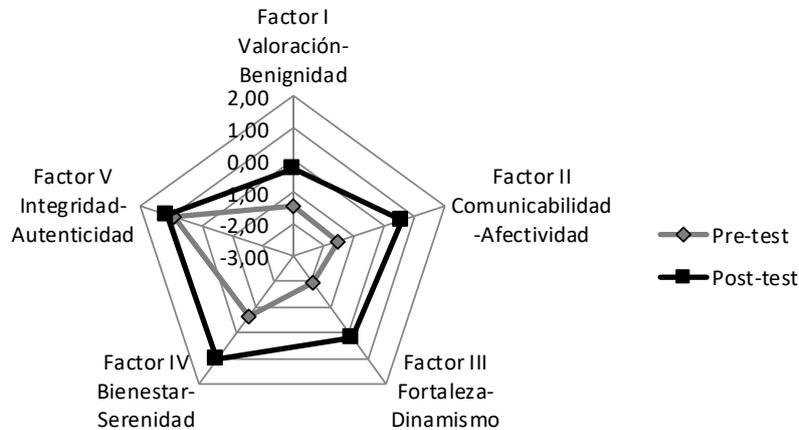


Figura 4. Análisis de un caso: Puntuaciones factoriales en los cinco factores para el concepto «Grupo» en el pre-test y en el post-test.

entre moderada y alta ( $r = .71$ ) entre las respuestas del pre-test y del post-test (Figura 3).

El concepto «Madre» es el que varía en menor grado entre el inicio del GCP y su conclusión dado que únicamente la respuesta al par de adjetivos «Malo-Bueno» se incrementa en 4 puntos, y las respuestas a cuatro pares mejoran en 3 puntos; adicionalmente, se produce un decremento de 3 puntos en la valoración en el par

Aburrido-Divertido. La Figura 15 muestra como para este concepto la mejoría de las puntuaciones es muy leve en su conjunto mientras que se produce un cambio notable en la estructura de significado del concepto al disminuir la valoración del concepto «Madre» en el factor II (Fortaleza-Dinamismo) y aumentar ligeramente en los factores V (Integridad-Autenticidad) y I (Valoración-Benignidad). La

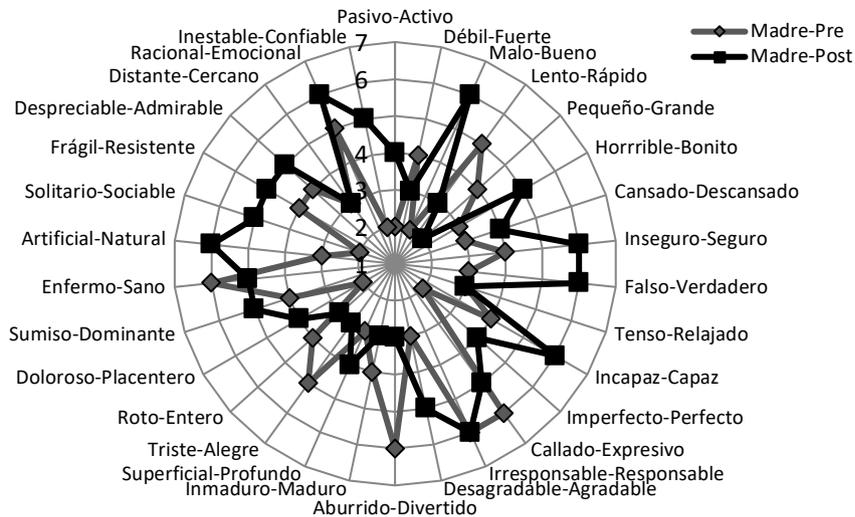


Figura 5. Análisis de un caso: Variaciones en la valoración del Concepto «MADRE» en los 30 pares de adjetivos del DS entre el pretest y el postest.

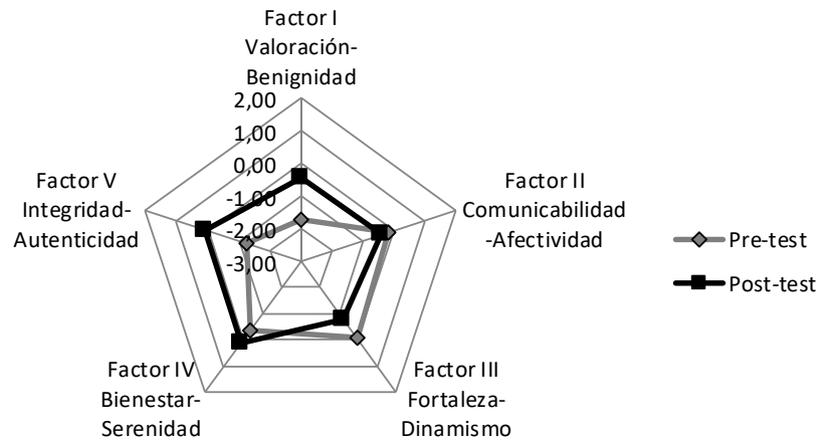


Figura 6. Análisis de un caso: Puntuaciones factoriales en los cinco factores para el concepto «MADRE» en el pre-test y en en el post-test.

prácticamente inexistente correlación ( $r = -.11$ ) entre las respuestas del pre-test y el post-test señalan un grado importante de cambio en la estructura del significado del concepto «Madre» para este caso individual (Figura 13).

De modo diferente a la mayoría del resto de los casos, la valoración del concepto «Padre» se incrementa de modo

notorio en 3 puntos o más en 12 de los pares de adjetivos del DS, siendo la variación en nueve de ellos de cuatro puntos o más –de los que cinco de ellos conforman el factor III (Fortaleza-Dinamismo)–. La representación de las puntuaciones factoriales en el pre-test y post-test del gráfico 7 pone de manifiesto que no hay variación en cuanto al factor III (Comunicabilidad-Afectividad)

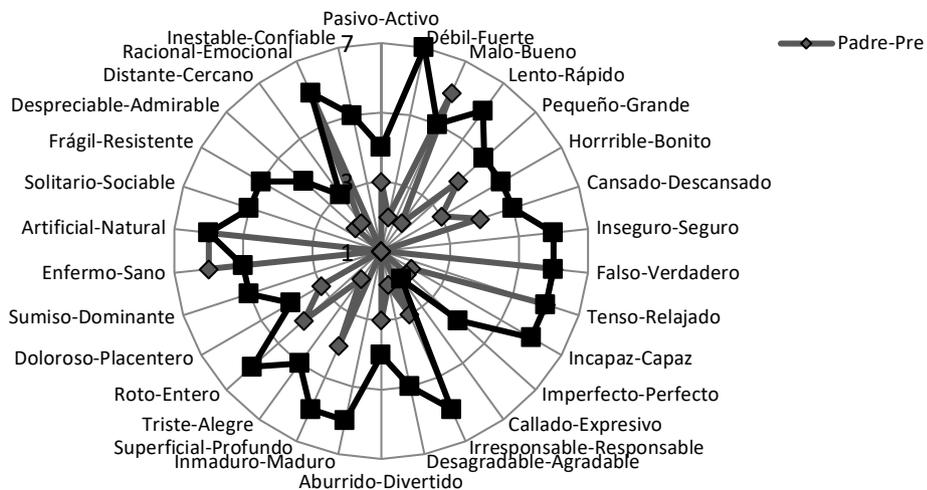
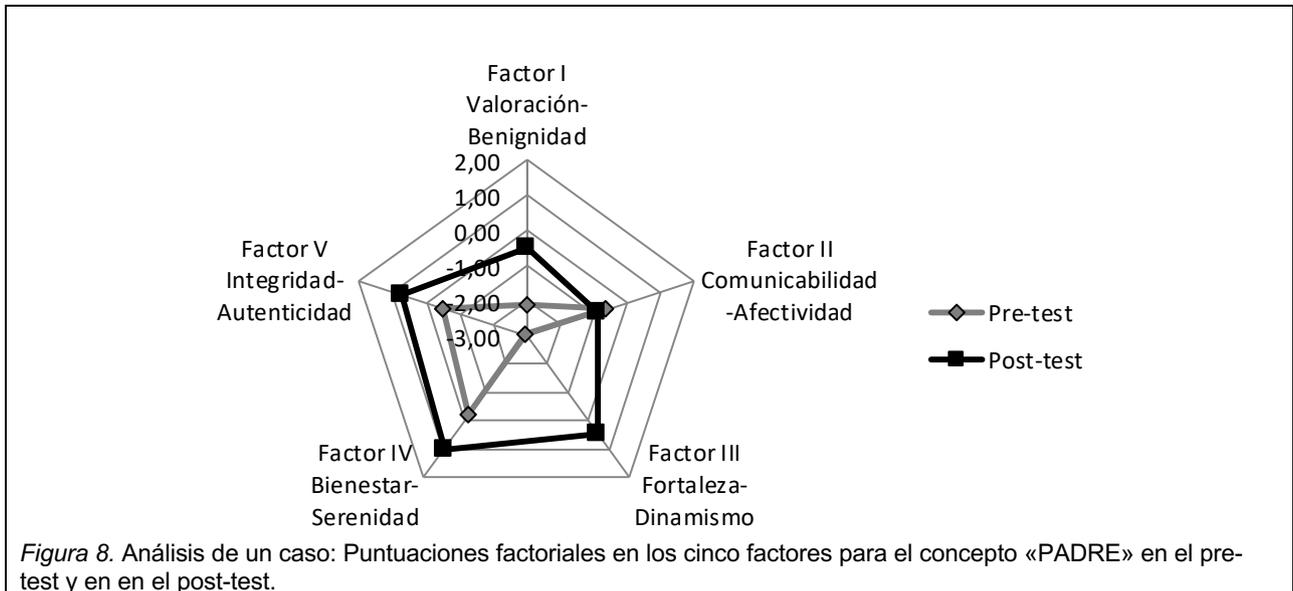
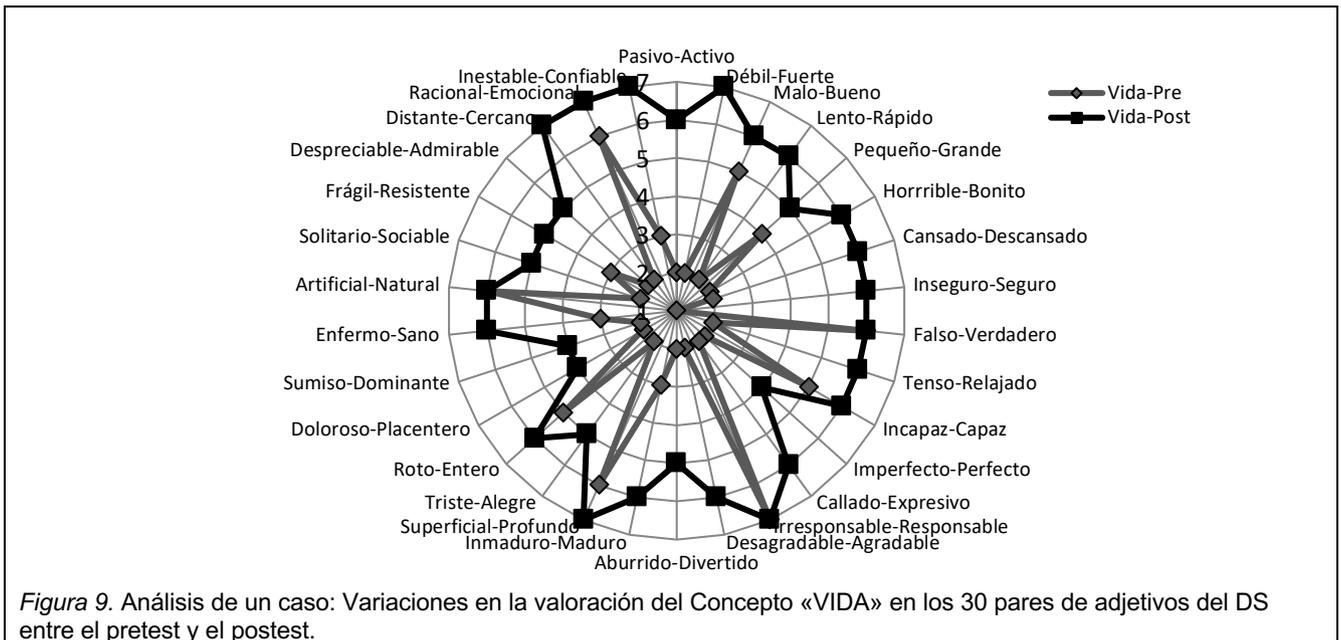


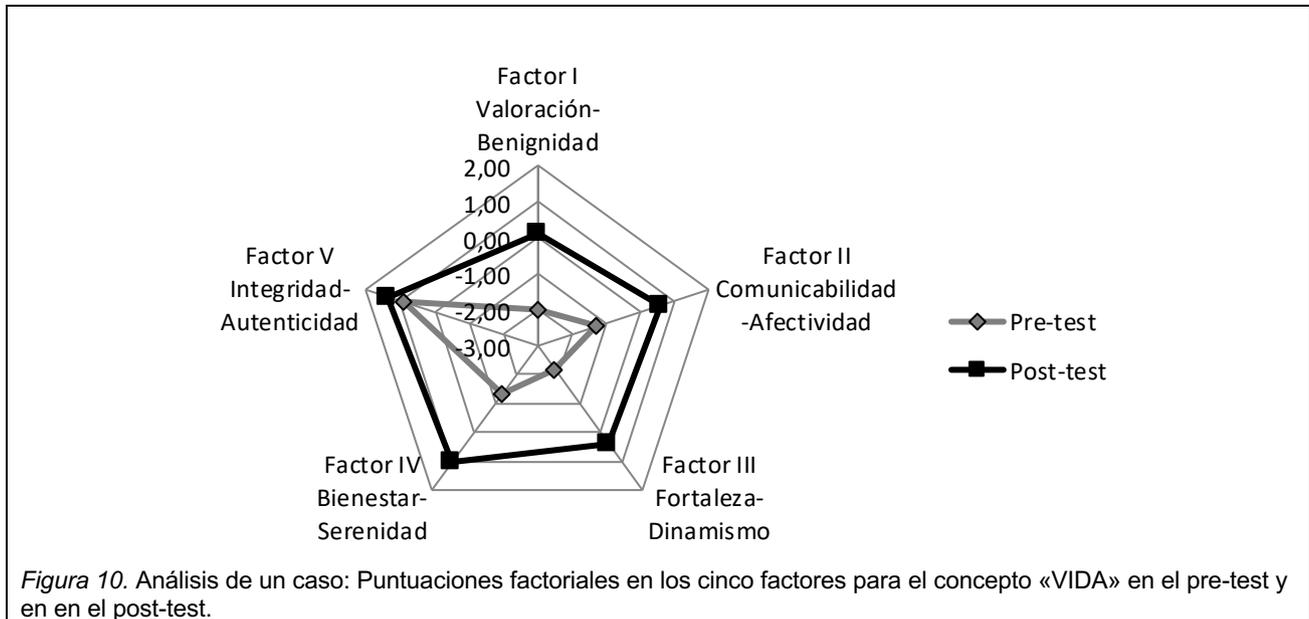
Figura 7. Análisis de un caso: Variaciones en la valoración del Concepto «PADRE» en los 30 pares de adjetivos del DS entre el pretest y el posttest.



mientras que se observa un cambio muy significativo en el factor II (Fortaleza-Dinamismo), a la vez que se produce una mejoría moderada en los otros tres factores. Este cambio de valoración de los adjetivos, y consecuentemente en las puntuaciones factoriales, indica

una notable variación en la estructura del significado de «Padre» –siendo la correlación entre la estructura inicial y la estructura al final del GCP ( $r = .26$ ) bastante baja– a la vez que se produce una notoria revalorización general del concepto de «Padre» en este caso individual.





Por último, en relación con el concepto «Vida», se incrementa notablemente su valoración en 17 pares de adjetivos, de ellos 11 con un incremento de 4 puntos o más. Las puntuaciones factoriales derivadas para los cinco factores, indican que no se producen cambios con respecto al factor V (Integridad-Autenticidad), que el cambio es positivo y moderado para el factor III (Comunicabilidad-Afectividad) y que se producen cambios positivos muy notorios en la valoración resultante de los factores I (Valoración-Benignidad), II (Fortaleza-Dinamismo) y IV (Bienestar-Serenidad). La correlación entre las respuestas al pre-test y el post-test ( $r = .88$ ) pone de manifiesto que para este sujeto concreto es la estructura que tiene un menor grado de cambio.

En síntesis, en este caso particular, se modificaron al final de la experiencia de grupo en comparación con su inicio las valoraciones de:

- (1) el propio concepto del Yo, al percibirse como más valioso, bueno, fuerte y dinámico;
- (2) el concepto del Grupo, al valorarse como más comunicativo, afectivo, fuerte y dinámico
- (3) la Madre, al valorarla como menos fuerte y dinámica y, sin embargo, como más valiosa y buena y más íntegra y auténtica

(4) el Padre, al valorarlo como más valioso, bueno, íntegro y auténtico, sereno y en situación de bienestar, y mucho más fuerte y dinámico

(5) la Vida, al considerarla más valiosa, buena, fuerte y dinámica, serena y con bienestar.

En este caso, las variaciones en los conceptos del «Yo», «el Grupo» y «la Vida», parecen ser el resultado de una expansión positiva en la valoración de los rasgos del significado con una modificación menor de su estructura de significado, mientras que en los casos de los conceptos de «Madre» y «Padre» los resultados parecen indicar un grado mayor de modificación de la estructura de los significados de estos dos últimos conceptos.

## Discusión

El análisis conjunto de los datos del caso, indica que, tras la participación en la experiencia intensiva de grupo:

-Se valora en mayor medida el Yo y se considera como más benigno, sereno, con mayor bienestar subjetivo, más fuerte y dinámico. Este resultado está en la línea de los hallazgos de los trabajos de Luria (1959), Endler (1961), Morrison y Teta (1978) y Morrison y Heeder (1986) con

diversas formas de psicoterapia, y de lo observado por Fletcher (1967), Koile y Draeger (1969) y Gibb (1970) que destacan el cambio positivo en las actitudes hacia uno mismo que se produce tras la participación en experiencias intensivas de grupo.

- Se percibe el Grupo como más positivo al considerarlo mejor y más valioso, más comunicativo y afectivo, más fuerte y dinámico, y más íntegro y auténtico.

- Se valora más positivamente la Vida percibiéndose como más buena y valiosa, más auténtica y con mayor bienestar.

- No se encontraron cambios suficientemente significativos de los promedios del conjunto de participantes en los GCP en la valoración de la Madre y el Padre, resultado que corrobora lo encontrado anteriormente por Luria (1959) y por Morrison y Teta (1978). Parece lógico concluir que la duración de alrededor de cinco días de los GCP no parece ser suficiente para producir un cambio profundo y notorio en estos conceptos esenciales que tienen su origen en etapas muy tempranas del desarrollo. No obstante, parecería relevante intensificar la investigación sobre la modificación de estos conceptos como resultado de los procesos de psicoterapia.

- Como resultado de los cambios en la valoración de algunos rasgos y dimensiones del significado de algunos conceptos y de la ausencia de cambios en otros, se produce un cierto grado de reestructuración del significado de estos cinco conceptos psicológicos centrales.

- Se produce una mejoría general del estado de ánimo que se refleja en el aumento global de los promedios de respuesta al conjunto del DS.

En su conjunto, estos resultados refuerzan la conclusión general del estudio de Lieberman, Yalom y Miles (1973) en cuanto que señalan que –en términos generales y para la gran mayoría de los participantes– la participación en los GCP contribuye al cambio personal positivo.

El análisis del caso individual presentado en este estudio vuelve a poner de manifiesto, cómo ya lo hicieron Dingman, Paulson, Eyman y Miller (1969) y Gilliéron y Bovet (1980), la información relevante que proporciona el DS para el análisis del cambio psicoterapéutico individual, especialmente para la comprensión de qué dimensiones del significado cambian en los pacientes como resultado de la psicoterapia y para el seguimiento del proceso psico-

terapéutico. No obstante, este análisis individual de un caso también pone de manifiesto algunas limitaciones que tiene la metodología experimental clásica –basada en la acumulación de datos de diferentes sujetos con enfoque nomotético orientado a la búsqueda inductiva de leyes o reglas generales a partir del supuesto de la suficiente similitud de los sujetos observados– para la valoración de la eficacia de la psicoterapia. El caso concreto elegido como ejemplificación del uso del DS para el análisis del cambio conceptual pone de manifiesto que, en ocasiones, se producen cambios individuales que difieren de los cambios promedios del grupo bajo estudio. Podría ocurrir también que tras una ausencia aparente de cambio en los resultados estadísticos existan cambios significativos reales, en direcciones diferentes de distintos subgrupos de sujetos, que quedan anulados debido al cálculo de los promedios.

Adicionalmente, no es fácil establecer qué cambio conceptual puede considerarse en cada caso como «positivo», dado que las personas que acuden a los GCP, o a procesos de psicoterapia, parten de puntos de partida psicológicos muy diferentes –a veces, contrapuestos– y es muy posible que los cambios que se podrían considerar como positivos en cada caso serían de naturaleza y dirección diferente según las características de cada caso. Por ejemplo, en casos en que el concepto del Yo está excesiva o artificialmente hinchado, o en los que la Madre o el Padre están excesivamente sobrevalorados debido a una idealización excesiva o inadecuada, podría considerarse como un resultado positivo la disminución en la valoración excesiva de estos conceptos. En contraposición, podría considerarse como positivo un aumento de la valoración del Yo para otros sujetos cuyo punto de partida psicológico fuese muy diferente al presentar unos niveles muy bajos de autoconcepto y/o autoestima.

Una posible solución a estas dificultades metodológicas requeriría encontrar un mayor equilibrio entre los enfoques nomotético e ideográfico, mediante la identificación inicial de subgrupos con similitudes reales suficientes en los rasgos claves y en sus puntos de partida psicológicos al inicio del GCP para definir los cambios como positivos o negativos, y el posterior análisis por subgrupos que podría incluir el contraste entre los mismos. No obstante, esta metodología requeriría unas muestras de sujetos mucho más amplias que son muy difíciles de obtener en los

ámbitos de la experimentación sobre psicoterapia y de los GCP.

Por último, otra limitación evidente de la perspectiva experimental para el estudio de la eficacia de los procesos psicoterapéuticos reside en el número limitado de elementos que pueden medirse en cada estudio experimental concreto. Esta limitación pone en gran medida en cuestión la utilidad de este enfoque dado que únicamente se pueden utilizar como criterios de cambio aquellas variables que se pueden medir según el tiempo y los recursos disponibles. Habitualmente, es poco lo que se puede medir y lo que se puede medir no suele ser lo más relevante para valorar la eficacia de la psicoterapia o de los GCP, por lo que en los trabajos con un enfoque experimental se suele perder la enorme riqueza de elementos que intervienen en el crecimiento personal o en el cambio psicoterapéutico.

En consecuencia, no deberían olvidarse, y deberían valorarse en mayor medida, otras perspectivas de evaluación de la psicoterapia. Un enfoque posible podría fundamentarse en la atribución de una mayor confianza que la que actualmente concede la psicología académico-experimental a los propios informes verbales de los pacientes de psicoterapia o de los participantes en los GCP, incluyendo medidas para limitar sus posibles distorsiones o percepciones incorrectas.

### Agradecimientos

Los autores muestran su agradecimiento a los profesionales que –junto con los autores– formaron el equipo que ha participado hasta el momento en los GCP organizados por el Centro Abierto Tomillo: Miguel Ángel Redondo Rodríguez, Teresa Andrés Mascuñana, Laura García Galeán, Neva Chico de Guzmán, Ana Espinosa González, Ana Victoria García López, Natalia Gamo Márquez, Jacqueline Maluenda Teitelbaum e Iratxe Larraia de Vega.

### Referencias

- Bach, G. R. (1954). *Intensive Group Psychotherapy*. New York: Ronald Press  
<https://doi.org/10.1037/14491-000>
- Bach, G. R. (1966). The Marathon Group: Intensive Practice of Intimate Interaction. *Psychological Reports*, 18(3), 995–1002.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.1966.18.3.995>
- Bach, G. R. (1967a). Marathon Group Dynamics: I. Some Functions of the Professional Group Facilitator. *Psychological Reports*, 20(3), 995–999.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.1967.20.3.995>
- Bach, G. R. (1967b). Marathon Group Dynamics: II. Dimensions of Helpfulness: Therapeutic Aggression. *Psychological Reports*, 20(3\_suppl), 1147–1158.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.1967.20.3c.1147>
- Bach, G. R. (1967c). Marathon Group Dynamics: III. Disjunctive Contacts. *Psychological Reports*, 20(3\_suppl), 1163–1172.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.1967.20.3c.1163>
- Back, K. W. (1972). *Beyond Words: The Story of Sensitivity Training and the Encounter Movement*. New York: Russell Sage Foundation, American Behavioral Scientist, 15(6), 939–939.  
<https://doi.org/10.1177/000276427201500616>
- Benne, K. D., Bradford, L. P. y Gibb, J. R. (1975). *Psicodinámica del grupo T: Aplicaciones psicoterapéuticas y educativas* [T-Group Theory and Laboratory Method] (Trad. E. R. Fondevila de Muñiz Castro). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Bradford, L. P., Benne, K. D. y Gibb, J. R. (1975). *El laboratorio psicoterapéutico* [T-Group Theory and Laboratory Method] (Trad. E. R. Fondevila de Muñiz Castro). Buenos Aires, Argentina: Paidós.

- Bradford, L. P., Gibb, J. R. y Benne, K. D. (1964). *T-Group Theory and Laboratory Method*. New York: Wiley. <https://doi.org/10.1093/sw/11.2.12>
- Gibb, J. R., Bradford, L. P. y Benne, K. D. (1975). *Teoría y práctica del grupo T*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Egan, G. (1976). *El laboratorio de relaciones interpersonales: Teoría y práctica del sensitivity training*. Buenos Aires: Paidós.
- Fussell, F. W., y Bonney, W. C. (1990). A Comparative Study of Childhood Experiences of Psychotherapists and Physicists: Implications for clinical practice. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27(4), 505–512. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.4.505>
- Gibb, J. R. (1970). The effects of human relations training. En A. E. Bergin y S. L. Garfield (eds.), *Handbook of Psychotherapy and Behaviour Change* (cap. 22, pp. 2114–1276). New York: Wiley.
- Gil Escudero, G., y Rodríguez Zafra, M. (2012). Cambio conceptual en los grupos de crecimiento personal [Conceptual Change in Personal Development Groups]. *Miscelánea Comillas. Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 70(137), 397–442.
- Lakin, M. (1971). *Interpersonal Encounter: Theory and Practice in Sensitivity Training*. New York: McGraw Hill.
- Lieberman, M. A., Yalom, I. y Miles, M. (1973). *Encounter Groups: First Facts*. New York: Basic Books.
- Mintz, E. E. (1967). Time-Extended Marathon Groups. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 4(2), 65–70. <https://doi.org/10.1037/h0087939>
- Mintz, E. E. (1971). *Marathon Groups: Reality and Symbol*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Rogers, C. R. (1970). *On Encounter Groups*. New York: Harper and Row.
- Rogers, C. R. (1973). *Grupos de encuentro* [Encounter Groups]. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.
- Rose, C. (2008). *The Personal Development Group: The Student's Guide*. London, UK: Karnac.
- Schutz, W. C. (1963). *An Approach to the Development of Human Potential. Report of the Continuing Human Relations Laboratory at Bethel*. Maine (August 15).
- Schutz, W. C. (1967). *Joy: Expanding Human Awareness*. New York: Grove Press.
- Schutz, W. C. (1971). *Here Comes Everybody: Bodymind and Encounter Culture*. New York: Harper and Row.
- Schutz, W. C. (1973). *Todos Somos Uno: La cultura de los encuentros* (Trad. L. Wolfson). Buenos Aires: Amorrortu.
- Schutz, W. C. (1973). *Elements of Encounter: A Guide to Human Awareness*. Big Sur, CA: Joy Press.
- Schutz, W. C. (1979). *Profound Simplicity*. New York: Bantam.
- Schutz, W. C. (1984). *The Truth Option*. Berkeley, CA: Ten Speed Press.
- Schutz, W. C. (1989). *Joy: Twenty Years Later*. Berkeley, CA: Ten Speed Press.
- Schutz, W. C. (1994). *The Human Element: Productivity, Self-esteem and the Bottom-line*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Shaffer, J. B. y Galinsky, M. D. (1974). *Models of Group Therapy and Sensitivity Training*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Stoller, F. H. (1967). The Long Weekend. *Psychology Today*, 1, 28–33.  
<https://doi.org/10.1037/e400062009-003>

Stoller, F. H. (1968a). Accelerated Interaction: A Time-limited Approach Based on the Brief, Intensive group. *International Journal of Group Psychotherapy*, 18, 220–258.  
<https://doi.org/10.1080/00207284.1968.11508358>

Stoller, F. H. (1968b). Marathon Group Therapy. En G. Gazda (Ed.), *Innovations to Group Psychotherapy* (pp. 42–95). Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Yalom, I. (1986). *Teoría y práctica de la psicoterapia de grupo* (Trad. C. Valdés). Mexico: Fondo de Cultura Económica.

## CONCEPTUAL CHANGE IN PERSONAL DEVELOPMENT GROUPS: A CASE STUDY

MÓNICA RODRÍGUEZ-ZAFRA<sup>1</sup>, GUILLERMO GIL-ESCUADERO<sup>1</sup>,  
JUAN CARLOS CENICEROS-ESTÉVEZ<sup>2</sup> Y  
ANTONIA MARTIN-SÁNCHEZ<sup>2</sup>

### EXTENDED SUMMARY

This study presents a case analysis as an exemplification of using the Semantic Differential (DS) for the assessment of the changes of meaning and its structure in individual cases in therapeutic contexts.

This work entails an extension of the previous study (Gil Escudero y Rodriguez Zafra, 2012) where results about the efficiency of Personal Development Groups (PGG) to the change of meaning of some main psychological concepts of participants in these groups were presented.

Personal Growth Groups consist of intensive group experiences lasting several days designed to improve the relationship of people with themselves and with others. These experiences promote personal development by helping individuals to be aware of their own sensations, emotions, feelings and thoughts, in order to achieve an improvement in the understanding of themselves and others, as well as the way in which each person is related to others and the effects that this style of bonding has on their interpersonal relationships. These group works are aimed at favoring significant and stable personal changes that involve positive development and growth that leads to greater psychological and emotional balance. Changes can occur in the fields of behavior, attitudes, lifestyle, self-realization, relationships with oneself and others, the

relationship with nature and with the own physical being, or the way of "being in the world."

The GCP basically have an experiential and non-academic character. The duration of these intensive group experiences is usually limited to about five days in which the participants live in boarding school in an environment conducive to interpersonal interaction, analysis and personal reflection. They provide the opportunity to establish new personal relationships with initially unknown people - and who do not have a perception conditioned by family, work or prior relationship circumstances - and analyze them for clues that help to understand the interpersonal difficulties of the participants. Throughout the experience these groups act as a replica - on a small scale - of the social framework in which people live, so they constitute a privileged scenario to rehearse new behaviors, modes of action and attitudes that can be extrapolated later to the context of the daily life of the participants.

The CPGs are primarily aimed at people interested in their own personal growth and in the improvement of their personal relationships, and are especially effective with people who have normal life problems in some area of their life, especially in the field of human relationships, either as a couple, family or paternal-affiliates, or in the social and labor field. They are a characteristic element of many training in psychotherapy and psychological counseling that consider personal development a vital element for the training of competent psychotherapists (Rose, 2008).

Although it may seem paradoxical, the focus on personal growth in groups facilitates the achievement of individual change goals by combining emotional experiences with cognitive reflection in an enriched environment of interaction and interpersonal communication, in which the people in the group provide information, understanding and support to each of the participants.

**Effectiveness evaluation** In the first decades of the existence of intensive group experiences, a great interest was generated to investigate its effects and characteristics, interest that moderated over time. At the beginning of the

1970s, Gibb (1970) analyzed approximately 250 research on intensive work with groups and concluded that, as a whole, the results strongly indicated their therapeutic efficacy, while improving personal sensitivity, of the ability to handle feelings, motivation, and attitudes towards oneself and others, among other variables studied. Later, Lieberman, Yalom and Miles (1973) carried out a very complete investigation on the effectiveness of the CPGs while comparing different styles of realization of them: T-groups, meeting groups or personal development groups, Gestalt groups, sensory awareness groups, transactional analytical groups, psychodrama groups, Synanon groups, psychoanalytically oriented experience groups and marathon groups. Likewise, in the previous study (Gil and Rodríguez Zafra, 2012) this work showed the capacity and intensity with which the GCP contribute to the conceptual change of the participants in these experiences. As a whole, the research shows that the groups have a significant influence on positive change and that the maintenance of change over time is high. On the other hand, they show that the combination of adequate emotional stimulation with cognitive structuring that gives meaning and explains behavior is essential for personal growth groups to be effective.

The objective of the study is to analyze at an individual level, through the study of a case, the change of the connotative meanings promoted by the participation in the GCP. The meaning of five essential concepts (Me, Group, Mother, Father and Life) is measured, as indicators of therapeutic change, using a specific DS test designed ad hoc for this study with pairs of relevant adjectives for the evaluation of psychotherapeutic change. For this, the data of one of the participants in the CPGs organized by the Tomillo Open Center (CAT) of the Tomillo Foundation ([www.tomillo.es](http://www.tomillo.es)) is used.

In previous works (Gil Escudero y Rodríguez Zafra, 2012), is hypothesized that - as a result of participation in the GCP - significant differences will be found between the beginning and the conclusion of the group experience regarding the intensity and structure of the subject's responses to different pairs of DS adjectives in function of the evaluated concepts, as well as regarding the assessment of the underlying dimensions or factors of meaning.

The joint analysis of the case data indicates that, after participation in the intensive group experience:

- The I is valued to a greater extent and is considered as more benign, serene, with greater subjective well-being, stronger and more dynamic. This result is in line with the findings of the works of Luria (1959), Endler (1961), Morrison and Teta (1978) and Morrison and Heeder (1986) with various forms of psychotherapy, and what was observed by Fletcher (1967), Koile and Draeger (1969) and Gibb (1970) that highlight the positive change in attitudes towards oneself that occurs after participation in intensive group experiences.

- The Group is perceived as more positive considering it better and more valuable, more communicative and affective, stronger and more dynamic, and more complete and authentic.

- Life is valued more positively, perceiving itself as more good and valuable, more authentic and with greater well-being.

- There were no significant enough changes in the averages of the group of participants in the CPG in the assessment of the Mother and the Father, a result that corroborates what was previously found by Luria (1959) and Morrison and Teta (1978). It seems logical to conclude that the duration of about five days of the GCP does not seem to be sufficient to produce a profound and notorious change in these essential concepts that have their origin at very early stages of development. However, it would seem relevant to intensify research on the modification of these concepts as a result of psychotherapy processes.

- As a result of the changes in the assessment of some features and dimensions of the meaning of some concepts and the absence of changes in others, there is a certain degree of restructuring of the meaning of these five central psychological concepts.

- There is a general improvement in mood that is reflected in the overall increase in the average response to the DS.

The analysis of the individual case presented in this study shows again, how Dingman, Paulson, Eyman and Miller (1969) and Gilliéron and Bovet (1980) already did, the relevant information provided by the DS for the analysis of psychotherapeutic change individual, especially for the understanding of what dimensions of meaning change in patients as a result of psychotherapy and for monitoring the psychotherapeutic process. However, this individual analysis of a case also highlights some limitations that the classical experimental methodology has - based on the accumulation of data from different subjects with a nomothetic approach oriented to the inductive search of laws or general rules from the assumption of the sufficient similarity of the observed subjects- for the evaluation of the efficacy of psychotherapy. The specific case chosen as an example of the use of DS for the analysis of conceptual change shows that, on occasion, individual changes occur that differ from the average changes of the group under study. It could also happen that after an apparent absence of change in the statistical results there are real significant changes, in different directions of different subgroups of subjects, which are canceled due to the calculation of the averages.

The joint analysis of the case data indicates that, after participation in the intensive group experience: The I is valued to a greater extent and is considered as more benign, serene, with greater subjective well-being, stronger and more dynamic. The Group is perceived as more positive considering it better and more valuable, more communicative and affective, stronger and more dynamic, and more complete and authentic. Life is valued more positively, being perceived as more good and valuable, more authentic and with greater well-being.

Taken together, these results reinforce the general conclusion of the study by Lieberman, Yalom and Miles (1973) in that they point out that - in general terms and for the vast majority of participants - participation in the GCP contributes to positive personal change.

