

# **Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente**

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud  
**Maestría en Desarrollo Humano**



**SUPERVISIÓN DE LA PRÁCTICA PSICOTERAPÉUTICA. UNA  
REFLEXIÓN EN TORNO AL DESEMPEÑO PROFESIONAL**

---

**TRABAJO RECEPCIONAL** que para obtener el **GRADO** de  
**MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO**

Presenta: **MARÍA DE LOS ANGELES MORALES PRUNEDA**

Asesora **SOFÍA CERVANTES RODRÍGUEZ**

Tlaquepaque, Jalisco. 9 de julio de 2016

## DEDICATORIA

A Paco y Sol quienes me dieron la vida y me enseñaron a amar.

A Edmundo Esteban y Rodrigo lo más bello de mi vida.

A Nacho mi amoroso compañero de vida.

## AGRADECIMENTOS

Les estoy profundamente agradecida a quienes han caminado a mi lado en mi formación y desarrollo como facilitadora del Potencial Humano.

A Gaby Ramírez y Lety Sánchez mis modelos a seguir.

A Laura García, Marlé Carretero, Ceci Díaz, Ceci González, mis compañeras de grupo de supervisión y a quienes alguna vez formaron parte de él, por compartir conmigo su sabiduría y experiencia, ACEPTACION INCONDICIONAL, congruencia, su modo auténtico de estar.

A Sofi Cervantes, por su sabiduría y paciencia, por su confianza.

# Contenido

<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTOS .....</b>	<b>2</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>5</b>
<b>INTRODUCCION.....</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO I. LA EXPERIENCIA LABORAL.....</b>	<b>11</b>
<b>1.1 Síntesis de la Experiencia de Trabajo .....</b>	<b>11</b>
<b>1.2 Antecedentes de trayectoria laboral .....</b>	<b>12</b>
1.2.1 Trayectoria en Relaciones Industriales.....	12
1.2.2 Trayectoria en el ámbito de Desarrollo Humano.....	12
1.2.3.    Trayectoria del grupo de supervisión.....	15
<b>1.3 Cualidades del desempeño laboral .....</b>	<b>17</b>
<b>1.4 Justificación que sustenta la relevancia del desempeño laboral .....</b>	<b>18</b>
<b>1.5 La aportación del presente Reporte al campo del Desarrollo Humano (DH) .....</b>	<b>20</b>
1.5.1 Grupo de supervisión entre colegas como experiencia personal, encuentro interpersonal y relación con el crecimiento .....	21
1.5.2 Grupo de supervisión como relación de ayuda.....	22
1.5.3 ¿Estoy creando relaciones de ayuda? .....	23
1.5.4 Grupo de supervisión y grupo reflexivo .....	23
1.5.5 Grupo de supervisión y facilitador de grupo de encuentro .....	26
1.5.6 ¿Cuáles son las condiciones para que un grupo crezca? .....	27
<b>CAPÍTULO II. VINCULACIÓN CON EL DESARROLLO HUMANO .....</b>	<b>30</b>
<b>2.1    Vinculación del desempeño laboral con el Desarrollo Humano .....</b>	<b>30</b>
2.1.1    Orígenes de la Psicología Humanista.....	30

2.1.2	La relación interpersonal que promueve el desarrollo.....	32
2.1.3	La simbolización. Otorgar significado a la experiencia.....	39
2.1.4	La experiencia. Fuente de significados.....	41
2.1.5	El grupo de supervisión. El psicoterapeuta y el facilitador del desarrollo.....	41
2.1.7	La supervisión desde el enfoque fenomenológico mundano de Virginia Moreira.....	47
2.1.8	La supervisión en un grupo de colegas.....	49
<b>2.2</b>	<b>Elementos relevantes de la experiencia de trabajo.....</b>	<b>51</b>
2.2.1	Grupo de supervisión; sentido y trascendencia.....	51
2.2.2	El Grupo de supervisión y la relación interpersonal.....	52
2.2.3	La relación interpersonal: una promoción del desarrollo.....	58
<b>2.3</b>	<b>Perfil profesional personal. ....</b>	<b>75</b>
<b>2.4</b>	<b>Prospectiva del ejercicio profesional .....</b>	<b>78</b>
<b>CAPÍTULO III. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS .....</b>		<b>79</b>
<b>3.1</b>	<b>La experiencia de construir este Reporte.....</b>	<b>79</b>
<b>3.2</b>	<b>Evidencias de la apropiación de los conocimientos adquiridos en la Maestría en Desarrollo Humano. ....</b>	<b>80</b>
<b>3.3</b>	<b>Evidencias de la apropiación de los conocimientos en otras áreas de mi vida. ....</b>	<b>81</b>
<b>3.4</b>	<b>Conclusiones y propuestas .....</b>	<b>82</b>
<b>3.5</b>	<b>Consideraciones Finales.....</b>	<b>84</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>		<b>86</b>
<b>ANEXOS .....</b>		<b>89</b>

## **Supervisión de la práctica psicoterapéutica. Una reflexión en torno al desempeño profesional**

### RESUMEN

Obtener el grado de Maestra en Desarrollo Humano, es un pendiente que tengo y que por diversas situaciones no he podido concluir. Gracias a la Dra. Martha Leticia Carretero Jiménez, me enteré de esta opción de trabajo de grado “Programa Progrado 1” ofrecido por el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), para los ex alumnos de la Maestría en Desarrollo Humano (MDH) de planes de estudio anteriores al vigente, como en mi caso. Esta opción me hace mucho sentido porque se trata de sistematizar, analizar y reflexionar cómo he incorporado lo aprendido en la MDH en mi desempeño profesional. Es una forma de recuperar la riqueza de mis años de experiencia, considero que me merezco hacer esta pausa en el camino para voltear a ver, revisar a profundidad y ordenadamente de dónde y cómo es que he ido incorporando las ideas de Rogers, Yalom, Scheifler, Gondra, Moreno, de la Dra. Gabriela Sierra y del equipo de profesores que atinadamente coordinaba cuando estudié la MDH y que tuve la fortuna de que tocaran mi vida profundamente, en especial en mi quehacer profesional.

El presente documento tiene por objetivo dar cuenta de cómo ha sido mi práctica en un grupo de supervisión de la intervención terapéutica mediante un grupo de acompañamiento entre pares desde el Enfoque Centrado en la Persona. Le llamamos grupo de supervisión a un espacio destinado al acompañamiento profesional de la reflexión respecto al estilo personal de acompañar al otro, bien sea desde el marco de la facilitación del potencial personal, -propuestas del enfoque Humanista-, o bajo el marco de la psicoterapia que considera las aportaciones del mismo. Los integrantes del grupo de supervisión tenemos en común la formación humanista-existencial, y algunos miembros, egresados de la Maestría en Desarrollo Humano del Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO). El presente Reporte de Experiencia Profesional da cuenta del desempeño en este grupo de supervisión, mismo que se

vinculará con las propuestas del enfoque humanista-existencial, y en particular, de la psicoterapia Centrada en la Persona de Carl, Rogers.

Palabras clave: grupo de supervisión, relación de ayuda, facilitación, equipo reflexivo, psicoterapia.

## INTRODUCCION

De acuerdo con el significado de las palabras, por grupo se entiende a un conjunto de personas. López-Yarto (2001), señala que este conjunto de personas tiene una característica en común; se relacionan entre sí, y agrega, desde el punto de vista interaccional, estos miembros tienen muy en cuenta una tarea común que llevan a cabo en su vida cotidiana, y agregamos, también profesional. En este documento, me refiero a grupo, como un conjunto de profesionales que tenemos una formación y un quehacer en común: formación a nivel posgrado en Desarrollo Humano y el quehacer enfocado a establecer relaciones de ayuda, tanto en facilitación como en psicoterapia. Este grupo cuenta como tarea central, la supervisión de la práctica de acompañamiento, que cada quien, desde su campo realiza. En mi caso, tengo formación como facilitadora y como psicoterapeuta, por lo que en mi quehacer profesional, no existe una frontera que divida rígidamente uno y otro campo, sino que me muevo en sus fronteras de manera flexible.

La supervisión implica el acto de inspeccionar y tiene por objetivo lograr una calidad determinada, por lo que se requiere que quien supervisa, domine el campo profesional a supervisar. En este grupo de supervisión, no se realiza la supervisión en forma vertical, es decir, no es de arriba hacia abajo; no existe un experto que juzgue el quehacer de los otros. Se trata de un grupo de pares que reconoce la necesidad de revisar constantemente su práctica con eficiencia.

Los grupos de supervisión son comúnmente utilizados en el campo de Desarrollo Humano y de la Psicología clínica, tanto para formación de nuevos profesionales, como para compartir y revisar el quehacer entre pares. Carretero (2004), destaca tres formas de supervisión: individual, grupal y supervisión de colegas. Ella se enfocó a la supervisión grupal, yo lo haré con énfasis a la supervisión entre pares y retomo algunos elementos que esta autora incluye de López Carrasco (1989), en Carretero, (2004), respecto a la supervisión como son:

- La composición del grupo, pues se trata de un grupo diverso, -de 5 a 8 participantes-, aunque con cierto nivel de homogeneidad.

- Las personas que supervisan, por lo general, tienen una disminución de la frustración ante el fracaso, lo que se da, gracias a que se comparten con el grupo situaciones comunes.
- La interacción de los compañeros promueve el aprendizaje, así como las experiencias significativas, como resultado de dicha interacción.
- Se estimula la reflexión gracias a la escucha, la comprensión y la retroalimentación mutua.
- Se reduce la ansiedad y la confusión, gracias a la relación que se establece de respeto y confianza.

Desde la terapia sistémica, Ludewing (1998), reconoce la supervisión como parte integral del terapeuta, al ser la mejor forma de autoexperienciarse o enfrentarse consigo mismo. Afirma que el terapeuta tiene que ser flexible y lo logrará en la medida en que se dé cuenta de sus bloqueos, esto es; las características personales, el terapeuta actuará de forma saludable o entorpecedora en la relación con el cliente. De ahí que, mediante la supervisión de su práctica, es posible que amplíe su potencial tanto humano como profesional. Una de las formas que recomienda para supervisar la práctica profesional, es mediante un grupo reflexivo.

Por su parte, Andersen (1994), afirma que en la supervisión del trabajo entre colegas psicoterapeutas, las reflexiones que no llevan juicios de valor, permiten tocar temas difíciles como son las situaciones en las que hay alguna conexión entre el caso y la vida del terapeuta; el profesional se siente menos a la defensiva y con libertad de responder.

El grupo de supervisión al que ahora se alude, se vincula con las propuestas de la postura humanista-existencial y del Enfoque Centrado en la Persona (ECP), que entre algunas cuestiones, considera; el establecimiento de una relación de crecimiento mutuo con

profesionales que forman intencionalmente un espacio en busca de ser escuchados, comprendidos con la tarea, en un ambiente de respeto que facilita explorar pensamientos, sentimientos, emociones y el patrimonio personal y profesional, para ampliar los recursos en la facilitación y la psicoterapia, e identificar aspectos que requieren ser atendidos por el profesional, para estar de manera eficiente con el otro. Es una forma de auto-observarse y de reflexionaren torno a la práctica profesional.

El grupo tiene como características; estar conformado por profesionales dedicados a las relaciones de ayuda, de participación voluntaria y con disposición a reflexionar en torno a su práctica profesional, en un ambiente de seguridad, respeto, aceptación y confianza en la capacidad grupal e individual para crecer y desarrollar sus potencialidades. Otra de las características de este grupo es que reflexionamos en torno a los quehaceres de cada una de las participantes. Las prácticas reflexivas cada vez son más usadas en los procesos de pensamiento colectivos, como son la docencia y la revisión entre diversos colegas, entre otros. Para Erazo (2011), la práctica reflexiva se da en contextos sociales, una de estas es la que se intenciona entre profesionales, facilitando la revisión y el cuestionamiento de sus modos de actuar, las teorías en que se sostienen y lo que aportan a su actuación. Erazo (2011), agrega que el profesional reflexivo tiene la capacidad de analizar su propia práctica, asume la responsabilidad de resolver problemas y genera alternativas de solución.

Con el objeto de dar cuenta de mi desempeño profesional en el grupo de supervisión, está planeada la aplicación de un “Cuestionario de atributos personales” enfocado a recuperar la voz de las integrantes del grupo, para conocer cuáles son los atributos de la relación profesional que pongo en juego y que consideran valiosos.

El Reporte que ahora se presenta tiene como Objetivo central: dar cuenta del desempeño profesional en un grupo de supervisión de la práctica psicoterapéutica, con el objeto de

identificar las cualidades de la relación establecida y el impacto que esta tiene en sus integrantes. Los objetivos particulares son tres: 1) Identificar los atributos de la relación establecida en un grupo de supervisión de la práctica psicoterapéutica, 2) Dar cuenta del impacto que tiene en las participantes del grupo dicha manera de relación, 3) Dar cuenta del impacto que tiene en mi desempeño profesional el grupo de supervisión.

## CAPÍTULO I. LA EXPERIENCIA LABORAL

### 1.1 Síntesis de la Experiencia de Trabajo

Tengo 28 años trabajando en el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), en la Oficina de Personal, y aproximadamente 17 años de iniciar una carrera simultánea en la Maestría en Desarrollo Humano. Además, he desarrollado las siguientes actividades:

- Impartición de Talleres cortos a alumnos de licenciatura en el ITESO y a un grupo de religiosas del Sagrado Corazón de Jesús con el tema de Inteligencia Emocional e Inteligencia Social.
- Impartición de clases a alumnos de la Especialidad en Intervención Terapéutica Existencial Humanista, como “Supervisión de la Intervención Terapéutica II” en un Instituto de Desarrollo Humano.
- Impartición del módulo: “Dinámica Familiar y Grupo de Crecimiento” en el Diplomado en Desarrollo Humano y Comunicación en el ITESO.
- Impartición de talleres de autoestima a adolescentes en un Instituto de Desarrollo Humano.
- Consulta privada como facilitadora y terapeuta individual desde hace aproximadamente 15 años y posteriormente, de acuerdo a mi preparación, fui integrando acompañamiento a parejas y familias. Actualmente comparto consultorio desde hace aproximadamente 10 años con tres psicoterapeutas – profesoras del ITESO, egresadas también de la Maestría en Desarrollo Humano.

Fue desde 2008, siendo estudiante de la “Especialidad en Psicoterapia Existencial Humanista”, tomé un curso llamado “Supervisión de la intervención terapéutica”, cuando

viví la importancia de participar en este tipo de grupos para revisar mi práctica. Desde entonces a la fecha, ha sido parte indispensable de mi quehacer como facilitadora y psicoterapeuta bajo el marco del Desarrollo Humano.

## **1.2 Antecedentes de trayectoria laboral**

En esta sección presento mi trayectoria profesional, que incluye tanto la Licenciatura en Relaciones Industriales, como mi labor como facilitadora en el marco del Desarrollo Humano y psicoterapeuta en la práctica privada. Es a esta última experiencia profesional a la que daré énfasis en este documento.

### **1.2.1 Trayectoria en Relaciones Industriales**

Terminé la Licenciatura en Relaciones Industriales en el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO) en 1984, y ese mismo año inicié mi ejercicio profesional como Analista de Puestos, Analista de Sueldos y finalmente como Jefa de Personal en una empresa del área metal-mecánica dedicada a la manufactura de herramientas de mano. En 1987 me invitaron a trabajar como Asesora-Consultora en un despacho de consultoría en Administración de Recursos Humanos y a los dos meses, al Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO) como Analista de Compensaciones para apoyar en la creación de los sistemas de administración de sueldos. Actualmente desempeño el puesto de Coordinadora de Remuneraciones; me encargo de la administración de los sistemas de sueldos para el personal de tiempo fijo, tanto del personal académico como del de servicios de apoyo.

### **1.2.2 Trayectoria en el ámbito de Desarrollo Humano**

La experiencia, al cursar la Maestría en Desarrollo Humano (MDH) en el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), fue un “Parte-aguas” en mi vida. En esta formación descubrí que sabía más de los gustos, necesidades y preferencias de quienes estaban a mi alrededor que de mí misma. Al paso del tiempo,

paulatinamente fui haciéndome más consciente de las mías. Fue un proceso largo, doloroso, difícil y también muy enriquecedor, -por demás interesante-, hasta que poco a poco comenzó a apasionarme mi propia existencia y la de los demás. Fui comprobando que mi vida no era obra de la casualidad, que mi vida la tenía en mis manos y que yo podía dirigir el rumbo. Fui haciendo cambios significativos porque así lo decidía yo, asumiendo riesgos; sabiendo que me podía equivocar. Creo que han sido los aciertos y errores que más he disfrutado.

Uno de los aspectos que me sorprendía era la manera de acompañar de mis profesores y de mi asesor durante mi formación en la MDH. En el proceso de tutoría, cuando cursaba el segundo semestre de esta maestría, decidí tomar psicoterapia. Mi exploración personal me hacía sentir como en un tobogán, como si de pronto necesitara “volver a armarme” como si fuera un rompe-cabezas en medio de un ventarrón. La terapeuta con quien acudí, también tiene la formación de la MDH, y me sorprendí gratamente al encontrar el estilo de mis profesores y tutor del ITESO. Todavía no sabía exactamente cómo era. Solo sabía que me venía bien. Que me sentía en un ambiente seguro y cálido que facilitaba que yo pudiera expresarme acerca de cualquier tema. Iba profundizando cada vez más en mí, con todo y el dolor, la vergüenza, la culpa o el miedo que pudiera generarme. Después haber aprendido a obedecer, complacer y servir a los demás, por fin volteaba a verme a mí misma. Había de alguna manera, aunque sin decirlo con palabras, un mensaje permanente de “Yo merezco...”, “Yo puedo...” “Yo quiero...” “Yo no quiero...”y también preguntas ¿Quién soy? ¿Qué espero? ¿Qué necesito?

Al cursar la MDH pude ir dando nombre a los componentes de ese desarrollo maravilloso que se daba en la psicoterapia y la relación interpersonal que experimentaba en los cursos, talleres y grupo de crecimiento. Me parecía todo un reto poder crear un ambiente similar al que tuve la fortuna de experimentar, con la misma suavidad y maestría con la que la hacían mis profesores y la terapeuta; cada quien con un estilo muy personal, pero cuidando los mismos “elementos”.

Todo lo anterior hizo surgir en mí la inquietud por llegar a tener los conocimientos y desarrollar las habilidades necesarias para acompañar a una persona en su proceso de búsqueda y crecimiento personal. La Maestría en Desarrollo Humano, la estudié de 1997 a 1999. Mis primeras prácticas las hice siendo estudiante; por parejas atendíamos alguna situación que eligiera quien tomaba el rol de cliente, el otro compañero era el facilitador. La retroalimentación la hacíamos los demás estudiantes y el profesor titular de la práctica.

Mi primer proyecto de intervención, desde el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), en el último semestre de la MDH, fue impartir un Taller de Autoestima para mujeres en una de las colonias de la periferia, la colonia Santa Cecilia. Una colonia de bajos recursos en la ciudad de Guadalajara. Era muy satisfactorio ver cómo fuimos creando, entre todas las integrantes del grupo, un ambiente de respeto y calidez; aprendimos a confiar, a no juzgar. Hacia la última etapa del taller, decidieron “compartir sus dones”: corte de cabello, recetas de cocina, apoyo para cuidar niños y masajes de pies, entre otros, con lo que otorgaban un reconocimiento a las habilidades que poseían.

Continué mi preparación, para consolidar mi habilidad para establecer una relación con los atributos del Enfoque Centrado en la Persona, para acompañar al otro en su proceso de búsqueda y crecimiento personal. Estudié una especialidad en “Intervención Terapéutica Existencial Humanista”, de 2005 a 2008 en un instituto de Desarrollo Humano. Durante estos estudios, teníamos que cumplir con más de 100 horas de sesiones de psicoterapia video grabadas y supervisión cada quince días, con objeto de revisar y retroalimentar nuestra práctica. En las primeras sesiones, atendí principalmente a mujeres; mi impresión era que me hacía falta saber o escuchar a la “otra parte”. Un tema recurrente era la problemática de pareja. Tomé un entrenamiento para terapeuta de parejas en 2009. Fue muy enriquecedor poder incluir a “la otra parte”, facilitar que ambos se escuchen, se re-conozcan, se aclaren las interpretaciones, aprendan a llegar a acuerdos, a pelearse y a reconocerse. No solo era mi inquietud, sino más bien percibir la necesidad o las ganas de la persona de crecer junto con la pareja. Creo que fue esta

experiencia como terapeuta de parejas que me siguió intrigando saber qué pasaba con “los otros”, qué pasa en el contexto familiar principalmente, o en el laboral o escolar. Contextos en los que la persona se desarrolla, crece, se nutre. Entonces estudié la Maestría en Terapia Familiar en un Instituto en la ciudad de Guadalajara, de 2012 a 2015. En este Instituto, a partir del segundo semestre, empezamos con prácticas psicoterapéuticas video-grabadas o de transmisión simultánea, en la que al mismo tiempo, el o los alumnos, atienden a la familia en el consultorio y el grupo con el maestro titular, lo ven en el aula de clase. Recibí algunos comentarios afortunados en relación a mi estilo de acompañar, en la forma de “devolver” al otro lo que dijo; una combinación de cercanía con firmeza. Sé que se referían al estilo humanista, a las habilidades del terapeuta que Rogers (1964) identifica como: aceptación incondicional, empatía y congruencia, que se desarrollarán más adelante.

Darme cuenta de que mi base, mis raíces, mis cimientos están en el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), es lo que me impulsa a recuperar, analizar, reflexionar en mi práctica como facilitadora del crecimiento humano. Esta revisión de mi práctica no ha sido en solitario, sino con la constante interacción de mi grupo de supervisión.

### **1.2.3. Trayectoria del grupo de supervisión.**

El grupo de supervisión en el que participo, se inició en 2008 como parte de las materias de la “Especialidad en Intervención Terapéutica Existencial Humanista”, el grupo estaba integrado por seis alumnos. El objetivo general era: 1) ampliar la diversidad de recursos y marcos de referencia de los alumnos a fin de enriquecer su estilo personal de facilitar y los objetivos específicos: 2) Desarrollar la capacidad para auto-observar el trabajo de facilitación que realizan e identificar aspectos que requieren aprender nuevas formas de intervenir. 3) Reconocer los procesos personales que están experimentando en sus interacciones con las personas que atienden. La metodología consistía en video-grabar las diversas situaciones, presentación del caso, elaboración del reporte y

fundamentación teórica. Cada alumno presentaba la situación de duda, el grupo y la maestra acompañaban la revisión de su manera de intervenir.

Al terminar la especialidad, el grupo de supervisión se amplió y modificó. Continuamos cinco de los integrantes anteriores, que nos sumamos como psicoterapeutas de un Centro de atención; la directora, una de las maestras de la especialidad, una psicóloga del Centro y una estudiante de la MDH; en total éramos 9 integrantes. El grupo se consolidó y en diciembre de 2009 formulamos por escrito el propósito como sigue:

Construir un espacio de confianza y respeto donde revisemos nuestros casos, con el fin de intencionar la reflexión y el aprendizaje de habilidades que contribuyan a mejorar nuestra atención y crear un estilo de psicoterapia centrado en la persona, congruente con la misión de “X”, que nos distinga de otros centros. Este espacio implica atender lo que nos sucede en el espacio terapéutico, cuidando ante todo la persona del terapeuta. Usaremos nuestros aciertos y dificultades como una fuente de aprendizaje sobre nosotros mismos y nuestro estilo de hacer terapia.

Actualmente, en 2016, continuamos cuatro personas del grupo de 2009 e incluimos a dos participantes más, siendo un total de 6 integrantes. Las sesiones son cada quince días con una duración de aproximadamente dos horas. La metodología que hemos utilizado ha variado; videograbaciones, formatos consensados para presentar los casos a supervisar con el apoyo de reportes escritos, genogramas de la persona, pareja o familia que se trate. Las situaciones a trabajar con el grupo pueden ser referidas al desempeño profesional en: sesiones de terapia, asesorías, talleres, docencia, situaciones personales o laborales que estén interfiriendo con el quehacer profesional. Con el tiempo hemos agilizado las presentaciones y sesiones, no siendo necesario entregarlas siempre por escrito, aunque si mantenemos una cierta estructura en la sesión. No hemos revisado si logramos el propósito original del grupo de supervisión, o cómo lo hemos vivido, si es

necesario reformular el objetivo o reorientar la estrategia de nuestro actuar en el grupo. Sería interesante, después de siete años ininterrumpidos de sesionar, revisar qué es lo que encontramos de enriquecedor en el grupo. El Centro desapareció y las integrantes hemos complementado nuestra formación con diversos estudios de diplomado, maestría y doctorado. Sería enriquecedor recuperar nuestra práctica a la luz del Desarrollo Humano y la diversidad de quehaceres y conocimientos que hemos integrado a lo largo de tiempo.

### **1.3 Cualidades del desempeño laboral**

En este trabajo, utilizo indistintamente los términos de psicoterapia y terapia con el objeto de transmitirle al lector que son equivalentes. Madrid (2005), hace una reseña interesante de los diferentes significados de la psicoterapia, comúnmente más usada para referirse a estrategias para ayudar a personas con trastornos de personalidad graves o crónicos. Sin embargo, refiere que ya en 1985, Jerome D. Frank, amplió la definición a una interacción planificada, cargada emocionalmente y de confianza entre una persona entrenada y socialmente aceptada que cura, y una persona que sufre. El objetivo es la búsqueda de alivio o del malestar. El autor, (Madrid, 2005) hace mención de diferentes términos que también se utilizan de manera similar como son: orientación, *counseling*, consejo psicológico, asesoramiento, asesoría, facilitación y comportamiento de ayuda. Rogers (1964), le llama relación de ayuda y amplía aún más el concepto, pues se refiere a la interacción entre dos o más personas, pudiendo ser también un grupo, en la que una de las partes intenta promover el crecimiento, desarrollo o el proceso de maduración del otro; ayudarlo a que desarrolle sus capacidades. La relación de ayuda puede ser formal, cuando quien presta la ayuda cuenta con formación profesional o puede ser informal, como la que se da padres a hijos o entre hijos.

Yalom (2007) afirma que el instrumento más importante para terapia es uno mismo. Recomienda la constante auto-exploración para conocer los puntos ciegos y el lado oscuro del terapeuta, lo que aumentará la capacidad de establecer una relación eficiente con cualquier experiencia humana. Enfatiza el valor de la interacción terapéutica grupal

enriquecida por diferentes enfoques, puntos de vista, procesos y etapas de vida, entre otros. Como ya lo mencioné, de la experiencia profesional descrita en el punto anterior, me enfocaré en mi práctica como participante en un grupo de supervisión de intervención terapéutica con los aportes del Enfoque Centrado en la Persona. En especial, en las características que las participantes consideramos valiosas en este espacio de supervisión y en identificar qué atributos de mi forma de estar, particularmente, de relacionarme en el grupo, contribuyen a la construcción de interacciones que propician el desarrollo de las integrantes y del grupo.

#### **1.4 Justificación que sustenta la relevancia del desempeño laboral**

El espacio de supervisión facilita al terapeuta darse cuenta de lo que experimenta en la relación terapéutica, en la forma en que articula la teoría con la relación de ayuda. Es así como Moreira (2001) fundamenta la supervisión fenomenológica – existencial, pues tanto el trabajo terapéutico como la supervisión, se dan en un espacio en el mundo, ocurren y se entretienen en la relación entre el cliente, el terapeuta, el supervisor. Uno de los conceptos de la Psicoterapia Humanista que resultan relevantes en este trabajo de acompañar al otro y promover su desarrollo, es la tendencia actualizante. Rogers (1964), la define como la capacidad que tiene la persona de autodesarrollarse, hacerse responsable de su crecimiento, iniciando por el darse cuenta, entre otras acepciones. Por su parte, Moreira (2011), señala que la fenomenología tiene por objeto significar la experiencia del hombre en el mundo y en la realidad vivida, lo que es aplicable al grupo de supervisión. En este grupo, la experiencia a revisar, es lo que nos pasa en las diversas situaciones de ayuda en las que nos encontramos en nuestra vida profesional y que nos representa, de alguna manera, duda, inseguridad o cuestionamientos. El grupo de supervisión representa un espacio de contención en donde el terapeuta puede revisar su “versión de sentido” (Moreira, 2011, p.315), a partir de compartir la descripción de la experiencia vivida. Por lo que va más allá de una metodología, de un mero registro. Moreira (2001), afirma que así es como el terapeuta puede hacerse consciente de sus sentimientos de duda, miedo, vergüenza, entre otros y cómo se va formando la identidad del terapeuta.

En este documento pretendo recuperar y darme cuenta, de qué elementos en la relación, identificamos como el grupo de facilitadores que somos, en este espacio de contención que nos permite explorar nuestra particular e irreplicable relación facilitador-cliente, en las diversas relaciones de ayuda, -como las engloba Rogers (1964). Así como identificar mis formas de interacción con mis compañeras de supervisión y su impacto en ellas; qué facilita y qué entorpece.

Son tres las condiciones que Martínez (1998), identifica como importantes en el proceso de supervisión de la relación terapéutica:

1. Autenticidad y congruencia. - entre lo que piensa y siente el terapeuta y lo que hace. Aunque he de aclarar que Rogers (1964) se refiere a la congruencia como la consonancia entre la experiencia organísmica y el autoconcepto.
2. Aceptación y amor incondicional. Particularmente, la aceptación, es de los ingredientes fundamentales para crear la atmósfera de una facilitación bajo el marco rogeriano. Esto tiene que ver con la incondicionalidad, es decir, la aceptación del terapeuta no está condicionada a que la otra persona sienta, piense o actúe de determinada manera. El terapeuta es capaz de sentir aprecio por la persona tal cual es. Será más fácil para el terapeuta lograrlo en la medida en que sé que conozca, acepte y aprecie así mismo tal cual es, habiendo pasado también por procesos difíciles o dolorosos de autoconocimiento y cálida aceptación.
3. Comprensión empática del terapeuta.- además de ser capaz de entender al cliente, es importante que le transmita esta comprensión a partir de su realidad, desde su contexto y desde su particular manera de ver el mundo.

El crecimiento en los grupos de supervisión es de todos los integrantes. La auto-exploración, acompañada en un ambiente de respeto, calidez y aceptación, facilita ver

nuestros puntos ciegos, el lado oscuro, poco reconocido y aceptado por nosotros mismos. Cuando el facilitador es capaz de comprenderse y aceptarse, tendrá más recursos para establecer relaciones de empatía con el otro, ya sea cliente, pareja o estudiante, según sea el caso. Scheifler (1990), señala al respecto que:

La relación con el otro nos saca del encierro en nosotros mismos, nos permite descubrir nuestra identidad y nos lleva a darnos con todo lo que esto significa (conocer al otro, comunicarnos, responsabilizarnos y hasta confiar y perdonar); es decir, el amor –en toda la amplitud de su gama- manifiesta claramente la auto trascendencia del hombre (p. 94).

El beneficio del crecimiento personal suele repercutir favorablemente en las relaciones interpersonales de los diferentes contextos en los que la persona se desenvuelve, pues generalmente, esta se muestra satisfecha y optimista. En “El camino del ser”, Carl Rogers (1986), relata que cuando una persona se ha sentido profundamente comprendida, pasan muchas cosas, con frecuencia lágrimas en los ojos, llorar de alegría, expresar con palabras agradecimiento, hablar de una sensación de libertad, expresar emoción de emprender proyectos nuevos, entre otras.

### **1.5 La aportación del presente Reporte al campo del Desarrollo Humano (DH)**

En este apartado presentaré los aportes de mi experiencia como integrante de un grupo de supervisión entre colegas en el marco de la MDH desde el Enfoque Centrado en la Persona.

El Enfoque Centrado en la Persona (ECP), no tiene una propuesta como tal de un grupo de Supervisión entre colegas, sin embargo, Rogers (1985), concluye que las propuestas de la terapia y los constructos que ha formulado, son aplicables a todas las experiencias de la persona y a los diferentes ámbitos de sus relaciones interpersonales. Reconoce que la construcción del Yo (Rogers, 1985), es producto de la experiencia y de la interacción con los otros. En la relación terapéutica, a medida que avanza la interacción, se revisan

y modifican los significados de las experiencias vividas, igualmente en el grupo de supervisión entre colegas; al revisar los casos o experiencias en las relaciones de ayuda, se profundizan, comparten y modifican o resignifican los significados de las experiencias.

### **1.5.1 Grupo de supervisión entre colegas como experiencia personal, encuentro interpersonal y relación con el crecimiento**

Al igual que en una relación de ayuda o terapéutica, lo que motiva al cliente es la necesidad de satisfacer la tensión experimentada (o resolución del estado de vulnerabilidad), que es lo que impulsa la tendencia actualizante, de la que habla Rogers (1985), en el sentido de la capacidad para continuar creciendo y desarrollarse. En el grupo de supervisión de colegas, el reconocimiento de esa sensación de tensión producto de la experiencia de la relación de ayuda, es lo que impulsa a exponer el caso en el grupo, a detenerse a revisar qué pasa en el terapeuta, pues ello permite que todo el organismo proporcione información para comprenderse a uno mismo; fluye la creatividad entre la persona y sus pares. Cuando la interacción en un grupo de supervisión contiene los atributos de la relación, propuestos por Rogers(1964), las reacciones ante la amenaza disminuyen, es decir, si el psicoterapeuta experimenta confianza, respeto, aceptación y congruencia, podrá liberarse de sus propias defensas y de sus resistencias, y accederá más fácilmente a la experiencia y la conciencia de esta.

Martínez (1998) desarrolló un modelo que se llama “Enfoque humanístico-existencial y sistémico” y como parte de conclusiones, enfatiza la importancia de que el terapeuta explore y profundice en sus actitudes, posturas y filosofía de vida, pues lo básico, tanto en un proceso terapéutico, como en la supervisión, es el ser humano, siendo la calidad de la relación lo que alienta el crecimiento. No pretendo crear un modelo de supervisión entre colegas, sin embargo, puedo dar cuenta de los elementos que han estado presentes a lo largo de estos años en el grupo y retomarlos desde el enfoque humanista-existencial.

### **1.5.2 Grupo de supervisión como relación de ayuda**

A lo largo de este documento se menciona la relación de ayuda. Rogers (1964), utiliza este término para referirse a cualquier tipo de relación, como podría ser la de padre-hijo, maestro o tutor-estudiante, jefe-subordinado, terapeuta-cliente, asesor-consultante, líder de grupo-grupo, entre otros. Y cuando, por lo menos, una de las partes tiene por objetivo ayudar al o los otros a desarrollarse, crecer o madurar; promover el crecimiento de alguna manera. En el grupo de supervisión entre colegas, la relación de ayuda se da en la interacción entre todos los participantes y redonda también en la relación que el facilitador está supervisando.

Las características comunes identificadas en diferentes investigaciones como efectivas para facilitar el desarrollo y funcionamiento maduro, retomadas por Rogers (1985), las resumo como sigue:

- Actitud del facilitador cálida, equitativa vs. Rechazo o imposición.
- Facilitador como promotor activo de la participación del otro. Relación de persona a persona.
- Actitud del facilitador de aceptación incondicional vs. Juzgar, etiquetar, interpretar, comparar.
- El cliente, alumno, grupo, o el “otro” de quien se trate, siente confianza en el facilitador.
- El otro se siente comprendido.
- El otro se siente libre de juicios e imposiciones y va siendo él quien elije y toma decisiones.
- El facilitador habla claramente de sentimientos que el otro tenía confusos o no se animaba a expresar.
- El otro percibe del facilitador aceptación cálida e incondicional.

Así pues, el grupo de supervisión entre colegas es un modo de relación de ayuda de acuerdo a la percepción rogeriana.

### **1.5.3 ¿Estoy creando relaciones de ayuda?**

No basta con que el profesional asuma que el dominio teórico garantiza que logra poner en práctica lo necesario para establecer una relación de ayuda en forma eficiente, tal como se describió en el apartado anterior. Rogers (1964), afirma que de esta manera podemos evaluar nuestra experiencia en la interacción, en la relación. Una forma de evaluar la actuación como facilitador es la participación en un grupo de supervisión. El grupo es de gran ayuda para que el terapeuta o facilitador se cuestione aspectos que no está percibiendo; sus lados oscuros o poco conocidos. El grupo favorece que el profesional se detenga a revisar qué le pasa en su interior cuando el otro expone “x” tema, o cuando se comporta o contesta de “x” manera; se permite descubrir que le está siendo difícil aceptar incondicionalmente al otro o que no logra establecer una relación eficiente, es decir, que le ayude al otro a crecer (Rogers, 1964). Asimismo, agrega el autor (Rogers, 1964), que seremos capaces de crear relaciones de ayuda, en la medida en que se establezca una relación de ayuda con uno mismo. Cuando percibo alguna incomodidad o incongruencia con lo que estoy viviendo en una relación de ayuda, es cuando me ayudo, exponiendo el caso en la sesión de supervisión. Necesito distinguirme del otro, atender a mis sentimientos, mis miedos, vencer mis resistencias para expresar y aceptar lo que vivo, en el grupo de supervisión; para poder continuar acompañando al otro. Puedo comprender y aceptar libremente al otro cuando logro retomarme a mí. Este ir y venir en mi relación conmigo y en mi relación con el otro, no tiene fin, es alentador en la medida en que lo viva como una experiencia en la que desarrollo mis potencialidades.

### **1.5.4 Grupo de supervisión y grupo reflexivo**

Mi acercamiento al entonces llamado “equipo reflexivo” fue en el contexto de la Maestría en Terapia Familiar. En esta propuesta trabajan en forma interactiva: el o los terapeutas, el equipo reflexivo y la familia, sin embargo, Andersen (1994), recomienda

que se utilice también para docencia y supervisión entre pares. Yo encontré similitudes de esta propuesta con lo que hacemos en el grupo de supervisión. Las familias con las que utilizamos el equipo reflexivo, parecían agradecer los comentarios que escuchaban del equipo; era como participar activamente en su proceso terapéutico. Como terapeuta, se cuidan una serie de elementos, entre ellos: utilizar palabras que sean accesibles a la familia, favorecer, mediante cuestionamientos a que la familia explore, indague, comprenda su forma de percibir, de sentir, de entender, de significar sus experiencias; no aconsejar ni opinar, no enjuiciar, no criticar; los comentarios se hacen desde la postura de creer que la familia es quien tiene las respuestas, la posición reflexiva de Andersen (1994), facilitaba que el otro se percibiera a sí mismo como un participante activo; le da cierta sensación de poder y promueve la creatividad. Sin embargo, no hay una forma “correcta” de trabajar. Las actitudes de las familias, me recordaron mis experiencias en el grupo de supervisión, en el que tampoco existe una sola forma de supervisar, y en la que la interacción entre nosotras, nos lleva a una reflexión profunda; es como ir construyendo, y de acuerdo a las capacidades de cada una, surge la creatividad para utilizar metáforas, cuestionamientos, silencios, en fin, diferentes ideas para trabajar.

Según, Andersen (1994), los orígenes del equipo reflexivo se remontan a 1974, cuando varios profesionales empezaron a reunirse de manera informal para compartir modelos de pensamiento y trabajo: Tom Anderson (Noruega), Lynn Hoffman del Instituto Ackerman (Nueva York), Luigi Bóscolo y Gianfranco Cecchin (Milán), Brian Cede de Cardiff, Gales, entre otros. Posteriormente se fueron incorporando profesionales de Canadá, Bélgica, Roma, Texas. Andersen (1994), como producto de estas interacciones entre profesionales, afirma que las ideas que mejor funcionan son las que fluyen dentro de un sistema, no las que son impuestas desde afuera. Para comprenderse entre quienes ejercían con base en los diferentes modelos y disciplinas, descubrieron la conveniencia de compartir de forma directa sus estilos.

Las prácticas reflexivas cada vez son más usadas en los procesos de pensamiento colectivos, como son la docencia y la terapia, entre otros. Para Erazo (2011), la práctica reflexiva se da en contextos sociales, una de ellas es la que se intenciona entre profesionales, facilitando la revisión y el cuestionamiento de sus modos de actuar, las teorías en que se basa, lo que aporta y su actuación. Erazo (2011), afirma que el profesional reflexivo tiene la capacidad de analizar su propia práctica, asume la responsabilidad de resolver problemas y genera alternativas de solución.

Otra de las características del grupo de supervisión actual, es que reflexionamos en torno a los quehaceres de cada una de las participantes. Cuando en supervisión utilizamos las videograbaciones, para revisar, junto con el grupo, nuestras intervenciones, nos estamos permitiendo “vernos trabajar”. Los conceptos que se consideran Andersen (1994), básicos, en lo que se denomina la reflexión, son:

- Idea: vislumbrar algo, puede ser una descripción, una explicación o un significado.
- Descripción: es como un cuadro en movimiento que incluye las cualidades de los sentidos: ver, oler, gustar, sentir con el tacto y sentir desde el interior del organismo.
- Explicación: es como cómo comprender el cuadro, incluye el significado que tiene para la persona.

La comprensión de los conceptos anteriormente descritos es la base para definir la responsabilidad. Soy responsable de mis descripciones y mis significados, así como soy responsable de lo que hago y digo en consecuencia. Yo decido si permito abrir mis órganos sensoriales y permitir que el otro se abra para indagar, explorar, extraer. También es preciso identificar lo que se quiere observar; cada persona tiene su explicación y descripción de lo observado y es igualmente válido, finalmente, cada persona vive su realidad. Andersen (1994), refiere que cuando dos personas se encuentran, se dan dos procesos de diálogo; uno consigo mismo y con el otro (el paradigma de interno-externo está rebasado). Cuando este intercambio no amenaza la integridad, puede ser benéfico o curativo, como en el caso de la psicoterapia;

permite al otro que esa conversación con el otro se convierta en algo suyo, y de esta manera, le otorga nuevas perspectivas.

El proceso reflexivo aporta elementos para comprender los significados, tanto los propios como los del otro, cuidar los tiempos que ambas partes necesitan para explorar y comprender sus significados, es decir, el proceso de pensamiento de ambos. Se relaciona con lo que Rogers (1964), refiere acerca de la importancia del encuentro interpersonal y el crecimiento de las personas. El modelo del equipo reflexivo en el que participé, al igual que en el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), es no directivo, promueve el descubrimiento y desarrollo de las potencialidades de la persona. Y también es de gran ayuda prestar atención a la comprensión del contexto que incluye las pautas culturales, sociales, educativas, en las que se desarrolla la persona.

### **1.5.5 Grupo de supervisión y facilitador de grupo de encuentro**

El término de *facilitador de grupo de encuentro* es de Rogers (1997), quien trasladó su filosofía y postulados, de la terapia individual a los grupos. Es decir, así como la relación terapéutica se basa en la capacidad de la persona para desarrollarse, afirma que los grupos son como un organismo, que tienden a querer estar bien y que el grupo también posee una sabiduría interna. Sin embargo, a pesar de que todos los grupos tienen esta misma posibilidad, no todos logran esta transformación para convertirse en un grupo sano. Una de las observaciones que hizo Rogers (1997), era cómo se vivía como facilitador de grupo y como participante del mismo, pues el facilitador tiene una cierta responsabilidad por el desarrollo del grupo.

En el origen, nuestro grupo de supervisión, si tenía una “facilitadora”, que era la Directora del Centro. De ella, y de una de las maestras, fue de quien recibimos el entrenamiento. Sin embargo, con el paso del tiempo, ese rol se ha diluido y ahora todas tenemos el rol de participantes, y en una misma sesión, podemos, varias de las integrantes, facilitar a quien está trabajando alguna situación que requiere revisar.

### **1.5.6 ¿Cuáles son las condiciones para que un grupo crezca?**

En la propuesta de Rogers (1997), los atributos para que la relación del grupo sea de crecimiento para sus integrantes, son similares a los de la relación en la terapia individual:

- Filosofía: confianza en que el grupo y sus miembros desarrollará su potencial, así como el de sus integrantes
- Libertad de ambas partes para participar en el grupo.
- Los participantes pueden hacer preguntas a otros integrantes de grupo, pero no pueden interpretar ni enjuiciar.
- Actitud del facilitador: respetar el rumbo del grupo, arriesgarse a expresar con sinceridad sensaciones y sentimientos. Dar prioridad al proceso del grupo que a las necesidades propias.
- Atención esmerada y sensible a lo que expresa cada participante, cada uno merece ser escuchado y comprendido.
- El centro es la persona que está hablando en ese momento. Interés en el significado y sentimientos que le despiertan a la persona la experiencia que está relatando.
- Creación de un clima seguro. Enviar señal verbal o no verbal de que se está con el otro acompañándolo en sus sentimientos, ya sea cuando sufre o cuando se alegra. Son expresiones auténticas del sí mismo.
- Aceptar al grupo tal cual es. No presionarlo a que logre un nivel que no tiene.
- Respetar la forma individual de estar en grupo. Es válido no participar, mantener silencio, siempre y cuando el facilitador se cerciore de que no es producto de la resistencia al dolor.

- Aceptar lo que el otro dice sin perder el tiempo en sospechar lo que en realidad quiere decir, es su decisión si quiere aclarar más adelante lo que realmente siente.
- Explorar los sentimientos presentes de las experiencias pasadas.
- Comprensión empática.- intentar comprender el significado exacto de lo que dice el otro.
- La acción facilitadora es aquella que ayuda a que la persona clarifique, tanto para ella como para los demás lo que la persona dice, siente y le significa la experiencia que está expresando.
- Retomar lo que la persona dice de forma general para devolverle sus significados.
- Concordar con los sentimientos del otro. - El origen es el deseo de comprender y acompañar, la experiencia va ayudando a percibir y comprender el momento propicio para que el otro exprese sus sentimientos.
- Manifestar el sentimiento persistente que produce el grupo o alguna persona de manera auténtica. Cuando eso sucede, no es posible dejarlo pasar de largo, es necesario compartirlo con la persona o grupo. Es recomendable decidir el momento adecuado, si el facilitador no tiene claridad, es mejor esperar.
- Retroalimentación y enfrentamiento. Identificar cuáles son los sentimientos que del facilitador, para así expresarlo al retroalimentar o enfrentar a un participante; retomar expresiones del mismo participante para hacerlo y expresar claramente la opción de detener este proceso en la medida en que el participante pueda ir procesándolo y recibiendo.
- Expresión de los propios problemas. - Identificar cuando un problema del facilitador está afectando su manera de estar en el grupo. Es su decisión si lo trabaja en otro espacio, sin embargo, el grupo lo percibe y ayuda si el facilitador lo comparte.
- Potencialidad terapéutica del grupo. Confiar en la capacidad del grupo para tratar a algún integrante cuando presenta alguna conducta psicótica o extraña. A

menudo, algunos miembros del grupo, pueden seguir tratando al otro, como persona, más allá de sus conductas.

- Movimientos y contactos físicos. - Aprender a detectar con qué contacto físico y expresión no verbal el facilitador se siente espontáneo, auténtico y es conveniente para él y para el otro. Hacerlo con precaución en un grupo, ser sensible a lo que el otro necesita.
- Detectar las fallas personales. - Revisar cuando el facilitador se siente incómodo de lo que dijo o hizo, con cierta frecuencia, se da cuenta de inmediato de errores. Ayuda revisar las grabaciones o videograbaciones, recibir la retroalimentación de grupo y de los co-facilitadores.

Considero que los atributos anteriormente descritos, los tiene el grupo de supervisión de colegas en el que participo. El que considero más valioso es la expresión de los propios problemas para estar y fluir con el grupo, que implica la decisión de atender o no el problema en el grupo y hasta dónde se quiere profundizar, lo que requiere madurez personal y profesional tanto individual como grupal para identificar y expresar el problema con la certeza de que el grupo es capaz de comprender, atender y respetar la profundidad hasta la que el otro quiere trabajar en el grupo el problema personal que en ese momento le está impidiendo atender los casos a supervisar. Es un indicador de que otros atributos están presentes como: la comprensión empática, la aceptación incondicional, el respeto, la congruencia. Y estas condiciones que Rogers (1997) plantea para que el grupo crezca, me servirán para contrastar los atributos que resulten en el cuestionario a aplicar.

Retomo a Lafarga (2003), quien plantea la hipótesis de que la relación de ayuda óptima es la facilitada por una persona psicológicamente madura, es decir, en la medida en que el facilitador es capaz de comprenderse, amarse, aceptarse, desarrollar sus potencialidades, podrá acompañar a otros en ese camino de crecimiento. En el quehacer como psicoterapeuta, me parece básico participar de forma continua y formal en un grupo de supervisión de colegas, facilita acompañar profesionalmente este camino de continuo de crecimiento.

## CAPÍTULO II. VINCULACIÓN CON EL DESARROLLO HUMANO

### 2.1 Vinculación del desempeño laboral con el Desarrollo Humano

Mi participación en un grupo de supervisión la revisaré desde el Enfoque Centrado en la Persona, por lo que al principio describiré brevemente la propuesta de Carl Rogers y de la Psicología Humanista y posteriormente iré abordando cada uno de los conceptos que son centrales en el trabajo que ahora se presenta. Además, el trabajo se aborda desde el campo de la psicoterapia, por lo que la construcción abarca mi participación profesional en ambos campos.

#### 2.1.1 Orígenes de la Psicología Humanista.

Me parece importante rescatar brevemente cómo es que surge, la llamada “Tercera Fuerza” de la Psicología, como se definió a la Psicología Humanista. Las dos anteriores eran el psicoanálisis y el conductismo, ambas intelectualistas, basadas en el diagnóstico, la autoridad incuestionable del profesional, y en la primera, el uso de la interpretación como técnica. Rogers, revoluciona, fijando el objetivo en el cliente y en técnicas, que, en un principio, llamó no directivas (Gondra, 1978).

Carl Ransom Rogers nace el 08 de enero 1902 en Illinois, en el seno de una familia protestante. Sus padres, Walter, Ingeniero civil y Julia, eran de ascendencia inglesa y nacieron ambos en Estados Unidos en 1868. Rogers estudió licenciatura y doctorado en Psicología Clínica en 1928 y posteriormente doctorado en Filosofía en 1931. Trabajó con psicólogos anti freudianos como Otto Rank. Posteriormente trabajó como profesor en la Universidad de Ohio y en la Universidad de Chicago en 1945. Además de la docencia, dirigió un centro de asesoramiento y realizó proyectos de investigación mediante la técnica de grabar las sesiones con sus clientes, sistematizar la información y la formulación de sus descubrimientos clínicos, parte de los que presentó en su primer libro escrito en 1942 “*Counseling and Psychotherapy*”. Amplió sus conceptos centrados en el cliente y sus prácticas. Durante años, también proporcionaba asesoría individual y

continuó publicando sus conceptos y métodos a la vida familiar, a la dinámica de los grupos y los grupos de encuentro y también en la educación. Rogers fue un gran ejemplo como terapeuta y científico. Fue el primero en introducir el método empírico a la terapia, afirma Gondra (1978). Por su parte, Segrera (2002), enfatiza la relevancia de la actuación activa de Rogers en organizaciones profesionales y científicas, siendo uno de sus cargos más relevantes el de primer presidente de la Asociación Psicológica Americana –de 1946 a 1947-y de 1956 a 1958, el primer presidente de la recién fundada, Academia de Psicoterapeutas.

Esta denominada tercera fuerza, nace en Estados Unidos entre los años 50`s y 60`s. En estos años, hubo una gran influencia de los europeos que llegaban huyendo del dominio nazi y coincidía también con el auge tecnológico y el impacto de la bomba atómica en Hiroshima en 1945. Como efecto de estos fenómenos, se despiertan cuestionamientos acerca del valor y sentido de la vida y crece el interés por la filosofía existencialista de los inmigrantes. El centro de interés se enfoca en el interior del hombre. Se cuestiona y profundiza en temas como la enfermedad, la oportunidad de crecimiento de la persona, lo que resulta básico para replantear la psicoterapia como una posibilidad de ofrecer a la persona oportunidades para descubrirse, ampliar sus capacidades y crecer. Se cuestionan las instituciones como parte del problema social que enferma: las escuelas, la familia, el trabajo, la religión, el gobierno; enferman porque contribuyen a la alienación de la persona. Algunos de los inmigrantes que influyeron con sus propuestas existencialistas fueron: Alfred Adler, Fritz Perls, Ruth Cohn, Karen Horney, Frieda Fromm-Reichman y Helene Deutsch. Carl Gustav Jung, aunque no se fue a Estados Unidos, sino que permaneció en Suiza, coincidía con esa ideología.

El enfoque de Rogers se denomina Centrado en la Persona, porque retoma al individuo, enfatiza el ser persona, que es más que la suma de sus partes. Se enfoca en atender la experiencia de la persona, en respetar su autenticidad, su ser único e irrepetible. Está en contra de la exigencia científica objetiva. Al respecto, Segrera (2002), afirma que Rogers revolucionó el campo de la psicoterapia, al incluir el concepto de cliente en lugar de paciente en esta postura no directiva, y con el uso y publicación de las grabaciones de

las sesiones del proceso terapéutico. Rogers (1981), enfatizó la importancia en la relación interpersonal promotora del desarrollo humano, sobre las técnicas empleadas

### **2.1.2 La relación interpersonal que promueve el desarrollo.**

En este apartado, explicaré la importancia de la relación interpersonal como uno de los conceptos más importantes del Enfoque Centrado en la Persona (ECP), mismo que retomo para fundamentar la base del grupo de supervisión.

Rogers se inspiró en la “Terapia de la Relación” de O. Rank, (en Gondra, 1978), misma que pone su valor en la no interferencia y en la confianza en la tendencia al crecimiento de la propia persona. Rogers concordaba con la filosofía de O. Rank en cuanto al derecho a la independencia de la persona, sin embargo, no se une completamente al “Grupo de Filadelfia” de la terapia rankinana, sino que decide elaborar sus propias técnicas basadas en su experiencia, crear o descubrir el procedimiento y medir los resultados. Sin embargo, Gondra (1978), considera que ese fue el punto de partida para la psicoterapia de Carl Rogers, quien desde entonces tenía el propósito de convertir la psicoterapia en ciencia y no quedarse a nivel de arte. Gondra (1978, p. 23), resume en ocho las principales características de la terapia de la relación, que posteriormente se convertiría en la psicoterapia de Rogers y son las siguientes:

1. Este método terapéutico es aplicable solo a personas que acuden voluntaria y libremente a consulta.
2. En contraste con psicoanálisis, el énfasis del proceso terapéutico está en la confianza en el valor del efecto sanador de la relación que se establece entre el cliente y el terapeuta, es decir, en la relación interpersonal.
3. Tiene que ver con la vinculación emocional que se va construyendo entre cliente y terapeuta. El cliente posee libertad y confianza para explorar y expresar sus emociones, sentimientos y pensamientos.
4. El terapeuta se enfoca a crear una atmósfera adecuada para que el cliente se sienta con libertad de expresar: aceptación, ausencia de críticas o

enjuiciamientos, no impone programas, no aconseja, no hace recomendaciones.

5. Los resultados de este método se dan en la clarificación del individuo que conducen o favorecen su comprensión y aceptación. Permite una mayor profundidad que la interpretación.
6. La confianza está en la capacidad de la persona. El cliente no es un sujeto pasivo, sino el actor principal de auto conocimiento y crecimiento. La terapia es pasiva, porque el terapeuta deja a un lado la interpretación, la imposición de programas entre otros.
7. La terapia pasiva, enseña a la persona a vivir en relación, aprende a interactuar con el otro de una manera diferente, libre, respetuosa, aceptante.
8. Capacita a la persona a resolver sus problemas, desde este punto de vista resulta más efectiva para el ajuste psicológico de la persona.

En la supervisión grupal, este tipo de relación interpersonal, facilita la exploración de los puntos ciegos en el quehacer como facilitadoras del crecimiento o terapeutas, al ir clarificando, en un ambiente de respeto, libertad y aceptación, los obstáculos que se nos presentan y que tienen que ver con áreas inhibidas que tenemos que trabajar. A continuación, se detallan estos atributos de la relación interpersonal:

#### *2.1.2.1 La congruencia como atributo en la relación desde el Enfoque Centrado en la Persona.*

La congruencia o autenticidad del terapeuta, es una de las cualidades de la relación interpersonal que Rogers introduce, (Gondra, 1978). Este atributo tiene que ver con la evolución de la reflexión e investigación de Rogers en la relación interpersonal. Supone que el terapeuta, además de comprender profundamente al cliente, le requiere estar completamente, es decir, en una concordancia entre su experiencia orgánica y su autoconcepto, de tal manera, que esté presente con todo su ser en la relación.

Este descubrimiento lo lleva a concluir que el proceso terapéutico, entendido como el proceso mediante el cual uno se hace o se recupera como persona, es un proceso

dinámico, donde las etapas o fases por las que se transita, no son rígidas, sino que cambian en el modo de experienciarse a uno mismo.

Mariano Yela, (en Rogers, 1967), plantea la posibilidad de que la congruencia sea el concepto central de la psicoterapia de Rogers, porque se es congruente en la medida en que la persona sea “capaz de percibir y comunicar la vivencia de los propios estados y proceso orgánicos” (p. XV). O sea, la congruencia incluye la percepción de los movimientos o sensaciones del organismo de la persona a nivel visceral y su representación en el autoconcepto o autopercepción. La congruencia es el camino a la autenticidad, que no solamente es experimentar, implica además irse atreviendo a verse a sí mismo, aceptarse, transformarse y abrirse a nuevas experiencias para trascender. La aceptación a sí mismo no es como conformismo, sino que habla de una aceptación como insuficiente, como un continuo de proyectos. Me viene a la mente la frase “Por favor tenme paciencia, Dios todavía no me ha terminado”. Este mensaje está en el ITESO, al pie de una escultura, con una cruz en el centro y alrededor de ella, una cadena de cuerpos humanos delgados, dándose la mano, que subía y daba la vuelta por detrás del madero superior que hacía la cruz. El mensaje es similar, se trata de aceptarse como imperfecto, inacabado, que conlleva uno de esperanza, estar en proceso de crecimiento, de desarrollo y completud. Y esta conjunción es la clave para lograr la aceptación comprensiva de uno mismo de la que habla Rogers (1967). En este proceso, la persona se hace más organizada, libre, auto-constructora, creadora, auto-dirigida. En la escultura, la persona no está sola, se trata de una cadena humana, en la terapia de Rogers (en Gondra, 1978), se enfatiza la importancia de la relación como fuente de crecimiento.

Ser congruente en la relación terapéutica implica estar abierto a las experiencias que se presenten, para lograrlo, el terapeuta debe haber vivido su proceso, mediante el acuerdo entre el concepto que tiene de sí mismo y lo que experimenta organísmicamente. Como lo mencioné anteriormente, no se trata de que el terapeuta sea totalmente congruente e integrado, pues se trata un proceso a lo largo de toda la vida, sino que sea parte de su vida este ser él mismo durante la sesión. Que esté familiarizado con sus pensamientos, sensaciones y sentimientos en cambio permanentes. La congruencia trae de la mano la transparencia, lo que representó un cambio drástico en la postura del terapeuta alejado

y distante, a ser cercano, lo que implica hacer un esfuerzo para quitarse la coraza profesional.

En la supervisión en psicoterapia, la relación con congruencia y aceptación, favorecen la expresión de realidades como; “me doy cuenta que estoy tomando partido por ella”: “algo me está pasando, termino la sesiones con esa familia sintiéndome muy desgastada”: “me enoja cuando la mamá ataca a la hija” :“me sorprendí tratando de ocultar un regaño” : “me siento empantanada, me dio gusto que cancelara la sesión”, etc., y también buscar alternativas de cómo decir al otro cómo me estoy sintiendo en la sesión. Por ejemplo: “Ya sé cómo se siente tu hija cuando no la dejas hablar, en la sesión pasada me callaste más de cuatro veces. Me sentí atropellada, ignorada. Terminé la sesión enojada contigo y conmigo, quisiera que habláramos al respecto”.

Estos son algunos ejemplos de cómo iniciamos exponiendo ante el grupo alguna dificultad experimentada en nuestro quehacer, poco a poco, con el acompañamiento de las demás, vamos explorando en nuestro interior, en nuestra historia, cómo es que significamos y nos hacemos conscientes de cómo está obstaculizando nuestra relación con el otro, hasta que la persona supervisada se siente tranquila, satisfecha, con claridad sobre el asunto expuesto consigo misma y con el seguimiento a su cliente.

#### *2.1.2.2 La Consideración positiva incondicional en la relación. Un atributo desde el Enfoque Centrado en la Persona*

En relación a la definición de aceptación incondicional, Rogers (1967), plantea que:

La combinación de actitudes de tolerancia, respeto y comprensión empática se fusiona, de manera natural, en una actitud de acogida que, en el lenguaje de los terapeutas, se indica generalmente con el nombre de aceptación. Como el todo de que forma parte, esta actitud se concibe aquí como incondicional. (p. 159)

Para que la interacción entre cliente y terapeuta sea favorecedora del crecimiento, es necesario que el psicoterapeuta sienta más que respeto y empatía por la persona, es decir, que la acepte incondicionalmente. Se parece al amor que suele sentir una madre por su hijo; independientemente de lo que haga o diga, lo ama sin condiciones. Implica que el terapeuta lo vea como una persona con todo lo que le ha tocado vivir o experimentar. Esta relación favorece a que el cliente sea capaz de bajar sus defensas y lo alienta a explorarse. Gondra (1978) exige al terapeuta aceptar todos los sentimientos de la persona, ya sean positivos, negativos o ambivalentes. Implica que el terapeuta no enjuicie, no evalúe y sea igualmente receptivo de los sentimientos y estados de ánimo tanto positivos como negativos. En mi experiencia, lo más difícil de cuidar, o de darse cuenta como terapeuta, tiene que ver con el mensaje no verbal. Esos pequeños gestos que hacemos de forma inconsciente y que son percibidos por el cliente. El grupo de supervisión es de gran ayuda, pues los integrantes proporcionan una valiosa retroalimentación en este sentido. Reseño algunos ejemplos: “¿Qué te pasó, arqueaste las cejas?”, “cada vez que hablas del esposo, tocas tu cuello” “Repite lo mismo, pero más despacio, estabas hablando pausada y de pronto al mencionar lo de la molestia, lo hiciste demasiado rápido y en tono muy bajo”.

La aceptación del otro lleva consigo el interés positivo por el cliente. Es algo así como además de que no te juzgo, no te digo si está mal o bien, te acepto como eres, sin intención de cambiarte. Me interesa saber y acompañarte a que explores como estás tú contigo, qué sientes tú, como te vives con eso, cómo te ayuda o te complica la vida, tu relación con el otro. Gondra (1978), afirma que esta aceptación se convierte en amor por el otro.

La característica de “incondicionalidad”, en ocasiones es difícil de asimilar. No implica estar de acuerdo con lo que hace dice o siente o una persona, sino en aceptar y recibir toda su experiencia. Recuerdo que cuando iniciaba en terapia familiar, en el fondo tenía miedo de citar a un padre, que por su esposa e hija, a quienes empecé a atender, me enteré de que era violento. En la primera sesión se mostró muy callado, sin embargo, se sorprendió cuando le pregunté cómo se sintió después de que tomó a la hija de 19 años por el cabello y la tiró al suelo. Se quedó muy callado, me miró con ojos llorosos y con

voz entrecortada comento “mal, muy mal, de la ch..., después me dura el enca... conmigo varios días”. Tanto la esposa como la hija se sorprendieron. Le dijeron que nunca antes les había pasado por la mente que él se sintiera mal o arrepentido. Esta comprensión de la esposa y la hija por los sentimientos del padre, no significó que estuvieran de acuerdo con esas conductas agresivas, sin embargo, abrió la puerta a una nueva forma de relación. Con este relato, intento clarificar la diferencia de aceptar a la persona, pero no su conducta. Este interés de terapeuta facilita continuar explorando, junto con el otro, cuáles fueron las circunstancias de su vida, sus experiencias y sentimientos respecto a una experiencia en particular. Esto es posible, tanto en sesiones individuales como de pareja o familia. En la supervisión, y en las relaciones establecidas en el grupo, puedo experimentar la aceptación de mis compañeras, sobre todo cuando me descubren mis puntos ciegos, mis obstáculos. Mi sensación es que me aceptan primero que yo misma. Es como estar tomada de la mano mientras me arriesgo a descubrir algo no agradable de mí. Su manera de relacionarse con una comprensión positiva incondicional la experimento auténtica, solidaria y la vivo como un proceso grupal de crecimiento acompañado.

### *2.1.2.3 La relación empática. Un atributo del Enfoque Centrado en la Persona*

La comprensión empática es la tercera cualidad, que en la relación interpersonal, debe desarrollar un terapeuta desde el ECP (Rogers, 1964). Por su parte, Gondra (1978), al igual que Rogers (1964), plantea que la empatía tiene dos requisitos; el primero es comprender a la persona desde su marco propio y su contexto y el segundo es saber comunicar al otro que se le está comprendiendo. Implica el desafío de hacer a un lado los propios significados para entender y sentir los significados del cliente. Es comprender y sentir con el cliente, sin fusionarse con él, sin confundir lo que es propio y lo que es del otro. El terapeuta se mantiene con la claridad y objetividad suficientes para diferenciar las emociones propias de las del otro. El terapeuta capta los significados, tanto implícitos

como explícitos y comprende la manera como el cliente los experimenta en el momento que está viviendo, tal como lo ve, lo percibe el otro.

En cuanto a la comunicación de la empatía, Gondra (1978), sostiene, que para Rogers era muy importante diferenciar la estrategia del reflejo de sentimientos que hacía al cliente, con comunicar, mediante una relación interpersonal, la empatía del psicoterapeuta. Y que para hacerlo era básico utilizar la simbolización del cliente, utilizar el lenguaje del otro, sintonizar con él y no utilizar terminología especializada. De esta forma, el terapeuta le comunica al cliente que tiene interés genuino en su persona, en comprender sus significados y lo alienta a explorar y entender más de sí mismo. Rogers (1964), practicó la relación empática y la comunicación de la misma, aún con pacientes psicóticos, y afirma que abrirse a esas experiencias extrañas o desconocidas, ayudan a crecer al terapeuta (en Gondra, 1987).

Medina (2011), por su parte, utiliza una técnica a la que denominó “preguntas estúpidas” (p.157). Se trata en primer lugar de que el psicoterapeuta asuma la postura de no dar por sentado nada y hacer preguntas aún más allá de lo que pudiera parecer obvio. Y menciona que este modo de intervenir no es nuevo, que es de lo más humano. Es como la curiosidad de un niño pequeño cuando pregunta acerca de todo, cuando está descubriendo el mundo. Otro ejemplo es la etapa en la que un extranjero que se muda de país y las costumbres le son desconocidas, sorprendentes e inexplicables. Implica interesarse profundamente y con respeto por las creencias, valores y significados que ayudan a comprender la forma de pensar actuar y sentir del otro. De esta manera se entabla el diálogo y la relación psicoterapéutica. Aún en un aparente y mismo contexto, que podría ser nuestra ciudad de Guadalajara, son muy diferentes, las costumbres, la cultura y la forma de percibir el mundo, dependiendo del nivel socioeconómico, la formación, religión, las oportunidades y el ambiente laboral, escolar, de las personas; entre otras cuestiones. Este modo de relacionarse y de transmitir al otro la empatía, favorece el descubrimiento de creencias y pensamientos erróneos que obstaculizan el crecimiento y la interacción. Es importante “No dar por sentado nada”, como dice Medina (2011, p. 170), abre puertas a la comprensión de mundo desconocidos, incluyendo el

interno, tanto propio como del otro; y esto se logra mediante la relación que tiene como atributo, la empatía.

Todavía en el grupo de supervisión, me sorprenden preguntas como ¿de dónde viene eso? ¿quién dice eso? ¿eso es tuyo? ¿qué entiendes por...? Esas preguntas me indican que estoy dando por sentado ideas y que yo misma necesito darme tiempo espacio para revisar(me) y entender(me). La relación y la comunicación de la empatía en mi grupo de supervisión, me impulsa a comprenderme. Y en la medida en que formulo preguntas y reviso si estoy entendiendo como piensa, siente y actúa el otro, le comunico, mediante mi manera de relacionarme, mi interés por comprenderlo profundamente tal como se vive.

### **2.1.3 La simbolización. Otorgar significado a la experiencia**

Rogers (1985), señala que la simbolización es el proceso mediante el cual las personas elaboran símbolos o significados en la conciencia, que pueden corresponder o no a la realidad de su entorno, pero, aun así, forman parte de la experiencia de quien los construye. Por lo que, agrega, la conciencia es “de naturaleza transaccional, que es una construcción que surge de nuestra experiencia pasada y también una hipótesis o prognosis para el futuro” (p.28)

Rogers (1985), también señala que “cuando hablamos de una correcta simbolización de la conciencia, queremos decir que las hipótesis implícitas en la conciencia se verán corroboradas si se las verifica actuando sobre ellas” (p. 28)

Entender a lo que se refiere la simbolización es básico para lograr la empatía con el otro. La simbolización se refiere al significado que le otorga la persona a las experiencias vividas. Rogers (1985) plantea que mientras más consciente sea la persona de llevar a la conciencia los hechos vividos, que pueden ser sensoriales o viscerales, podrá ir logrando una simbolización más adecuada y completa. Y explica al mismo tiempo, representación, simbolización y conciencia, porque considera a la conciencia como la simbolización de una parte de la experiencia vivida. Cuando la persona es capaz de simbolizar libremente la experiencia, sin ponerse a la defensiva y sin negar, es indicador de que logró hacerla consciente (Rogers, 1985).

En la sesión de supervisión, tanto como en las sesiones de terapia, es frecuente que se inicie por tener una vaga conciencia de algo que se está experimentando, como algo que apenas se percibe como fondo y poco a poco, se va acompañando al otro a clarificar los significados, hasta que se hace consciente, se va completando, resignificando la experiencia. Tanto Moreira (2001), como Medina (2011), coinciden en que, para comprender el significado de las experiencias de las personas, es importante tomar en cuenta su contexto: el lugar en donde viven, su entorno económico, político, social, laboral, familiar y etapa de vida, entre otras cuestiones. La persona es un ser social, constantemente en interacción. La religión es otro factor que también influye en el modo otorgar significado a las experiencias.

En el grupo de supervisión, es frecuente que entre todas las participantes nos ayudemos a entender los significados de las personas que atendemos y los de nosotras mismas. Por ejemplo: Alguna informa que en “x” pueblo, como no hay centros de recreación como cine, teatro, centros deportivos, opciones de talleres, etc., lo más común es que los hombres se reúnan a tomar bebidas alcohólicas por las tardes, con lo que se ha incrementado el índice de alcoholismo. Este tipo de información nos ayuda a entender que es socialmente aceptado que un hombre tome por las tardes, y que tanto él como la familia, le otorguen un significado diferente al consumo del alcohol, no como problema, sino como algo “normal” o cotidiano. Otro ejemplo sería lo que significan para los jóvenes las redes sociales o el acoso cibernético. Ciertamente que cada persona lo vive diferente, sin embargo, entender los significados sociales nos ayuda a comprender la simbolización de la experiencia que hace cada quien. Al respecto, el mismo Rogers (1985), en la introducción de su libro “*Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*”, relata aspectos de su origen, su familia, contexto, estudios y experiencias personales que pudieron haber influido en el desarrollo de sus teorías. Supongo que proporcionar estas referencias personales, ayudan al lector a comprender los significados, las creencias que motivaron a Rogers a entender y relacionarse con el mundo de esta manera.

#### **2.1.4 La experiencia. Fuente de significados**

El concepto de experiencia se utiliza para referirse a todo aquello que sucede dentro del campo fenoménico de la persona, señala Rogers (1985). Y agrega que la experiencia incluye todo aquello que el organismo percibe a través de sus sentidos: oído, olfato, tacto, vista, gusto, etc., ya sea que la persona sea consciente o no de dicho fenómeno. También denomina a la experiencia como el campo experiencial o el campo fenoménico, que se acompaña, preferentemente, de experiencias sensoriales, viscerales u orgánicas. Cuando se habla de experimentar en forma consciente, señala Rogers (1985), se refiere a que se está dando significado a una experiencia. Moreira (2001), va más allá, y propone que el centro no es la persona y su experiencia, sino que, tanto la persona como sus experiencias, son una misma carne con el mundo. Afirma que la persona deja de ser el sujeto y el mundo el objeto, para convertirse en una mutua constitución. Esto lo ejemplifica con el entrelazado que se da cuando juntamos ambas manos; no es posible identificar qué mano sostiene, pues ambas se sostienen, ambas se tocan, se acarician, se perciben.

El grupo de supervisión es un continuo fluir, es decir, cuando alguien solicita supervisión, el centro es esa persona y su mundo. Me olvido de mí y me centro en ella, en comprender su contexto, su significación, en identificar su tema de vida y acompañar sus sentimientos, pensamientos y emociones. Sin embargo, en la medida en que ella trabaja y yo interactúo con ella y con el grupo, me van pasando cosas a mí; ambas nos influimos, nos modificamos. Todo el tiempo, el centro es la persona que así lo solicita, y que se presenta entrelazada con el mundo que vive, mientras las demás nos vamos asegurando de cómo se va sintiendo y si va encontrando sus propios significados, y con ello, las posibles respuestas a sus preguntas.

#### **2.1.5 El grupo de supervisión. El psicoterapeuta y el facilitador del desarrollo**

Es frecuente el uso de grupos de supervisión en la formación de psicoterapeutas o de facilitadores de procesos de crecimiento. Esto suele formar parte de la ruta curricular de los programas de Psicología, bien sean de licenciatura, especialidad o posgrado. En

estos programas, los alumnos son los sujetos supervisados, quienes tienen una formación similar, es decir, llevan más o menos el mismo avance en los estudios, y donde la supervisión, se refiere al modo de aplicar un determinado modelo teórico-práctico de psicoterapia o en el campo de la facilitación de los recursos personales. El objetivo es que el profesor tenga un cierto grado de certeza en que los alumnos desarrollen una serie de habilidades que le permitan al profesional una cierta calidad al ofrecer sus servicios en el campo de su formación, encaminados al logro de los objetivos terapéuticos o de crecimiento. Sin embargo, en opinión de López Carrasco (1998), en México hace 18 años, cuando el autor hizo el estudio, detectó que cumplir con horas de supervisión, era más una necesidad académica, que un requisito del Estado o de algún organismo colegiado. A la fecha, esta situación continúa igual, Es decir, para ofrecer servicios como psicoterapeuta o facilitador del desarrollo humano, no es necesario presentar constancia o licencia de haber cumplido con una supervisión certificada, según la orientación psicológica que se ejerza.

Desde el ECP, el objetivo del proceso psicoterapéutico o de crecimiento, sería que el cliente alcance la madurez psicológica necesaria para su autoactualización, haciéndose responsable de sus acciones y decisiones, así como lograr el bienestar emocional.

### **De psicoterapia y facilitador de crecimiento**

Es una manera de describir la evolución del modelo de Rogers, quien revoluciona el concepto de “paciente” y lo sustituye por “cliente” o se refiere a la persona que sufre, persona atribulada, conflictuada o que simplemente necesita ayuda Rogers (1964). Y se cuestiona cómo puede ser de ayuda para la persona. A lo largo de su trayectoria profesional cambia la pregunta: “¿Cómo puedo tratar o curar a esta persona?” por “¿Cómo puedo crear una relación que esta persona pueda utilizar para su propio desarrollo?” (p.40). Esta es la base de la filosofía de Rogers, la certeza de que el otro es capaz de descubrir su capacidad de desarrollar su crecimiento, su cambio, su maduración. Y la postura del profesional cambia de autoridad y ser el que sabe a poner su ser al servicio de la creación de una relación auténtica, profundamente humana, con los atributos

descritos en el inciso 2.1.2 de este capítulo. El modelo de Rogers (1964), afirma que es aplicable a cualquier tipo de relación humana, ya sea familiar, con grupos, con clientes atribulados, en el ámbito laboral y cualquier otro. Considera que, para lograr una relación de ayuda, es necesario que el facilitador logre ser auténtico, expresar sus verdaderos sentimientos, y que perciba al otro como persona diferente y valiosa por ser quien es; solo así podrá sentir y transmitir una comprensión empática y hará sentir al otro que es aceptado incondicionalmente. Posteriormente, cuando Rogers se dedica más a grupos y a la formación de facilitadores de grupos, Rogers (1973), la filosofía de conducción de grupos centrado en la persona, “hace hincapié en el hecho de que tanto el grupo como el facilitador obtienen un crecimiento máximo cuando éste último, en vez de participar como experto en su grupo, lo hace en calidad de persona” (p.161).

En el grupo de supervisión, cuando expongo algún asunto, no podría identificar cuándo estoy hablando con la o las profesionales, especialistas y cuándo con la persona. Se trata de la persona completa en la relación y al mismo tiempo, puedo percibir la sabiduría del grupo. Rogers (1973) plantea que el grupo es como un organismo vivo y que posee sabiduría. Se requiere construir entre los miembros del grupo, una relación de persona a persona, basada en los atributos anteriormente descritos de autenticidad, aceptación incondicional, congruencia, empatía avanzando con libertad y creatividad, dando pasos “hacia el máximo desarrollo de su potencial” (p.52). Participar en un grupo de supervisión no solo es un compromiso para la práctica profesional, para mí constituye una fuente de crecimiento y de contención.

Como expliqué en el capítulo 1, el término psicoterapia se utiliza en el campo institucional de salud mental dirigida a “personas que tienen trastornos de personalidad crónicas o más graves” (Madrid, 2005, p.68). El autor hace una interesante recopilación de la terminología utilizada y su evolución, menciona otros términos como: orientador, consejero, asesoría o consejería psicológica, consultor. Entre los objetivos mencionados está la facilitación de elecciones, perfeccionamiento de la persona, toma de decisiones adecuadas, provocar cambios responsables, entre otros. Madrid (2005) plantea que los términos más utilizados en la línea humanista de forma indistinta son psicoterapia y orientación, y prefiere el término “relación de ayuda” (p.73) para englobar incluso a las

relaciones de ayuda no profesionales como las que se dan entre miembros de la familia o amigos. Madrid (2005), menciona a Rogers como uno de los autores que más se ha interesado en el tema de las relaciones de ayuda, toma textualmente la definición de Rogers como sigue: " ...toda relación en la que al menos una de las partes intenta promover en el otro el desarrollo, la maduración y la capacidad de funcionar mejor y enfrentar la vida de manera más adecuada." (p.79). Considero importante aclarar que cuando Rogers utiliza el término "otro", se refiere a persona o grupo en forma indistinta.

Ávila (2013) incluye la siguiente definición de psicoterapia; "El campo de la psicoterapia se reconoce como un conjunto de saberes y procedimientos para la *curación*, el alivio y la transformación del sufrimiento psíquico humano" (p. 7). Algunos de los recursos de este campo son, además del encuentro interpersonal, los que señala Ávila (2013), "la palabra (necesariamente destinada a intersubjetividad) y la experiencia (social y subjetiva)" (p. 7). Por su parte, González (2015) considera que la psicoterapia es "uno de esos espacios donde algunos seres humanos acudimos al auxilio de otros para procurarnos desarrollo humano sostenible; no el único espacio disponible pero sí uno en el que se atienden los aspectos conductuales, personales o inconscientes de la salud, enfermedad mental, empleando para tal fin herramientas psicológicas" (p. 21-22)

En este documento doy cuenta de mi participación en un grupo de supervisión desde el ECP, sin embargo, con cierta frecuencia hago aportaciones también desde mi quehacer en la psicoterapia, por mi formación como psicoterapeuta, por lo que tiene un matiz transdisciplinar. Sobre todo en los campos de investigación y de divulgación del conocimiento, como en las universidades, la transdisciplinariedad es muy usada. Arahao (2007), la define desde " el significado del prefijo "trans" se refiere a lo que está, al mismo tiempo, entre las disciplinas, a través de diferentes disciplinas y más allá de cualquier disciplina" (p. 342). La autora señala que la trasdisciplinariedad tiene tres dimensiones o grados: de aplicación, epistemológico y de engendramiento de otras disciplinas. Mi aportación es desde las dos primeras. Cuando empecé a hacer mis prácticas dentro del marco de la Maestría en Terapia Familiar, podía distinguir con facilidad, cuándo estaba realizando alguna intervención desde el ECP. Con la práctica, la aplicación de ambas disciplinas las voy haciendo casi de manera automática. Lo trataré de ejemplificar.

Cuando estoy atendiendo a una señora, ahora me resulta de lo más lógico, pedirle que invite a su esposo, que es con quien reporta que tiene problemas. Y aunque no dejo de ver a la persona, de empatizar con ella, ahora me cuestiono acerca de la dinámica de la pareja o familia. Abrahao (2007), señala que la finalidad de la trasdisciplinariedad, es el conocimiento, la comprensión del mundo. Creo que justo es lo que me ha llevado a estudiar ambas maestrías, tratar de contar con más herramientas para comprender a la persona, su contexto, sus relaciones. Este trabajo me está ayudando a retomar o reforzar la epistemología. Con mi participación en el grupo de supervisión, principalmente reviso mi práctica, aunque también es común que nos recomendemos bibliografía que nos ayude a soportar el quehacer, o que tomemos algún taller, conferencia o alguna otra forma de divulgación del conocimiento.

En mi experiencia, el término más utilizado es el de “terapia” o “psicoterapia” para describir el tipo de ayuda que una persona busca para aliviar su sufrimiento emocional. Así mismo, cuando las escuelas, colegios, médicos o empresas derivan personas a buscar ayuda por alguna situación difícil en la interacción con el otro, se refieren también a “terapia o psicoterapia”. Creo que no es socialmente utilizado otro término como “acude con el facilitador” o “presenta la constancia de que estás en un proceso de consejería”. Personalmente, en mi práctica profesional, intento realizarla desde la facilitación y el acompañamiento del otro, desde mi estar con mi ser, es mi constante reto y mi razón de estar en el grupo de supervisión, por ser una persona más auténtica, con mis aciertos y mis errores. Como diría Virginia Moreira (2001), con mi ser mundano, creciendo junto con el otro.

#### *2.1.6.1 Supervisión desde la visión sistémica. El constructivismo y el construccionismo.*

Fruggeri (2001), quien es psicóloga sistémica, presenta un estudio en el que diferencia; a) la supervisión en el proceso de formación, y b) la supervisión como un proceso de reflexión entre colegas. Así mismo, explica que en la versión constructivista se pone el acento en que la persona construye su mundo y no en el proceso interactivo mediante los cuales genera sus creencias. En esta postura tenemos a Humberto

Maturana, Francisco Varela y Heinz Von Foerster, quienes resaltan los procesos implicados en la creación de la realidad. Mientras que en la visión constructivista, se cuestiona a los constructivistas por centrarse en el individuo. Los primeros, como Berger y Luckmann (1966), están orientados hacia el lenguaje, las acciones y las tipificaciones, como procesos centrales para generar mundos sociales, y sostienen que los significados no se construyen en forma individual, sino social. Es con base en el lenguaje que se logra re-definir roles, relaciones y hábitos. El foco está en los procesos sociales de construcción de significados. Fruggeri (2001), sostiene que ambas posturas no son polos opuestos, sino que dependiendo de la lupa con la que se observe, es posible poner el foco de atención en la construcción individual o colectiva y/o en la interacción social. En el proceso psicoterapéutico pasa lo mismo, tanto cliente como terapeuta interactúan y construyen la sesión y se reconstruyen a sí mismos. El psicoterapeuta interactúa de acuerdo a su modelo teórico. En el grupo de supervisión, el terapeuta revisa sus significados más allá del ambiente psicoterapéutico; revisa y construye con sus pares y a la luz de un postulado teórico, sus significados. El foco está en reflexionar en torno a la interacción del supervisado con sus consultantes; el supervisor ayuda a revisar la interrelación entre el supervisado y sus consultantes. Para Fruggeri, (2001), el objetivo es mejorar la práctica del supervisado en un determinado enfoque psicoterapéutico. Y propone varias etapas: que van desde la descripción de caso; El supervisor ayuda a que el supervisado se incluya en el relato, que precise qué hizo, qué sintió, qué dijo. Describir por escrito a los personajes involucrados; El supervisor alienta al supervisado a poner atención a cómo cree que piensa, siente y percibe el problema cada uno de los participantes. Explicar la relación de cada uno de los participantes con los otros, cómo se influyen, cómo interactúan, cómo participan en el problema. Reflexionar la forma en que un cambio en la interacción podría ser concebido por cada uno. La diferencia entre si el objetivo es la docencia o la reflexión sobre la práctica profesional es el acuerdo que define la relación entre supervisor y supervisado así como en el contexto que se da; como lo expliqué anteriormente, en programas formales de estudio, normalmente será sobre objetivos de aprendizaje y lo ideal sería que posteriormente, los profesionales dedicados a la psicoterapia o facilitación de crecimiento, se mantuvieran en prácticas de supervisión con colegas, como parte de la autoevaluación de su ejercicio profesional.

La postura de Fruggeri (2001), me hace sentido, porque toma ambos modelos, el del constructivismo y el del construccionismo, de acuerdo al foco que se tiene. La autora no anula ninguna de las dos visiones, fluye entre las dos dependiendo de si lo que quiere es revisar cómo construye la persona sus significados, o en la relación con los diferentes contextos, cómo es que co-construye con los otros. Creo que toca realidad, somos parte, tanto del problema como de la solución.

### **2.1.7 La supervisión desde el enfoque fenomenológico mundano de Virginia Moreira.**

Moreira (2001), inicia con el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) de Rogers, pero su trabajo va más allá de la persona. Con el enfoque fenomenológico que denomina “mundano” (p. 24), afirma que el hombre y el mundo se influyen mutuamente; si dejamos al hombre en el centro, nos limitamos. No hay fronteras, no hay divisiones, somos simultáneamente sujeto-objeto en el mundo, así como somos al mismo tiempo sentimiento, pensamiento y emoción.

El modelo fenomenológico mundano de supervisión en psicoterapia, de Moreira (2001, p. 311), se enfoca en la formación de psicoterapeutas, sin embargo, me parece aplicable también a la supervisión entre colegas. Incluye tres dimensiones:

- a) Teórica: conocimientos adquiridos formalmente en universidades, escuelas, lecturas individuales o cualquier otra actividad encaminada a ampliar los conocimientos. Ámbito cognitivo.
- b) Experiencial: experiencia vivida durante el entrenamiento o durante el ejercicio de la psicoterapia. Va más allá del ámbito cognitivo, porque involucra también cómo se sintió y descubrir y aprender su manera de funcionar en el mundo. Es muy importante el autoconocimiento del terapeuta.
- c) Supervisión: es en donde se fusionan los dos anteriores. Es en donde el terapeuta pondrá en práctica sus conocimientos. El supervisor ayuda al terapeuta a articular la teoría con el momento vivido en el espacio terapéutico.

Moreira (2001), concibe la supervisión como un importante espacio de contención para el psicoterapeuta. El terapeuta es su propio instrumento en la terapia y la supervisión es un modo de ajustar, cuidar y contener ese instrumento; se trata de que el psicoterapeuta se dé cuenta de sí mismo. Rogers (1976), hablaba de la tendencia actualizante, como la responsabilidad del hombre, como el que se hace así mismo. Y la supervisión del psicoterapeuta es una forma de darse cuenta para hacerse responsable y tomar decisiones, en cuanto a su forma de estar en el mundo y de ejercer la profesión. El objetivo de la supervisión para Moreira (2001) es

Desarrollar las potencialidades del terapeuta, supervisado como hombre mundano y responsable de su realidad contingente. En el ambiente de supervisión se da un fenómeno de la relación intersubjetiva cliente-terapeuta-supervisor. La experiencia del mundo del terapeuta está en relación de mutua constitución con el cliente y el supervisor (p. 314).

La tendencia actualizante acompaña a la persona durante su vida, es decir, ese proceso de darse cuenta y ser responsable de su modo de ser en el mundo no termina, por tanto, la supervisión es un importante elemento de contención durante el ejercicio profesional del terapeuta, que siempre está en proceso de aprender y experienciarse en el mundo, esto es, de seguir afinando(se) como instrumento del acompañamiento y el cambio en el otro y en el de sí mismo.

Moreira (2001), propone como metodología la “versión de sentido” (p. 315). Se trata de la descripción de la experiencia vivida en la psicoterapia que proporciona al psicoterapeuta supervisado, la posibilidad de estar en contacto consigo mismo, de darse cuenta de sus miedos, inseguridades, dudas, etc., y tomar la responsabilidad de su modo de estar acompañando al cliente. La versión de sentido es un instrumento de investigación cualitativa, señala Amatuzzi (1993,1994 en Moreira 2001), y lo define como un relato breve que recomienda se haga de inmediato al finalizar la sesión de psicoterapia. La versión de sentido se enfoca en la experiencia del psicoterapeuta y no tanto en los hechos que acontecieron en la sesión psicoterapéutica. Es un registro de las experiencias del terapeuta en la interacción con el cliente y contiene el material que posteriormente se supervisará. En este registro, se pone énfasis en las sensaciones del

terapeuta. El material que proporciona la versión de sentido, le posibilita, al supervisor y al grupo, darse cuenta de aspectos que al psicoterapeuta le pasaron inadvertidos, con lo que se enriquece el desempeño del profesional, y con ello, la atención que brinda a sus clientes. Para tal fin, se pueden utilizar recursos técnicos como video, grabadora o transmisión simultánea.

La supervisión en grupo contribuye al desarrollo y crecimiento de todos los participantes, agrega Moreira (2001). También señala, que en la medida en que los participantes se desarrollan, van adquiriendo más capacidades y el grupo se va convirtiendo en auto-suficiente, con lo que aumenta también su creatividad. Al trabajarse las relaciones interpersonales en el grupo de tal forma, el grupo se convierte en un espacio de contención para todos, y de esta manera, la necesidad de un supervisor va disminuyendo.

### **2.1.8 La supervisión en un grupo de colegas**

En este tipo de grupo, se suman la ventajas de supervisar en grupo, señala Werstlein (1994 en López, 1998): todos los participantes crecen personal y profesionalmente al apoyarse entre todos, el supervisado no está solo e incrementa su aprendizaje con la interacción de todos, resuelven tareas, comparten sus experiencias, dificultades, aciertos, aprenden nuevas posibilidades, el acompañamiento los relaja y anima a exponer sus dudas, disminuye la sensación de fracaso al compartir todas las situaciones difíciles y darse cuenta de que no son los únicos que se sienten así. Así mismo, este autor señala que una de las principales ventajas de la supervisión entre colegas, es dejar de depender de un “experto” para supervisar. Werstlein (1994 en López, 1998), encuentra que la relación es más abierta, más igual, que se facilita expresar más libremente el desacuerdo en algo y aumenta la responsabilidad individual de auto-evaluarse, autoconfianza y también la auto-dirección. En estos grupos, agrega, hasta el orientador más experimentado expone sus dudas, alentando a continuar compartiendo las experiencias.

En mi experiencia, así fue como evolucionó mi participación en un grupo de supervisión de psicoterapeutas y facilitadores del Desarrollo Humano. Empezó como parte curricular

de los estudios de posgrado, en donde el supervisor era quien nos ayudaba a detectar las áreas de mejora. Al principio me era difícil, pues tenía que vencer mi resistencia a elegir “mis peores 10 minutos como facilitadora” para exponerlos ante el grupo; en este tiempo mi formación era en el campo del Desarrollo Humano. Al pasar de los años, y durante mi formación como psicoterapeuta, el grupo de supervisión lo viví como lo plantea Moreira (2001): como un espacio de contención para afinar el instrumento psicoterapéutico que soy yo misma. Mi responsabilidad en mi quehacer profesional es lo que me impulsa a ser yo quien solicite mi “turno” para supervisar. El grupo se convirtió en autogestivo cuando la maestra supervisora se convirtió en una participante más y dejó a un lado su papel de supervisora, lo que ha sido muy enriquecedor; que, siendo la psicoterapeuta con más experiencia, comparta su experiencia y supervise su práctica y su persona, al igual que todas las participantes en el grupo.

## **Los grupos reflexivos**

Los grupos reflexivos son una modalidad diferente a los grupos de supervisión. Se utilizan en grupos de trabajo y tienen como objetivo propiciar la convivencia. Están enfocados a mejorar la salud individual y colectiva y se utilizan en la Psicología Social. Por lo general, se forman de manera temporal por los compañeros de trabajo, aunque a menudo se forman por personas de diferentes niveles jerárquicos. Pueden funcionar en horas de trabajo y también fuera del ambiente laboral y al mejorar la convivencia, también disminuyen, en sus miembros, las resistencias al cambio. Estos grupos son utilizados también para promover procesos de rehabilitación, señala Rodrigues (2010). Por su parte, la supervisión en la psicoterapia, es una forma reflexión profesional que se orienta a la resolución de situaciones difíciles en el acompañamiento que se brinda a las personas. Daskal (2008), enfatiza la importancia de la supervisión clínica al proponer que el rol de supervisor, tratándose de cualquier orientación psicoterapéutica, debería ser una especialidad en sí mismo y agrega que es común en Latinoamérica, que los recién egresados inicien su quehacer como psicoterapeutas, sin contar con una supervisión formal y continua, lo que hace que el ejercicio de la profesión se ejerza sin las debidas consideraciones.

## **2.2 Elementos relevantes de la experiencia de trabajo.**

En este apartado, describiré los beneficios más significativos que he identificado participando en un grupo de supervisión como facilitadora y psicoterapeuta, con una formación en el Enfoque Centrado en la Persona.

### **2.2.1 Grupo de supervisión; sentido y trascendencia.**

El objetivo de mi estar en el grupo de supervisión, tiene que ver con lo que Scheifler (1990), comenta de la forma de “cargar el canasto” (p. 106) y se refería al modo de vivir la vida, de relacionarse con el otro. Así mismo afirma que es posible relacionarse con el hecho más despiadadamente realista de forma libre, disfrutando lo que se hace. Participar en un grupo de supervisión me parecía al principio doblemente difícil; por una parte, significaba exponerme en mi desempeño como facilitadora o psicoterapeuta mostrando mis limitaciones, mis puntos ciegos y por la otra, en todas las sesiones se revisan casos en los que se evidencia el dolor y la dificultad de las personas, las que con frecuencia acuden porque están sufriendo. Sin embargo, darme cuenta de que puedo cambiar mi actitud ante la vida y puedo acompañar a otros a que descubran que tienen el poder para elegir su actitud, y que esa elección trae consigo la posibilidad de encontrar opciones diferentes, le da sentido a mi vida, a mi quehacer. Un canasto “bien acomodado, es posible que lo puedas llevar hasta con facilidad”, dice Scheifler (1990, p.106). Así mismo, el autor afirma que el hombre busca auto trascenderse, significa salir de sí mismo y hacer algo por los demás. El acompañamiento en el grupo de supervisión, supone expresar malestar o sufrimiento, sin embargo, tiene un para qué, inicia con aliviar el propio malestar y trasciende en facilitar que las demás integrantes del grupo revisen su práctica y crezcan, lo que finalmente redundará en la mejora del acompañamiento que le brindamos a los demás. Compartir el espacio de supervisión es una forma de vivir esa trascendencia; ir más allá de uno mismo. Aprendemos unas de otras, salimos de nosotras mismas para apoyar a las demás sin perder de vista a la problemática que presenta la persona, pareja, familia, alumno, grupo que atiende quien está supervisando.

### **2.2.2 El Grupo de supervisión y la relación interpersonal.**

“No es la teoría lo que debe guiar la terapia sino la relación” (Yalom, 2002, p. 14), se refiere a dejar la postura autoritaria, desinteresada, del que sabe deja de ver a quien acude a consulta como “paciente” y cambiarla por “una relación terapéutica basada en el compromiso, la apertura y la igualdad” (p. 17). Uno de los beneficios del grupo de supervisión es que constantemente estamos practicando un tipo de relación que no se limita a llevarnos bien, ni se trata de alguien que apunte errores o indica cómo hacer las cosas. Se trata de una relación de profesionales que está basada en el compromiso que hemos realizado entre nosotras, dentro del marco del ECP para revisar nuestra práctica profesional. La confianza, la apertura y la igualdad a la que se refiere Yalom (2002), la hemos estado construyendo desde hace poco más de 8 años.

La gran pregunta que Rogers (1964), se hacía era: ¿Cómo puedo servir de ayuda? Estaba en contra de tratar de cambiar a una persona, el énfasis del postulado de Rogers se basa en la creencia profunda en que la persona tiene todo lo necesario para continuar creciendo, entonces, el trabajo como profesional es facilitar a que la persona, por sí misma descubra su capacidad para lograr su maduración, su crecimiento, su cambio. Rogers (1985), se refiere a la Tendencia actualizante como: “la tendencia innata que tiene todo organismo para desarrollar sus potencialidades” (p.24), la persona está en continuo crecimiento para lograr el desarrollo del sentido de autonomía. Cuando hay acuerdo entre la significación del yo y la experiencia, la actualización del organismo está unificada, cuando no hay acuerdo, el facilitador acompaña a la persona a resignificar la experiencia.

Un beneficio del grupo de supervisión es que facilita que quien está supervisando, detecte las sensaciones de incongruencia provocadas por alguna experiencia. El grupo acompaña a explorar los diferentes tipos de experiencia, mismos que pueden ser: experiencias viscerales, sensoriales u orgánicas. Al permitirse experimentar conscientemente, la persona va revisando la simbolización hasta que logra completarla.

Rogers Pasó muchos años revisando no solo su práctica como psicoterapeuta y profesor sino otro tipo de relaciones para descubrir qué elementos o atributos tenían en común

aquellas más significativas, de ayuda para el crecimiento. Retomaré el esquema de Roger (1964) para ir analizando los atributos del grupo de supervisión. Para Rogers (1964) es básico que la relación se establezca por voluntad de las personas. Así es en el grupo de supervisión, a partir de 2008 que finalizamos dos de las participantes actuales los estudios formales de la Especialidad en Psicoterapia Existencial Humanista, el grupo ha continuado sesionando por voluntad propia.

### **Autenticidad.**

Se refiere a mostrarse en la relación como auténticamente se es. En el grupo no lo hemos logrado de la noche a la mañana, sino a través del tiempo. Es difícil aprender a quitarse las máscaras que socialmente estamos acostumbrados a utilizar. Rogers (1964) señala que se necesita voluntad para “ser y expresar a través de mis palabras y mi conducta, los diversos sentimientos y actitudes que existen en mí” (p. 41). En la medida en que quien supervisa se muestra auténtica, el grupo responde de la misma manera, es más allá de sentir el compromiso de co-responder de la misma forma, es más bien al ir acompañando al otro a que busque en sus experiencias, sensaciones y sentimientos, y percibir la paz, la satisfacción que demuestra, que emana de todo su ser al finalizar la sesión, que nos animamos a experimentar lo propio. Uno de los motivos que me mantienen en el grupo es ese, poder ser quien soy, sentirme acompañada a voltear a ver mi lado oscuro.

### **Aceptación**

Va de la mano del anterior, de la autenticidad. Gondra (1978), plantea que el terapeuta rogeriano, acepta todos los sentimientos del cliente, ya sea positivos, negativos o ambivalentes, aceptar implica no juzgar, no evaluar. La base es respetar lo que el otro piensa, dice y siente. No es necesario estar de acuerdo con él, sino respetarlo como una persona libre y capaz de decidir lo que crea mejor para él. En el grupo de supervisión, la aceptación por parte de las compañeras, es lo que facilita que sea auténtica, no importa

lo que diga, sienta o experimente y exprese de alguna manera, esa certeza de ser aceptada, es lo que me anima a explorar en mí y ser tal como soy. Me sigo sorprendiendo de sentir que mis compañeras aceptan más fácilmente mi lado oscuro que yo misma, yo tardo más que ellas en aceptar como parte de mi ese miedo, vergüenza, enojo, confusión y verdaderamente sentir que no importa, está bien, me sigo queriendo así. Cuando siento dificultad por sentir aceptación por alguien a quien atiendo, invariablemente tiene que ver conmigo, con algún asunto que tengo que revisar en mí. Algo que he aprendido en el grupo de supervisión es que cuando algo así me sucede, se refiere a una actitud que me muestra el otro y tiene que ver con sus heridas, cuando logro verlo así, se abre mi aceptación. Mi rechazo a esa actitud, tiene que ver también casi invariablemente con mis heridas. Vernos a los dos, cliente y psicoterapeuta, como niños heridos me facilita sentir aceptación, ternura y mi disposición a sentarme con toda la paciencia necesaria para atenderlos a ambos. Necesito iniciar conmigo, no es posible atender al otro si no estoy bien yo. La aceptación conduce al interés genuino por el otro, a no tratar de cambiarlo, de moldearlo, sino de interesarse en conocer profundamente cómo se vive el otro. Con el paso del tiempo, en el grupo se ha ido consolidando la aceptación.

## **Empatía**

Tiene que ver con la comprensión del terapeuta al cliente. Gondra (1978), menciona que la empatía tiene dos partes, una es que el terapeuta comprenda al cliente desde su marco interno y la otra es ser capaz de comunicar al cliente esa comprensión. Lo importante es que el cliente se sienta comprendido. El terapeuta hace a un lado su forma de entender la vida para adentrarse a la forma como el cliente experimenta, siente, piensa así como las emociones del cliente, sin perderse en el otro, sin fusionarse. El terapeuta pone especial atención a comprender la simbolización de cliente, algunas veces ni el otro tiene claros los significados, el terapeuta le facilita que el otro vaya experimentando y significando en el momento de la interacción. En el grupo de supervisión, las acciones y actitudes empáticas de todas, van ayudando a construir esa empatía, por un lado, entre todas vamos completando la empatía y quien supervisa, nos va reportando como se está sintiendo, hasta asegurarnos de que se siente comprendida.

En este ir y venir en cuanto a las acciones tendientes a comprender, es importante respetar el tiempo del otro. Es decir, como yo misma no me comprendo, necesito escuchar, percibir, experimentar para poder sentir si es o no es así. Algunas veces, hasta que escucho en alguna de mis compañeras lo que dije, hasta entonces me doy cuenta de que no es así o de que no es exactamente de esa manera como lo siento y pienso. Cuando me escuchan y me regresan lo que dije, intentando comprenderme, me facilita continuar profundizando y mi comprensión conmigo misma también se va afinando. Me acompañan a explorar, comprender, completar mis significados.

## **Congruencia**

La congruencia llegó a ser considerada por Rogers, la actitud -y la relación que se desprende de esta-, más importante, afirma Brazier (1997), y es que la apuesta de Rogers de una terapia “cara a cara” (p.26) implica que la persona del terapeuta se presenta a la sesión con todo lo que es, como se explica en uno de los párrafos anteriores, con autenticidad, como realmente siente y piensa. Se apuesta a la “relación real entre terapeuta y cliente”, señala Brazier (1997, p. 27), y el cliente solo podrá percibir a aceptación y empatía cuando son verdaderas. No se puede fingir que acepto y entiendo profundamente a la persona si no es así. Considero que la congruencia es uno de las actitudes y de las relaciones interpersonales, más difíciles de lograr. Requiere un alto grado de conocimiento de sí mismo, y es aprender a conducir la sesión con un continuo fluir entre mi estar con el otro, profundizando en su mundo y regresar a mí, verificar cómo estoy yo. “Esto significa que debo poder advertir cualquier sentimiento o actitud que experimento en cada momento”, señala Rogers (1985, en Brazier 1997). En especial esta actitud y la relación que emana de la misma, me ha sido mucho más fácil practicarla en el grupo de supervisión. No es fácil este ejercicio de continuo fluir, sobre todo al principio de la práctica, es decir, darme cuenta de emociones, sensaciones, sentimientos como: “Me estoy enojando con lo que dice...”, “Me estoy sintiendo incómoda y no logro precisar porqué”, “Siento pesadez, ya que termine”, “Nooo!!! Otra vez con lo mismo”. La gran pregunta para mí ha sido ¿Y ahora qué hago con esto? ¿Cómo puedo comunicarlo al otro, para ser congruente conmigo y que le sirva? Empezar a hacerlo en el grupo de

supervisión ofrece muchas ventajas: se puede ir explorando y diciendo lo que se siente, sin temor a “estropear” la sesión, con la seguridad de que está el grupo para acompañarme, puedo expresar libremente sin temor a lastimar, a que se malinterprete, para poder continuar al siguiente paso: cómo lo puedo expresar en la psicoterapia. Daré algunos ejemplos. En el grupo podemos expresar frases como: “No sé por qué, pero no te estoy creyendo, atrás de esa esa sonrisa forzada ¿qué hay?”, “Me sentí criticada cuando me dijiste que no me muevo, te reíste de cómo hice el ejercicio y eso me lastimó, me animé a trabajar en mi expresión corporal con el grupo por sentirme en ambiente seguro”, ahora podemos iniciar siendo tan claras y directas como: “Necesito supervisar, estoy odiando a la esposa, me siento aliada con el esposo, cómo le digo que yo también quisiera alejarme de ella cuando hace “X” ” o “Me cuesta mucho sentir empatía por el papá, creo que estoy revolviendo cosas mías, de mi historia”.

Hasta que resuelvo mi congruencia conmigo, es decidir, lograr hacer contacto conmigo y aceptar las partes buenas y no tan buenas, voy a poder comprender y aceptar al otro. “La congruencia es el límite superior de la capacidad de empatía, (Barret-Lennard, 1962, p.4 en Brazier 1997, p.28). Algo que he aprendido y practicado en el grupo de supervisión es cómo decirle algo al otro, de lo que provoca en mí, y que sea de beneficio para él. Utilizaré un ejemplo de una sesión del lunes de esta semana, atendiendo a una joven esposa y madre que lloraba y se quejaba de asuntos relacionados con la pareja. Considero que ya tenemos una relación sólida, por lo que sentí la confianza para decirle: “Te voy a decir algo fuerte, ya como que me cansaron tus lágrimas y tristeza, sé que estás pasando por una situación difícil, sin embargo, dime qué hay atrás” Se sorprendió y me miró con grandes ojos abiertos. De inmediato cesó el llanto y vi cierta expresión de incredulidad y enojo en sus ojos. Así que continué: “Sí, háblame de eso, del enojo, de la molestia”. Cambió totalmente de postura y expresó las molestias concretas, lo que está dispuesta y lo que no está dispuesta a negociar. Salió con la espalda erguida, más segura de lo que quiere para ella, para su matrimonio y para su familia. Esto no lo hubiera podido hacer sin el soporte del grupo, o tal vez sí, pero con más dificultad.

El ejercicio de la congruencia en el grupo, en las sesiones, y en cualquier relación humana nos ayuda también a no olvidarnos de que hay otro que también siente, piensa y como dice Brazier (1997), es importante reconocer que tenemos límites. Es una forma de darme cuenta si me es imposible relacionarme con alguien de esta forma que facilite el crecimiento, el otro percibe la congruencia o falta de ella en toda la expresión corporal: movimientos, gestos, tono de voz, entre otras

### **Simbolización y supervisión entendida como reflexión**

Cualquier experiencia se puede simbolizar, cuando logramos hacerlo, es decir, cuando podemos dotarla de significado libremente, sin defendernos ni distorsionar, entonces “se dice que está libre para la conciencia” Rogers (1982). Las experiencias pueden ser viscerales, sensoriales u orgánicas, la persona asigna un significado específico de acuerdo a su experiencia, este significado está “conectado” a una emoción. El grupo de supervisión es un espacio idóneo para la profundización en las experiencias, para revisar detenidamente con la facilitación del grupo los significados y emociones que asociamos a las experiencias vividas. Gracias a estas reflexiones, que no son solo cognitivas sino que van acompañadas de emociones, significados, podemos actualizar esos significados a través del tiempo. A menudo al principio es dolorosa, pues las experiencias pasadas que originaron sufrimiento suelen dejar “marca”, sin embargo, durante el proceso reflexivo, van emergiendo a la conciencia y se facilita darse cuenta de que “ya no es así”, De pronto tomamos conciencia de que “ya crecí, ya tengo recursos”, “no, no es mi papá, es mi jefe”, “ella pude decidir, no la puedo proteger, en realidad no la quiero proteger”.

A medida que profundizo en las aportaciones del grupo de supervisión lo considero necesario, imprescindible en cualquier relación de ayuda, para cuidar el crecimiento de ambas partes. Como plantea Yalom (2002), para afinar el instrumento que es la persona del terapeuta y también del facilitador.

### **2.2.3 La relación interpersonal: una promoción del desarrollo**

Para identificar si mi interacción con mis compañeras del grupo de supervisión ha contribuido a promover su crecimiento, desarrollé y apliqué el “Cuestionario de atributos o características personales”. A continuación, presento el contenido y los resultados obtenidos, con el objeto de recuperar la voz de mis compañeras.

El grupo de supervisión actualmente está integrado por 6 participantes incluyéndome, por lo que apliqué 5 “Cuestionario de atributos o características personales”. Dos de las integrantes, tenemos aproximadamente 9 años en el grupo; tres tienen 7 años en el grupo y la última integrante 6 meses.

A continuación, se registran las respuestas de las integrantes del Grupo de Supervisión al “Cuestionario de atributos o características personales”. Se registran las respuestas a cada una de las preguntas y posteriormente se incluye una breve lectura respecto a los resultados obtenidos.

**Tabla No. 1: Respuestas al “Cuestionario de atributos o características personales”**

PREGUNTA	1. ¿Cuáles crees que son los objetivos de este grupo?
<b>RESPUESTAS</b>	
<b>Participante 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisar las situaciones que se nos dificultan en los procesos con los consultantes.</li> <li>• Reconocer la implicación personal en estas situaciones.</li> </ul>
<b>Participante 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exponer las inquietudes que nos despiertan los casos que atendemos en psicoterapia, para recibir de parte del grupo alguna sugerencia de intervención.</li> <li>• Tener un espacio para compartir nuestro sentir en torno a las dificultades de nuestros consultantes en psicoterapia, revisar estas vivencias para si es necesario, recurrir a la exploración de nuestra historia personal y buscar concientizarnos de cómo está impactando en la forma en que tratamos o nos relacionamos con ellos.</li> </ul>
<b>Participante 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisar, analizar y cuestionar la manera de acompañar a los pacientes para poder identificar qué aspectos se dificultan que puedan estar relacionados con asuntos de la historia personal del terapeuta que aún necesiten desarrollo.</li> <li>• Las compañeras y colega con su experiencia profesional y personal, proveen los elementos para la toma de consciencia necesaria que permitan no involucrar los asuntos aún trabajables del terapeuta con los del paciente.</li> <li>• El grupo también ayuda al supervisado a que encuentre su estilo de ser terapeuta.</li> </ul>

<b>Participante 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear un espacio de revisión personal en un contexto de psicoterapeutas, a fin de identificar alternativas de manejo de la relación terapéutica con los pacientes para hacer ésta más efectiva.</li> </ul>
<b>Participante 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar y elaborar la implicación personal del terapeuta con su cliente, ofrecer visiones distintas con respecto al caso que se supervisa</li> </ul>

Como se puede observar, las respuestas de las cinco participantes giran en torno a la revisión de las situaciones que se les dificultan a los psicoterapeutas o acompañantes de los clientes, con el objeto de hacer una revisión de la implicación personal que se tiene en el trabajo psicoterapéutico. Esto, señalan las respuestas obtenidas, con el objeto de compartir y revisar qué de la manera de acompañar a los consultantes tienen que ver con las experiencias provenientes de la propia historia personal. Como podemos ver, en estos testimonios se encuentra presente una afirmación: que el psicoterapeuta, o el facilitador del potencial de las personas se puede ver involucrado en la relación con sus consultantes, por lo que es importante identificar esta implicación y retomarla como propia. Otra afirmación, consecuente con la anterior es que exponiendo lo anterior al grupo, se puede mejorar el desempeño profesional, pues se amplía la propia conciencia y además se pueden obtener visiones distintas con respecto al caso que se supervisa.

<b>PREGUNTA</b>	<b>2. ¿Cuáles consideras como elementos importantes, desde el ECP, que están presentes en el grupo de supervisión para lograr los objetivos?</b>
-----------------	--

<b>RESPUESTAS</b>	
<b>Participante 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las mismas condiciones que menciona Rogers para que tenga lugar el encuentro terapéutico:</li> <li>• Que una persona se encuentre en estado de vulnerabilidad (en este caso quien solicita la supervisión)</li> <li>• Que esa persona perciba en las supervisiones congruencia, aceptación positiva incondicional y comprensión empática</li> <li>• Que las supervisoras manifiesten a la supervisada esta comprensión</li> <li>• A partir de lo anterior hay un clima de confianza</li> </ul>
<b>Participante 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las actitudes básicas de empatía hacia el psicoterapeuta, aceptación incondicional y congruencia.</li> <li>• El respeto del psicoterapeuta en la intervención y relación de este con su propio paciente.</li> <li>• El enfocarnos en el trabajo de a vivencia tanto del psicoterapeuta en relación a su paciente.</li> <li>• Dar seguimiento, al seguimiento de casos.</li> </ul>
<b>Participante 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fundamentalmente las actitudes de empatía, congruencia, aceptación incondicional, respeto y confianza.</li> </ul>
<b>Participante 4</b>	<p>a) Los principios de la visión de persona: Para nosotras y los pacientes, consideramos que la persona es un ser en proceso, que tiene los recursos potenciales o vigentes para enfrentar sus condiciones de vida, que es un ser único construido a través de su historia, sus vivencias y su contexto de vida.</p>

	<p>b) Las actitudes del enfoque: Empatía, Congruencia, respeto y Aceptación entre nosotras y para los pacientes.</p> <p>c) Un procedimiento de atención conocido por todas, en el que se incluyen los elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear una relación terapéutica con el paciente en el que se procura la confianza, en encuadre terapéutico de responsabilidad mutua, el compromiso de prestar el servicio por parte del terapeuta y de asistir puntualmente y pagar una cuota por parte del paciente.</li> <li>• Seguir un flujo de la sesión terapéutica donde nuestra función es aplicar las actitudes básicas del enfoque y favorecer una comunicación responsable y centrada en el paciente.</li> <li>• Identificar un tema, contactar las emociones que lo acompañan y de ser posible favorecer la toma de decisión del paciente al respecto del tema.</li> </ul> <p>d) Un procedimiento de supervisión que incluye</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Una persona o varias plantean su necesidad de revisar su trabajo terapéutico</li> <li>• La persona hace una descripción de la situación que requiere revisar</li> </ul> <p>Las demás personas del grupo realizan intervenciones exploratorias, de manera que van identificando un hilo conductor que todo el grupo procura seguir y facilitar, al punto en que la persona que planteó su asunto reporte que se siente satisfecha de lo encontrado.</p>
<b>Participante 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La actitud de respeto y la intención de apoyar a las compañeras en su desempeño como terapeutas es fundamental, pues genera un ambiente de confianza que permite que exploremos con seguridad.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buscamos comprender cómo la compañera está implicada con la persona a la que atiende, apoyarla a que explore e identifique lo que necesita al respecto de la situación con su cliente y que encuentre la manera de (no completó la idea).</li> </ul>
--	---

Las cinco participantes coinciden en que los elementos que están presentes en el grupo de supervisión y que son importantes desde el ECP son como condiciones: la libertad y responsabilidad de ambas partes, el estado de vulnerabilidad de una de ellas, la que solicita la supervisión, ambiente de respeto y confianza que favorece la apertura para exponer dificultades en la práctica y auto-exploración; las actitudes de empatía, aceptación incondicional y congruencia de parte del picoterapeuta o facilitador. Una de ellas detalla el procedimiento de supervisión, mismo que coincide con los elementos mencionados por las demás.

<b>PREGUNTA</b>	<b>3. ¿Qué competencias tiene el profesional que forma parte de este grupo de supervisión?</b>
-----------------	--

<b>Participante 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiene un gran respeto por la persona y plena confianza en su capacidad para entenderse y entender al otro.</li> <li>• Sigue a la persona en su experiencia paso a paso con la intención de ir captando su vivencia y reflejársela de modo que pueda comprenderse y ampliar la visión de sí.</li> <li>• Es capaz de escuchar y atender a la persona con empatía y aceptación.</li> <li>• Están en continua revisión personal a partir de una continua reflexión personal y en espacios terapéuticos.</li> </ul>
-----------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Van comunicando a la supervisada cuando lo consideran oportuno y necesario lo que van experimentando a partir de lo que escuchan de la supervisada.</li> </ul>
<b>Participante 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad de escucha.</li> <li>• Habilidades de comunicación como: escucha, parafraseo, síntesis, etc.</li> <li>• Capacidad para confrontar en un clima de confianza.</li> <li>• Capacidad para transmitir confianza o seguridad.</li> <li>• Preparación profesional. Todas tenemos nivel mínimo de maestría.</li> <li>• Experiencia en la práctica psicoterapéutica.</li> </ul>
<b>Participante 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deberá conocer los fundamentos del ECP y aplicarlos en la atención de sus pacientes y en su vida de relación con otros.</li> <li>• Tener una gran apertura a la experiencia de los pacientes y de los compañeros del grupo de supervisión.</li> <li>• Estar profundamente comprometido en la relación de sus pacientes y de sus compañeros del grupo de supervisión.</li> <li>• Estar en proceso de desarrollo continuo.</li> </ul>
<b>Participante 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escucha activa, actitud de respeto.</li> <li>• Empatía como actitud y como habilidad, Congruencia, Aceptación,</li> <li>• Planteamiento de hipótesis,</li> <li>• Análisis de situaciones dentro de su contexto,</li> <li>• Evaluación de alternativas de acción.</li> </ul>
<b>Participante 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todas compartimos como base, la formación humanista, las habilidades de acompañamiento del ECP desde la MDH,</li> </ul>

	<p>excepto una la especialidad en psicoterapia humanista existencial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Varias tienen la especialidad en psicoterapia familiar sistémica y dos en psicoterapia Gestalt.</li> </ul>
--	---

En este rubro, se mencionan tres tipos de competencias: a) las que se basan en la filosofía de vida de la persona, en sus valores como: respeto a la persona, compromiso personal con los clientes y con las compañeras del grupo de supervisión, confianza en las capacidades propias y del otro; b) las que tienen que ver con la educación formal del profesional: todas formación humanista, todas maestría en Desarrollo Humano, cuatro especialidad en psicoterapia Humanista Existencial, una en Gestalt; c) las que tienen que ver con el desarrollo de habilidades aprendidas en la formación en el ECP: escucha activa, empatía, congruencia. Y otras como capacidad de análisis, evaluación, elaboración de hipótesis que proporcionan el haberse formado a nivel posgrado. El desarrollo continuo de estas competencias pareciera ser el común en este grupo.

<b>PREGUNTA</b>	<b>4. Menciona 3 cualidades o características que tiene la manera de relacionarse de María en el grupo y también las defines</b>
-----------------	--

<b>Participante 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calidez: María hace evidente el cariño y respeto que siente por nosotras, esto contribuye fuertemente a la construcción de la confianza al momento de compartir.</li> <li>• Claridad: María escucha y capta aspectos esenciales de la persona que supervisa y yo puedo dar cuenta de ello porque lo manifiesta en un lenguaje muy claro y preciso, suele hacer uso de metáforas atinadas que amplían la comprensión y la visión además de imprimir un sentido sumamente práctico.</li> </ul>
-----------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hace énfasis en los recursos: María logra decantar del discurso los recursos que tiene la supervisada, lo que fortalece su confianza tanto en su actuación profesional como en los aspectos de la implicación personal que se revisan.</li> </ul>
<b>Participante 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interés en los casos que se presentan, casi (por no decir que siempre) los casos que presentamos despiertan su curiosidad y su intención de aportar a la revisión del mismo a través de preguntas y sugerencias.</li> <li>• Interés por la persona de psicoterapeuta, es decir, pregunta cómo se encuentra en relación a la situación que enfrenta su paciente en psicoterapia.</li> <li>• Calidez, se muestra cercana, empática, comprensiva.</li> </ul>
<b>Participante 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• María siempre muestra interés en revisarse para dar mejor atención a sus pacientes.</li> <li>• Está en constante aprendizaje y se mantiene actualizada.</li> <li>• Es cariñosa y atenta además de mostrar un humor ingenioso y lúdico que le da frescura al grupo (calidez y confianza).</li> <li>• Me ayuda su empatía y los reflejos que hace de mis recursos y que yo no hago conscientes.</li> <li>• Sus intervenciones graciosas, de gran ingenio y no por eso menos certeras, me alegran y animan a mostrarme espontánea y auténtica.</li> <li>• Aprendo de María el cuidado y respeto que tiene por los sentimientos de los demás porque son actitudes que me animan a mostrar mis partes menos luminosas y difíciles.</li> </ul>

<p><b>Participante 4</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trato personalizado: Está atenta a las características personales de las integrantes en la relación personal y al retroalimentar su forma de trabajar.</li> <li>• Se refiere a que interviene en congruencia con las características que la persona manifiesta en el grupo.</li> <li>• Ejemplo: “Me imagino para esta mujer que ha estado tan sola (la paciente) qué rico le cae tu forma tan cálida de atenderla.”</li> <li>• Identifica y muestra a la persona que está supervisando, los recursos que ha demostrado tener, y cómo éstos le pueden ser útiles en la circunstancia concreta que requiere mejorar.</li> <li>• Amplia la visión de la situación revisada, mostrando implicaciones, antecedentes, circunstancias, contextos relativos a ella.</li> </ul>
<p><b>Participante 5</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• María es la más puntual de las integrantes del grupo, se muestra siempre muy dispuesta a la supervisión, nos convoca.</li> <li>• Participa expresando una situación a supervisar o acompañando a las compañeras.</li> <li>• Cuando participa lo hace expresando lo que le sucede, lo que le preocupa, dispuesta a mirar más allá de lo que hasta ese momento comprende, para comprenderse de manera más completa y profunda a sí misma en la relación con su paciente y a su paciente en relación con la situación que presenta.</li> <li>• Escucha con atención y se dispone a seguirse a sí misma desde el ciclo de su vivencia conforme va explorando.</li> <li>• Cuando escucha a otra compañera, lo hace de manera muy cuidadosa, aporta su visión de la situación, la comprensión que va teniendo,</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En ocasiones aporta incluso elementos teóricos que apoyan su comprensión y para ofrecer elementos de comprensión a la compañera que supervisa. Esto último a partir de que se está formando en psicoterapia familiar sistémica.</li> <li>• Muchas veces veo que se expresa desde una postura de aprendiz y aunque también reconozco la mayor experiencia de algunas otras compañeras, me parece que María no valora tanto su participación como la de otras.</li> </ul>
--	--

Las cualidades o características que las integrantes aprecian más son:

Calidez y cariño se repiten tres veces, y creo que se relacionan: confianza dos veces, respeto dos veces, trato personalizado y cuidado a la persona.

Escucha cuidadosa, escucha con atención, empática dos veces, comprensiva también dos veces, claridad, congruencia.

Interés en los casos, en la persona, en revisarse, disposición, puntualidad dos veces. Retroalimentación y reflejo de los recursos de las demás dos veces.

Capta lo más importante, mirada más allá, amplía la situación a revisar, constante aprendizaje y en constante revisión. Aportes teóricos. Uso de metáforas, Humor ingenioso.

El participante número 5 menciona más bien un aspecto a mejorar, ella percibe mi postura como de aprendiz y me recomienda, creo, valorar más mi participación.

En el grupo de supervisión exponemos las situaciones en las que tenemos alguna dificultad, por lo que poco se refuerza lo que hacemos bien. Así es que leer lo que mis compañeras identifican como cualidades o características de mi manera de relacionarme,

me genera una sensación de satisfacción y lo agradezco, me retroalimentan una parte de mí que me gusta saber que consideran como cualidad.

<b>PREGUNTA</b>	<b>5. De la manera de relacionarse de María ¿cuáles características consideras que favorecen tu desarrollo o aprendizaje, y por qué?</b>
-----------------	--

<b>Participante 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las tres anteriores, como lo mencionaba.</li> <li>• Su calidez me ayuda a depositar mi confianza en ella y me hace sentir segura de platicar cualquier situación por difícil (o incluso vergonzosa para mí) que sea.</li> <li>• Su claridad me ha ayudado a comprender más sobre la situación y comprenderme a mí. En momentos en que me he sentido muy desvalorada o incapaz.</li> <li>• Cuando María hace énfasis en mis recursos me sorprende, de pronto quedan fuera de mi visión y recuperarlos o reconocerlos me fortalece, puedo sentirme motivada y con más confianza en mi desempeño.</li> </ul>
<b>Participante 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Su presencia, siempre que está en el grupo realmente está y está completa, atenta.</li> <li>• Su constancia y regularidad para participar en él.</li> <li>• Su entusiasmo, porque siempre he percibido en ella las ganas de aprender, porque hace preguntas, y se sonríe cuando creo que a ella le cae algún veinte o cuando aporta lo hace con interés de ayudar.</li> <li>• Su apertura para exponerse, porque si habla de los casos que va atendiendo y no va tendiendo reparos en hablar de</li> </ul>

	<p>lo que a ella le pasa y si es necesario avanzar a profundizar en ella misma se dispone, lo pide y lo acepta.</p>
<b>Participante 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inevitablemente, las relaciones de María en el grupo pasan de ser respetuosas, empáticas y aceptantes, a ser afectuosas, profundas y comprometidas, lo que invita a sus compañeras del grupo a corresponder de la misma manera y al hacerlo, podemos ser muy auténticas.</li> </ul>
<b>Participante 4</b>	<p>Las tres.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trato personalizado: Aporta elementos para que la persona que supervise confirme sus características propias, distinguiendo su vivencia de cualquier otra. Ello conduce a mayor desarrollo, en cuanto a la autoconciencia.</li> <li>• Mostrar recursos: aporta al aprendizaje, ya que conecta los elementos de la experiencia con los recursos posibles a utilizar, mostrando con ello opciones de abordaje de la situación revisada.</li> <li>• Ampliar la visión: aporta al aprendizaje, pues hace posible que la persona que supervisa adquiera habilidades más complejas que permiten una visión de totalidad, holística. Con ello favorece un mejor desempeño al aplicar esa habilidad con sus pacientes.</li> </ul>
<b>Participante 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todas las que dije favorecen mi aprendizaje, me ha ayudado a comprender a otro o a comprender mi relación con algún cliente.</li> </ul>

La riqueza de esta pregunta con sus respuestas, es ampliar o profundizar la pregunta anterior. No solo se trata de cualidades de las integrantes (aunque esta vez se trate de mí) que propicien un “buen ambiente”, sino que se especifica en qué características o

cualidades favorecen en qué al desarrollo o aprendizaje de cada una de las participantes. Trato de sistematizarlo como sigue:

La calidez, trato personalizado, presencia activa y respeto favorecen la confianza y apertura para la exploración del otro. La claridad y ampliar la visión favorece la comprensión. El tipo de relación que establezco al ser profunda y comprometida favorecen la autenticidad. El trabajo personal favorece el desarrollo, la autoconciencia y aprendizaje. Las respuestas a esta pregunta me llenan de orgullo, de satisfacción, y es muy parecido a lo que yo aprendo gracias a las cualidades y características de mis compañeras. Me siento muy agradecida con ellas y con la vida por estos años en los que hemos podido construir este maravilloso espacio de mutuo crecimiento.

<b>PREGUNTA</b>	<b>6. De lo anterior, modos de relación de María, ¿cuáles favorecen el o desarrollo del grupo y por qué?</b>
-----------------	--

<b>Participante 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Su calidez construye confianza en el grupo. En últimas fechas se incorporó una nueva integrante y la acogió aún sin conocerla mucho. Yo creo que esta compañera se siente muy cómoda con María, al menos eso observo y lo atribuyo a su calidez.</li> <li>• Su claridad va brindando pistas claras cuando vamos escuchando a las compañeras, podría decir que son “pases a gol” o “goles” en la comprensión grupal de los procesos.</li> <li>• Continuamente María va reflejando las fortalezas del grupo, lo que abona en el valor que todas le vamos dando a este espacio.</li> </ul>
<b>Participante 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Convoca a reuniones para relacionarnos como amigas.</li> <li>• Tiene detalles con todas que a mí me han permitido fortalecer los vínculos con este grupo nuevo.</li> <li>• Está atenta para participar y cuando no puede lo dice con claridad.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asiste con puntualidad.</li> <li>• Nos da a todas nuestro lugar, favoreciendo el que todas nos escuchemos entre sí y a cada una.</li> </ul>
<b>Participante 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inevitablemente las relaciones de María en el grupo pasan de ser respetuosas, empáticas y aceptantes, a ser afectuosas, profundas y comprometidas, lo que invita a sus compañeras del grupo a corresponder de la misma manera y al hacerlo, podemos ser muy auténticas.</li> </ul>
<b>Participante 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trato personalizado: Enfatiza cómo la aportación de cada persona es insustituible por su unicidad.</li> <li>• Mostrar recursos: Pone de manifiesto también cómo cada persona puede aportar al aprendizaje grupal cuando ponga al servicio dichos recursos, en el avance grupal.</li> <li>• Ampliar la visión: Aporta al grupo elementos de profundidad. Mientras más completa es la visión, más profunda es la reflexión sobre la vivencia, pues se vuelve un análisis de mayor trascendencia.</li> </ul>
<b>Participante 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos lo que dije, porque nos motiva, nos convoca, favorece la confianza en el grupo, su apertura y disposición son motivantes para el trabajo de supervisión.</li> </ul>

Las respuestas son congruentes a las de la pregunta anterior: calidez, tipo de relación profunda, respetuosa y empática favorece a la confianza y apertura del grupo. Convocarlas y mi puntualidad motiva a que el grupo se reúna con frecuencia quincenal. Claridad, visión profunda favorecen la comprensión del grupo, la reflexión y la trascendencia. Reflejo de fortalezas favorecen la fuerza del grupo. La integración de un nuevo elemento fue un reto y a la vez una riqueza; reto porque no es fácil, después de tantos años y de tener una confianza tan profunda para exponer nuestro lado ciego. Y

riqueza porque creo que nos viene bien como grupo, nuevos aportes, apertura, flexibilidad, ser capaces de incluir, acoger, integrar.

<b>PREGUNTA</b>	<b>7. De lo anterior, modos de relación de María, ¿cuáles pudieran obstaculizar el desarrollo del grupo y por qué?</b>
-----------------	--

<b>Participante 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No veo cómo los aspectos anteriores podrían obstaculizar.</li> <li>• Hay uno que no se relaciona con los anteriores que si nos ocurre a nivel grupal. María es la más puntual de todas nosotras al asistir al grupo. La verdad, a mí sí me da mucha pena llegar tarde y esto es con mucha frecuencia. El trayecto de llegada es angustioso para mí. Tardo unos minutos en recuperar la calma, en verdad es muy breve este momento pues estando en el grupo esto se disuelve rápidamente por la confianza que hemos creado y el cariño que nos une.</li> </ul>
<b>Participante 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Solo me ha tocado ver en una ocasión en que estábamos supervisando en que quizás por su entusiasmo se adelantaba un poco a dar sugerencias, antes de terminar de escuchar. Pero la verdad es que lo tengo registrado como un momento muy breve del cual ella misma se dio cuenta.</li> </ul>
<b>Participante 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No contestó</li> </ul>
<b>Participante 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trato personalizado: Pudiera llevar a María a suponer características de la persona que hayan cambiado o no le sean del todo conscientes, y ello pudiera llevar a alguna confusión.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mostrar recursos: Pudiera obstaculizar si se generara un proceso de comparación entre las participantes, en el que fuera percibida una más capaz que la otra, con base en la evidencia de recursos mostrada por María.</li> <li>• Ampliar la visión: Podría generar diferencias perceptivas entre las integrantes del grupo, e incluso caer en supuestos sin fundamento.</li> </ul>
<b>Participante 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Algunas veces me da la impresión de que está ansiosa y no lo expresa abiertamente, por ejemplo, con la impuntualidad de nosotros.</li> <li>• El cuidado que tiene ante la experiencia del otro, apoya y a veces creo que limita su participación, me parece que ha avanzado en la propia libertad para expresarse, mucho! Y que aún puede aportar más al grupo y con ello favorecer aún más la participación y apertura de todas.</li> <li>• Presentarse como aprendiz, es lindo, reconoce la experiencia de otras colegas, pero a veces creo que puede limitar la expresión de sus propias opiniones y eso tiene impacto en el grupo, cuando menos en mí porque yo tiendo a hacer eso y entonces refuerzo esa tendencia cuando la capto en ella. Entonces mi invitación es a valorar aún más sus opiniones y sentires en el grupo.</li> </ul>

Hay características en mi forma de interactuar con el grupo, que pueden ser favorables o desfavorables y no me había dado cuenta, como la puntualidad, a dos de mis compañeras les causa angustia o incomodidad. Reflejar las fortalezas de alguien, si quiero cuidar no hacer sentir mal a otra por mis comentarios o decirlo sin tener argumentos suficientes, no quedarme con imágenes de las personas que ya no corresponden a la realidad. Asegurarme de que la persona termina de hablar para no interrumpirla. Darme cuenta de las cosas que hago para mantener la percepción de que aún soy aprendiz. Sé que no

Llegaré a la perfección, ni es el objetivo del grupo de crecimiento. Considero que es muy valioso tomarnos el tiempo de hacer este ejercicio para también supervisar como estamos como grupo de supervisión, es lo que nos facilitará nuestro desarrollo como grupo.

### 2.3 Perfil profesional personal.

Desarrollaré los dos perfiles profesionales en los que me ido formando y que considero similares; como facilitadora de desarrollo humano y como psicoterapeuta.

#### Facilitadora de Desarrollo Humano

Estudios Formales	Maestría en Desarrollo Humano Enfoque Centrado en la Persona
Filosofía de vida	Respeto a la persona. Convicción de que la persona es capaz de desarrollarse. Interés por los temas existenciales: Libertad-responsabilidad, soledad, sentido de vida, conciencia, amor, muerte. Interés por las relaciones de ayuda. Amor por la vida.
Desarrollo de habilidades básicas a nivel cognitivo y experiencial.	Empatía, congruencia, aceptación incondicional. Creación del clima para la relación facilitadora. Capacidad de auto-exploración, reflexión. Procesos de crecimiento. Relación inter-personal e intra-personal. Detección de recursos y límites personales.
Desarrollo de habilidades complementarias	Observación cualitativa, capacidad de análisis, síntesis. Comunicación.

## Psicoterapeuta Humanista Existencial

Estudios Formales	Especialidad en Psicoterapia Humanista Existencial
Filosofía de vida	Respeto a la persona. Convicción de que la persona es capaz de desarrollarse. Interés por los temas existenciales: Libertad-responsabilidad, soledad, sentido de vida, amor, muerte. Interés por las relaciones de ayuda. Amor por la vida.
Desarrollo de habilidades básicas a nivel cognitivo y experiencial.	<p>Empatía, congruencia, aceptación incondicional.            Creación del clima para la relación facilitadora.            Capacidad de auto-exploración, reflexión.            Procesos de crecimiento.            Relación inter-personal e intra-personal.            Detección de recursos y límites personales.            Además de las anteriores, profundizar en los procesos de cambio, en la calidad de las relaciones humanas.            Manejo de sentimientos            Experienciar – focusing            Grupos de encuentro            Dinámicas de intervención psicoterapéuticas            Atención de procesos psicoterapéuticos de las experiencias existenciales. Video grabación y supervisión de horas de sesión.</p>

## Psicoterapeuta Familiar

Estudios Formales	Maestría en Terapia Familiar
Filosofía de vida	Respeto a la persona. Convicción de que la persona es capaz de desarrollarse. Interés por los temas existenciales: Libertad-responsabilidad, soledad, sentido de vida, conciencia, amor, muerte. Interés por las relaciones de ayuda. Amor por la vida. Conciencia de mi ser en el mundo. Apertura a la construcción social.
Desarrollo de habilidades básicas a nivel cognitivo y experiencial.	Contexto social: familiar, escolar, laboral, psico-social. Apertura a los diversos paradigmas familiares y sociales. Análisis de patrones familiares iniciando por la familia del psicoterapeuta. Pensamiento constructivista y constructorista. Diversos modelos de terapia familiar: Palo alto, Estructural, Barcelona, Crítica, Estratégico, Narrativo, Equipo reflexivo, Psicopatología y cultura, Escuela de Milán, Conversacional. Violencia familiar, psicopatología familiar. Atención de procesos psicoterapéuticos de familias, parejas o individual desde la Terapia Familiar. Video grabación y supervisión simultánea de horas de sesión individual y en equipo.
Habilidades complementarias	Visión circular. Epistemología, metodología de la investigación.

## 2.4 Prospectiva del ejercicio profesional

Además de lo que quiero trabajar y cuidar en mí, que pudiera obstaculizar el desarrollo del grupo, como lo describo en el último inciso del apartado anterior, después de darme cuenta de la riqueza de la supervisión en grupo, quisiera acompañar a colegas en el desarrollo de grupos de supervisión. Por lo pronto, lo ofreceré a mis ex-compañeros de la Maestría en Terapia Familiar Sistémica (MTF), quienes son jóvenes, tienen entre 28 y 35 años, empiezan a ejercer como psicoterapeutas familiares y desde hace aproximadamente un año que terminamos la MTF, nos quedamos sin un espacio para supervisar el ejercicio profesional. Hubo una propuesta de formar un grupo contratando a uno de los maestros que tuvimos en clases, sin embargo, tenía costo y algunos tienen una difícil situación económica, pues están en el inicio de su consolidación como psicoterapeutas, por lo que el grupo no se integró. El mensaje de una de mis compañeras es algo así como; “María ya créetelo” . Desde el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), me creo absolutamente capaz de acompañar a otros en este camino, y creo que tendríamos ventajas por el tiempo que fuimos compañeros. Ya está la confianza en que todos aprendemos de todos, ya hemos experimentado revisar frente a los demás lo que “no nos sale” y creo que traería beneficios incluir los elementos del ECP: aceptación incondicional, congruencia y empatía; que de alguna manera si hemos experimentado, sería una maravilla hacerlos conscientes, trabajar en ello. La obtención del grado como Maestra en Desarrollo Humano me dará el aval del Iteso para lograrlo.

## CAPÍTULO III. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

### 3.1 La experiencia de construir este Reporte

La oportunidad de construir este Reporte tiene un gran significado para mí. Como lo mencioné al principio, era una deuda conmigo misma, es la satisfacción de ver más de cerca el cierre de un ciclo. Estudiar la Maestría en Desarrollo Humano me cambió la vida, me abrió un nuevo mundo, tanto en lo personal como en lo profesional. En lo personal porque empecé a vivir de una manera más consciente, de que en mi vida decido yo, doy pasos en la manera en la que asumo mi actitud ante la vida. Descubro que vale la pena sentir, explorar en mí, crecer duele, sin embargo, es muy satisfactorio. Aprendí que no estoy sola, que en este camino ha estado conmigo gente maravillosa que ha confiado en un potencial que yo no sabía que tenía; y de esa misma forma es cómo se abrió ante mí una oportunidad nueva en lo profesional, porque estoy segura de que todas las personas tenemos, esa capacidad de crecer, de encontrar nuevas alternativas de vivir de una forma más rica, más satisfactoria, más auténtica, por lo que decidí continuar mi preparación como facilitadora y psicoterapeuta.

Ha sido enriquecedor retomar mi epistemología de origen, como un viaje al pasado; retomar mi práctica y revisar hacia atrás, lo que hago no es “por inspiración” tiene que ver con un marco teórico, con una filosofía de vida, de cómo asumo mi modo estar en la vida, de relacionarme con el otro, ese otro con quien soy capaz de escuchar desde lo más profundo de mi ser, de sentir empatía, aceptación por ser quien es, respeto por lo que ha vivido, decidido, y congruencia para darme cuenta cuando no puedo estar conmigo o con el otro.

Al poco tiempo de haber iniciado con este proyecto de Pro-grado, tuve la fortuna de escuchar a la Dra. Virginia Moreira en una conferencia que se ofreció en ITESO en abril de 2016, como parte de la celebración de los 40 años de la Maestría en Desarrollo Humano. La Dra. Moreira comentó que escribir es una obligación social que tenemos y que se necesita dedicación, disciplina, dedicar muchas horas para lograr escribir un párrafo. A lo largo del tiempo que he dedicado a este trabajo, le voy encontrando significado a esas palabras. Quiere decir algo así como hacer un alto en el camino, revisar con cierta estructura y apoyada en un marco teórico y de referencia válido, mi forma de

hacer, pensar, actuar, sentir. Darle significado, escuchar no solo mi voz, sino la del otro a través de los libros, artículos, conferencias, gentes tan lejanas que de otra forma no me hubiera tomado el tiempo de buscar, revisar, entender, reflexionar en lo que han hecho, en sus resultados, conclusiones, dudas, nutrirme y enriquecerme con su valioso trabajo. Ese otro que son mis compañeras de supervisión, no se me había ocurrido detenerme a preguntarles cómo me perciben en el grupo, qué de mi manera de estar y relacionarme con el grupo facilita, o qué pudiera obstaculizar. Ese otro que es mi asesora de mi Trabajo de Grado, que es quien me apoya con su sabiduría y experiencia a poner en orden mis ideas, mi respaldo teórico, quien logra proporcionarme una brújula en mi confusión metodológica, hacer entendible lo que escribo. Y posiblemente un día a algún otro le pueda servir de algo mi trabajo.

Algo que también ha favorecido el desarrollo de mi Trabajo de Grado, es ser parte de un grupo de tres egresados en condiciones muy similares: más de 10 o 15 años de haber terminado los estudios de la MDH, con trabajo de tiempo fijo, con complicaciones familiares, estar siempre en contacto los tres y con la asesora, compartimos información, aclaramos dudas, vamos avanzando más o menos en los mismos tiempos, nos vamos dando ánimo, esperanza y seguridad en que lo lograremos, Es una sensación de solidaridad, de estar acompañados como lo estamos en el mundo.

Finalmente confirmo que debería ser una obligación o compromiso ético de los facilitadores de crecimiento o psicoterapeutas, mantenerse continuamente revisando su práctica profesional y una buena opción es apoyarse en un grupo de pares para revisarlo por las ventajas que implica.

### **3.2 Evidencias de la apropiación de los conocimientos adquiridos en la Maestría en Desarrollo Humano.**

La evidencia de la apropiación de los conocimientos que adquirí en la Maestría en Desarrollo Humano (MDH) es mi trayectoria profesional, que va de la mano con la personal. Creer que tengo potencialidades por desarrollar, es lo que me ha impulsado a continuar estudiando y a desarrollar una carrera paralela en la facilitación del potencial

humano y como psicoterapeuta. Haber experimentado en la MDH la riqueza de este modo de relación con el otro, desde la aceptación, el respeto, la capacidad de entender al otro desde su marco de referencia y poder comunicar esa comprensión. La confianza en el mutuo crecimiento me ha llevado a continuar explorando otros modos de establecer las relaciones de ayuda, por lo que estudié e incorporé la Especialidad en Psicoterapia Humanista Existencial y el acompañamiento a parejas. Mi grupo de supervisión me ayuda a cuidar mi congruencia conmigo y con el otro. Siguiendo con el desarrollo profesional, continué con la Maestría en Terapia Familiar. Al principio me costó trabajo empezar a asimilar ese nuevo conocimiento, es todo un reto atender a una familia, me era difícil atender a todos y a nadie en particular, me inquietaba saber cómo se iba quedando cada persona en la familia. Estaba preocupada en querer integrar conceptualmente los dos enfoques y no me daba cuenta de que mi *estilo* ya llevaba el *sello* de la MDH. Y es que la familia, al igual que la persona, tiene la capacidad de crecer, de desarrollar sus potencialidades, descubrí que la familia, al igual que la persona, cuando se siente comprendida desde su manera de ver la vida, no juzgada, aceptada incondicionalmente así como es, se va animando poco a poco a explorar y descubrir otros modos de relación. La familia, al igual que la persona, tiene significados y puede detenerse a revisar lo que siente y piensa en relación a esos significados, que algunas veces limitan a la familia, al igual que a las personas y es posible acompañar a la familia a re-significarlos. Lo que tienen en común el Enfoque Centrado en la Persona con el modelo humanista-existencial es el énfasis en la relación, en el aspecto relacional del encuentro, en la calidad de ese encuentro. A fin de cuentas, ya sea en forma individual, en pareja, o familia lo que *cura* es la relación.

### **3.3 Evidencias de la apropiación de los conocimientos en otras áreas de mi vida.**

En mi desempeño profesional como Relacionista Industrial (RI) , mi objetivo dejó de ser un ascenso en la jerarquía institucional, a la que dedicaba más de 8 horas diarias y di un giro al dedicar tiempo para mi preparación profesional en el área de la facilitación y la psicoterapia. Al principio solicité licencia para recortar dos horas diarias mi jornada y

desde hace aproximadamente 11 años, recorté definitivamente mi jornada a 6 horas diarias. La disminución de ingreso, la he vivido satisfactoriamente compensada con el desarrollo de mis potencialidades como facilitadora del potencial humano y como psicoterapeuta. Mi trabajo como RI requiere más tiempo de trabajo individual y de concentración mental que de contacto con las personas. Sin embargo, aproximadamente el 40% de mi tiempo lo dedico a atender personas, ya sea con contacto personal directo o por medios electrónicos. Si veo la diferencia en la satisfacción del otro cuando lo atiende de forma personal y cálida. Normalmente trabajo bajo presión y contra reloj, lo que dificulta establecer otros modos de relación. En mi grupo de trabajo, somos varios los egresados de la MDH y ahora reflexiono tal vez pudiéramos hacer algo más intencionado por incidir directamente en el mismo para mejorar los estilos de relación. En general, el ITESO es un muy buen lugar para trabajar en una constante reflexión y cuestionamiento en torno al cuidado de las personas.

En la etapa de vida en la que me encuentro, puedo decir con satisfacción que disfruto de mis dos carreras profesionales, tengo dos hijos que son mi orgullo y terminaron los dos la licenciatura, el mayor está por obtener el grado de Maestría en Administración, los dos ya *dejaron del nido y vuelan con sus propias alas*. Vivo una segunda relación de pareja desde hace aproximadamente 15 años. Amo profundamente a mi esposo. No hay vidas perfectas, la mía tampoco, Ahora sé que puedo caerme y levantarme, que algunas veces yo puedo acompañar a otro a que se levante y otras puedo ser yo quien necesite y solicite compañía para levantarme y continuar mi camino.

### **3.4 Conclusiones y propuestas**

Finalmente, después de estos cuatro meses de trabajo intenso, descubro que es más lo que he disfrutado al hacerlo, que el esfuerzo y agobio que me ha costado.

Confirmando que la columna vertebral de mi desempeño profesional como facilitadora del potencial humano y psicoterapeuta es el Modelo Humanista Existencial y el estilo de relación propuesto por Rogers, los atributos que considero más importantes del facilitador y terapeuta son la capacidad para aceptar al otro, para comprender su mundo desde su

contexto, desde su referencia y poder transmitir esa comprensión, la congruencia entre lo que digo, pienso y siento en mi relación conmigo y con el otro, con mis significados y sus significados. La gran pregunta que se hacía de Rogers acerca de su desempeño, es decir cuestionarse si realmente estaba siendo de ayuda para el crecimiento del otro es como la *brújula* que humildemente debería ser parte del desempeño profesional de todo profesional en cualquier relación de ayuda, para no *perder el rumbo*.

Realizar este trabajo, me ha permitido recuperar los beneficios de formar parte de un grupo de supervisión:

- Revisar la práctica profesional de una manera ordenada, estructurada, apoyada en un modelo teórico.
- Integrar modelos teóricos de forma que se complementen, encontrar las coincidencias y cuidar caer en inconsistencias o incongruencias.
- Actualizar y profundizar conocimientos y prácticas.
- Reflexionar profundamente la relación con el otro. Detectar puntos ciegos.
- Detectar aspectos personales que requieren trabajo psicoterapéutico.
- Constituye un importante grupo de contención del profesional. Al ser un ambiente de respeto, aceptación, empatía, facilita la expresión de sentimientos difíciles de expresar, asumir, tanto en lo personal como con alguien más, como podría ser tristeza, dolor, desesperanza, enojo, miedo, en un encuentro amoroso y recíproco.

Pertenecer a un grupo de supervisión es como meterse a un río, puedo llegar llena de lodo, de sudor de cansancio, sus aguas limpian y refrescan. Algunas veces, podré nadar y flotar plácidamente y otras necesitaré aplicar todas mis habilidades, sabiduría, fuerza para salir de las aguas turbulentas. He sentido que me voy al fondo y casi me ahogo. La riqueza de ese río es que no voy sola, están mis compañeras que me acompañan, algunas veces ellas me ayudan a encontrar cómo salir y otras yo a ellas. El agua, además de limpiar, nutre, afirma Cabarrús (1998) y las personas estamos constituidas por agua, por lo que cada persona somos pozo y agua al mismo tiempo. En el grupo de supervisión puedo limpiarme, nutrirme, beber o compartir mi agua, es decir, mi vida con los demás.

### 3.5 Consideraciones Finales

a) Lo que resultó y no esperaba.

Principalmente fue la integración de elementos de la Maestría en Terapia Familiar (MTF), como las diferencias en la supervisión en los dos modelos. La postura del psicoterapeuta de “No saber” propuesta por Medina (2011, p. 157), facilita la cercanía con la familia, pareja o persona para comprender su mundo como lo ve, situarse en su contexto, entender cómo experimenta su mundo, su realidad, sus relaciones facilitando a su vez, lograr la empatía con el otro. Me di cuenta, como lo expresé al inicio de este capítulo, que la familia, o pareja, al igual que la persona, necesita ser aceptada, comprendida, para desarrollar sus capacidades. Los atributos del psicoterapeuta del modelo del ECP se puede integrar a los modelos de Psicoterapia Familiar.

b) Logros y dificultades.

Mi principal dificultad fui yo misma, vencer mi resistencia a volverlo a intentar, y aceptar que me es importante cerrar este ciclo, concluir mi proceso de graduación en la MDH.

Los logros son muchos, empezando por el acompañamiento de mi grupo de supervisión que me ayudó a vencer mis miedos. Recuperar parte de mi experiencia profesional en el campo del Desarrollo Humano, sentarme conmigo a revisar mis dificultades y logros me ha permitido valorar la riqueza que la MDH y el grupo de supervisión han aportado a mi vida profesional y personal. Me ha sorprendido satisfactoriamente cómo mi dificultad para escribir ha ido disminuyendo. Disfruté volver a leer después de tantos años a Rogers, Yalom, Gondra, Scheifler, entre otros, escuchar a Virginia Moreira. En algún momento me empecé a regañar, según mi vieja costumbre, por no haberlo hecho antes y me di cuenta de que, en esta etapa de mi vida, es justo cuando he tenido el tiempo, la experiencia, la calma (aún con la presión que ha implicado) que me ha permitido disfrutar hacer este trabajo.

### c) Propuesta

Mi propuesta es impulsar, como un deber ético del profesional de las relaciones de ayuda, mantenerse en un grupo de supervisión que le permita revisar constantemente la calidad de su práctica profesional, y contar en forma permanente con un grupo que le proporcione contención emocional y profesional. Parafraseando a Yalom (2002), el profesional en las relaciones de ayuda es su propio instrumento, y como tal, tenemos que cuidarlo, afinarlo, limpiarlo, nutrir su madera y yo aumentaría tratarlo amorosamente. Hay que estar al pendiente de cuando una cuerda se rompe o está por romperse, detenerse a ver porqué está desafinando.

Así como los médicos hacen el juramento de Sócrates, los profesionales de las relaciones de ayuda, deberíamos jurar mantenernos en supervisión como condición para acompañar procesos de facilitación del crecimiento del potencial humano o los psicoterapeutas. Va de por medio mi cuidado y el cuidado del otro.

## REFERENCIAS

- Abraham Saad Lucchesi, Martha (2007). *Universidad y producción de conocimiento científico con un enfoque transdisciplinar: una experiencia dentro de la Maestría en Educación. Educere*, abril-junio, 339-347.
- Andersen, Tom (1994). *El equipo reflexivo. Diálogos y diálogos sobre diálogos*. Barcelona, España: Gedisa.
- Ávila, Alejandro (2013) "Prólogo", en Zohn Tania, Gómez Noemí y Enríquez Rocío (coord.) (2013) *Psicoterapia y Problemas actuales. Debates y alternativas*. Colección Psicoterapia y Diálogo Interdisciplinario ;Guadalajara, México: ITESO : Universidad de Guadalajara; León, México: Universidad Iberoamericana, Plantel León.
- Berguer, Peter y Luckmann Thomas (1966). *La construcción social de la realidad. Argentina: Amorrortu*, Editores.
- Brazier, David (1997). *Más allá de Carl Rogers*. Bilbao España: Desclée de Brouwer, S.A
- Cabarruz, Carlos Rafael (1998). *Crece bebiendo del propio pozo*. Bilbao, España: Editorial Desclée de Brouwer, S.A. 6ª Edición (2002). ok
- Carretero Jiménez, Martha Leticia (2004). *Estilos de gestión de un grupo de supervisión de facilitadoras de desarrollo humano en grupos de mujeres del cerro del cuatro*. Tesis para obtener el grado de Maestría en Desarrollo Humano. Guadalajara, Jalisco. ITESO.
- Daskal, Ana María (2008). *Poniendo la lupa en la supervisión clínica*. Revista Argentina de Clínica Psicológica, vol. XVII, num. 3 noviembre, 2008.pp 2015-224. Buenos Aires, Argentina: Fundación Aiglé.
- Fruggeri, Laura (2001). *La supervisión desde diferentes niveles de análisis: entrenamiento y práctica reflexiva*. Sociedad Interamericana de Psicología Sistémica Familiar. 17(2)
- Gondra, José María (1978). *La psicoterapia de Carl Rogers: sus orígenes, evolución y relación con la psicología científica*. 2ª Edición. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- González, Jorge (2015) "¿Psicoterapia:promesa de bienestar? ¿Sanación de malestar?", en Zohn Tania, Gómez Noemí y Enríquez Rocío (coord.) (2015) *La psicoterapia frente al bienestar y al malestar*. Colección Psicoterapia y Diálogo Interdisciplinario; 3; Guadalajara, México: ITESO, Universidad de Guadalajara.
- Lafarga Corona, Juan, Gómez del Campo José. Compiladores (2003). *Desarrollo del potencial humano. Aportaciones de una psicología humanista*. Volumen 3. México D.F.: Trillas.

- López-Carrasco, Miguel Angel. Et al. *La supervisión en la psicoterapia. Modelos y experiencias* (1998). Universidad Iberoamericana Golfo Centro. Puebla, México: Colección Separata.
- López-Yarto, Luis (1997) *Dinámica de grupos. Cincuenta años después*, Bilbao, España: Desclée de Brower, 5ª edición, (2001).
- Ludewing, Kurt (1998). *Terapia Sistémica. Bases de teoría y práctica clínica*. Barcelona, España: Herder.
- Madrid Soriano, Jesús (2005). *Los procesos de la relación de ayuda*. Editorial Desclée de Brouwer, S.A. 2ª Edición (2005).
- Martínez Aguilar, Carlos (1998) “La supervisión: enfoque humanístico existencial y sistémico”. en López Carrasco, Miguel Angel (Coord). *La supervisión en la psicoterapia. Modelos y experiencias*. Universidad Iberoamericana Golfo Centro. Puebla, México: Colección Separata.
- Medina Centeno, Raúl (2011). *Cambios modestos, grandes revoluciones. Terapia familiar crítica*. México: E Libro Red Américas. 4ª reimpresión (2014).
- Moreira, Virginia (2001). *Más allá de la persona. Hacia una psicoterapia fenomenológica mundana*. Santiago de Chile: Editorial Universidad de Santiago.
- Rodríguez Siqueira, Adriana; Raab Glina, Debora y otros (2010) Grupos de reflexión: un recurso de la transformación del trabajo. *Mundo Da Saúde, Sao Paulo*: 2010; 34(2):252-257
- Rogers, Carl R. (1964). *El proceso de convertirse en persona*. México, D.F.: Editorial Paidós Mexicana. Reimpresión (2006).
- Rogers, Carl R., (1973). *Grupos de encuentro*. Argentina: Amorrortu editores S.A. Octava reimpresión (1993).
- Rogers, Carl R. (1981). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Barcelona, España: Paidós.
- Rogers, Carl R. (1985). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires, República Argentina: Ediciones Nueva Visión SAIC.
- Rogers, Carl R. (1987). *El camino del ser*. Argentina: Editorial Kairós, S.A.
- Rogers, Carl R. (1997). *¿Puedo actuar como facilitador de un grupo?* En grupos de encuentro. Argentina: Amorrortu Editores.
- Rogers, Carl R., G. Marian Kinget (1967). *Psicoterapia y relaciones humanas. Teoría y práctica de la terapia no dirigida Tomo I*. España: Ediciones Alfaguara,S.L. Reimpresión (1971).

Scheifler Amézaga, Xavier (1990). *En busca del sentido de la vida*. México, D.F. : Editorial Trillas S.A. de C.V.

Segrera, Alberto. (2002). *El enfoque centrado en la persona en el centenario de su fundador*. Universidad Iberoamericana. México, D.F. (Documento)

Yalom, Irvin D. (2002). *El Don de la Terapia. Carta abierta a una nueva generación de terapeutas y a sus pacientes*. Argentina: Emecé Editores, S.A. 6ª Edición (2007).

## ANEXOS

### CUESTIONARIO DE ATRIBUTOS PERSONALES

#### PARTICIPANTE 1

El presente cuestionario tiene varias finalidades:

Recuperar lo que las integrantes del grupo de supervisión identificamos como objetivo(s) o propósito(s) del grupo. En particular, recuperar información respecto a mis formas de relacionarme e interactuar en el grupo y el efecto que han tenido en las participantes y en el grupo.

1. ¿Cuáles crees que es el o los objetivos de este grupo?

- Revisar las situaciones que se nos dificultan en los procesos con los consultantes.
- Reconocer la implicación personal en estas situaciones

2. ¿Cuáles consideras como elementos importantes, desde el Enfoque Centrado en la Persona, que están presentes en el grupo de supervisión para lograr los objetivos?

Las mismas condiciones que menciona Rogers para que tenga lugar el encuentro terapéutico:

- Que una persona se encuentre en estado de vulnerabilidad (en este caso quien solicita la supervisión)
- Que esa persona perciba en las supervisiones congruencia, aceptación positiva incondicional y comprensión empática
- Que las supervisoras manifiesten a la supervisada esta comprensión

A partir de lo anterior hay un clima de confianza

3. ¿Qué competencias tiene el profesional que forma parte de este grupo de supervisión?

Tiene un gran respeto por la persona y plena confianza en su capacidad para entenderse y entender al otro. Sigue a la persona en su experiencia paso a paso con la intención de ir captando su vivencia y reflejársela de modo que pueda comprenderse y ampliar la visión de sí. Es capaz de escuchar y atender a la persona con empatía y aceptación. Están en continua revisión personal a partir de una continua reflexión personal y en espacios terapéuticos. Van comunicando a la supervisada cuando lo consideran oportuno y necesario lo que van experimentando a partir de lo que escuchan de la supervisada.

4. Menciona 3 cualidades o características que tiene la manera de relacionarse de María en el grupo y también las defines

- Calidez: María hace evidente el cariño y respeto que siente por nosotras, esto contribuye fuertemente a la construcción de la confianza al momento de compartir.
- Claridad: María escucha y capta aspectos esenciales de la persona que supervisa y yo puedo dar cuenta de ello porque lo manifiesta en un lenguaje muy claro y preciso, suele hacer uso de metáforas atinadas que amplían la comprensión y la visión además de imprimir un sentido sumamente práctico.
- Hace énfasis en los recursos: María logra decantar del discurso los recursos que tiene la supervisada, lo que fortalece su confianza tanto en su actuación profesional como en los aspectos de la implicación personal que se revisan.

5. De la manera de relacionarse de María ¿cuáles características consideras que favorecen tu desarrollo o aprendizaje, y por qué?

Las tres anteriores, como lo mencionaba.

- Su calidez me ayuda a depositar mi confianza en ella y me hace sentir segura de platicar cualquier situación por difícil (o incluso vergonzosa para mí) que sea.
- Su claridad
- me ha ayudado a comprender más sobre la situación y comprenderme a mí. En momentos en que me he sentido muy desvalorada o incapaz.
- Cuando María hace énfasis en mis recursos me sorprende, de pronto quedan fuera de mi visión y recuperarlos o reconocerlos me fortalece, puedo sentirme motivada y con más confianza en mi desempeño

6. De lo anterior, modos de relación de María, ¿cuáles favorecen el desarrollo del grupo y por qué?

- Su calidez construye confianza en el grupo. En últimas fechas se incorporó una nueva integrante y la acogió aún sin conocerla mucho. Yo creo que esta compañera se siente muy cómoda con María, al menos eso observo y lo atribuyo a su calidez.
- Su claridad va brindando pistas claras cuando vamos escuchando a las compañeras, podría decir que son “pases a gol” o “goles” en la comprensión grupal de los procesos.
- Continuamente María va reflejando las fortalezas del grupo, lo que abona en el valor que todas le vamos dando a este espacio.

7. De lo anterior, modos de relación de María ¿cuáles pudieran obstaculizar el desarrollo del grupo y por qué

No veo cómo los aspectos anteriores podrían obstaculizar.

Hay uno que no se relaciona con los anteriores que si nos ocurre a nivel grupal. María es la más puntual de todas nosotras al asistir al grupo. La verdad, a mí sí me da mucha pena llegar tarde y esto es con mucha frecuencia. El trayecto de llegada es angustioso para mí. Tardo unos minutos en recuperar la calma, en

verdad es muy breve este momento pues estando en el grupo esto se disuelve rápidamente por la confianza que hemos creado y el cariño que nos une.

## CUESTIONARIO DE ATRIBUTOS PERSONALES

### PARTICIPANTE 2

1. ¿Cuáles crees que es el o los objetivos de este grupo?
  - a) Exponer las inquietudes que nos despiertan los casos que atendemos en psicoterapia, para recibir de parte del grupo alguna sugerencia de intervención.
  - b) Tener un espacio para compartir nuestro sentir en torno a las dificultades de nuestros consultantes en psicoterapia, revisar estas vivencias para si es necesario, recurrir a la exploración de nuestra historia personal y buscar concientizarnos de cómo está impactando en la forma en que tratamos o nos relacionamos con ellos.
  
2. ¿Cuáles consideras como elementos importantes, desde el Enfoque Centrado en la Persona, que están presentes en el grupo de supervisión para lograr los objetivos?
  - a) Las actitudes básicas de empatía hacia el psicoterapeuta, aceptación incondicional y congruencia.
  - b) El respeto del psicoterapeuta en la intervención y relación de este con su propio paciente.
  - c) El enfocarnos en el trabajo de a vivencia tanto del psicoterapeuta en relación a su paciente.
  - d) Dar seguimiento, al seguimiento de casos.
  
3. ¿Qué competencias tiene el profesional que forma parte de este grupo de supervisión?
  - Capacidad de escucha.
  - Habilidades de comunicación como: escucha, parafraseo, síntesis, etc.
  - Capacidad para confrontar en un clima de confianza.
  - Capacidad para transmitir confianza o seguridad.
  - Preparación profesional. Todas tenemos nivel mínimo de maestría
  - Experiencia en la práctica psicoterapéutica.

4. Menciona 3 cualidades o características que tiene la manera de relacionarse de María en el grupo y también las defines.

Hace énfasis en los recursos: María logra decantar del discurso los recursos que tiene la supervisada, lo que fortalece su confianza tanto en su actuación profesional como en los aspectos de la implicación personal que se revisan.

5. De la manera de relacionarse de María ¿cuáles características consideras que favorecen tu desarrollo o aprendizaje, y por qué?

- Su presencia, siempre que está en el grupo realmente está y está completa, atenta.
- Su constancia y regularidad para participar en él.
- Su entusiasmo, porque siempre he percibido en ella la ganas de aprender, porque hace preguntas, y se sonríe cuando creo que a ella le cae algún veinte o cuando aporta lo hace con interés de ayudar.
- Su apertura para exponerse, porque si habla de los casos que va atendiendo y no va tendiendo reparos en hablar de lo que a ella le pasa y si es necesario avanzar a profundizar en ella misma se dispone, lo pide y lo acepta.

6. De lo anterior, modos de relación de María, ¿cuáles favorecen el desarrollo del grupo y por qué?

- Convoca a reuniones para relacionarnos como amigas.
- Tiene detalles con todas que a mí me han permitido fortalecer los vínculos con este grupo nuevo.
- Está atenta para participar y cuando no puede lo dice con claridad.

7. De lo anterior, modos de relación de María ¿cuáles pudieran obstaculizar el desarrollo del grupo y por qué?

Solo me ha tocado ver en una ocasión en que estábamos supervisando en que quizás por su entusiasmo se adelantaba un poco a dar sugerencias, antes de

terminar de escuchar. Pero la verdad es que lo tengo registrado como un momento muy breve del cual ella misma se dio cuenta.

## CUESTIONARIO DE ATRIBUTOS PERSONALES

### PARTICIPANTE 3

1. ¿Cuáles crees que es el o los objetivos de este grupo?
  - Revisar, analizar y cuestionar la manera de acompañar a los pacientes para poder identificar qué aspectos se dificultan que puedan estar relacionados con asuntos de la historia personal del terapeuta que aún necesiten desarrollo.
  - Las compañeras y colegas con su experiencia profesional y personal, proveen los elementos para la toma de consciencia necesaria que permitan no involucrar los asuntos aún trabajables del terapeuta con los del paciente.
  - El grupo también ayuda al supervisado a que encuentre su estilo de ser terapeuta
  
2. ¿Cuáles consideras como elementos importantes, desde el Enfoque Centrado en la Persona, que están presentes en el grupo de supervisión para lograr los objetivos?

Fundamentalmente las actitudes de empatía, congruencia, aceptación incondicional, respeto y confianza
  
3. ¿Qué competencias tiene el profesional que forma parte de este grupo de supervisión?
  - Deberá conocer los fundamentos del Enfoque Centrado en la Persona y aplicarlos en la atención de sus pacientes y en su vida de relación con otros.
  - Tener una gran apertura a la experiencia de los pacientes y de los compañeros del grupo de supervisión
  - Estar profundamente comprometido con la relación de sus pacientes y de sus compañeros del grupo de supervisión.
  - Estar en proceso de desarrollo continuo.

4. Menciona 3 cualidades o características que tiene la manera de relacionarse de María en el grupo y también las defines.
- María siempre muestra interés en revisarse para dar una mejor atención a sus pacientes.
  - Está en constante aprendizaje y se mantiene actualizada.
  - Es cariñosa y atenta además de mostrar un humor ingenioso y lúdico que le da frescura al grupo (calidez y confianza).
  - Me ayuda su empatía y los reflejos que hace de mis recursos y que yo no hago conscientes.
  - Sus intervenciones graciosas, de gran ingenio y no por eso menos certeras, me alegran y animan a mostrarme espontánea y auténtica.
5. De la manera de relacionarse de María ¿cuáles características consideras que favorecen tu desarrollo o aprendizaje, y por qué?  
Aprendo de María el cuidado y respeto que tiene por los sentimientos de los demás porque son actitudes que me animan a mostrar y enfrentar mis partes menos luminosas y difíciles.
6. De lo anterior, modos de relación de María, ¿cuáles favorecen el desarrollo del grupo y por qué?  
Inevitablemente las relaciones de María en el grupo pasan de ser respetuosas, empáticas y aceptantes, a ser afectuosas, profundas y comprometidas, lo que invita a sus compañeras del grupo a corresponder de la misma manera y al hacerlo, podemos ser muy auténticas.
7. De lo anterior, modos de relación de María ¿cuáles pudieran obstaculizar el desarrollo del grupo y por qué?  
No contestó

## CUESTIONARIO DE ATRIBUTOS PERSONALES

### PARTICIPANTE 4

1. ¿Cuáles crees que es el o los objetivos de este grupo?

Crear un espacio de revisión personal en un contexto de psicoterapeutas, a fin de identificar alternativas de manejo de la relación terapéutica con los pacientes para hacer ésta más efectiva.

2. ¿Cuáles consideras como elementos importantes, desde el Enfoque Centrado en la Persona, que están presentes en el grupo de supervisión para lograr los objetivos?

a) Los principios de la visión de persona: Para nosotras y los pacientes, consideramos que la persona es un ser en proceso, que tiene los recursos potenciales o vigentes para enfrentar sus condiciones de vida, que es un ser único construido a través de su historia, sus vivencias y su contexto de vida.

Las actitudes del enfoque: Empatía, Congruencia, respeto y Aceptación entre nosotras y para los pacientes.

b) Un procedimiento de atención conocido por todas, en el que se incluyen los elementos:

- Crear una relación terapéutica con el paciente en el que se procura la confianza, en encuadre terapéutico de responsabilidad mutua, el compromiso de prestar el servicio por parte del terapeuta y de asistir puntualmente y pagar una cuota por parte del paciente.
- Seguir un flujo de la sesión terapéutica donde nuestra función es aplicar las actitudes básicas del enfoque y favorecer una comunicación responsable y centrada en el paciente.
- Identificar un tema, contactar las emociones que lo acompañan y de ser posible favorecer la toma de decisión del paciente al respecto del tema.

c) Un procedimiento de supervisión que incluye

- Una persona o varias plantean su necesidad de revisar su trabajo terapéutico

- La persona hace una descripción de la situación que requiere revisar
  - Las demás personas del grupo realizan intervenciones exploratorias, de manera que van identificando un hilo conductor que todo el grupo procura seguir y facilitar, al punto en que la persona que planteó su asunto reporte que se siente satisfecha de lo encontrado.
3. ¿Qué competencias tiene el profesional que forma parte de este grupo de supervisión?
- Escucha activa, actitud de respeto.
  - Empatía como actitud y como habilidad.
  - Congruencia
  - Aceptación
  - Planteamiento de hipótesis
  - Análisis de situaciones dentro de su contexto, evaluación de alternativas de acción.
4. Menciona 3 cualidades o características que tiene la manera de relacionarse de María en el grupo y también las defines
- Trato personalizado: Está atenta a las características personales de las integrantes en la relación personal y al retroalimentar su forma de trabajar.
  - Se refiere a que interviene en congruencia con las características que la persona manifiesta en el grupo.
  - Ejemplo: “Me imagino para esta mujer que ha estado tan sola (la paciente) qué rico le cae tu forma tan cálida de atenderla.”
  - Identifica y muestra a la persona que está supervisando, los recursos que ha demostrado tener, y cómo éstos le pueden ser útiles en la circunstancia concreta que requiere mejorar.
  - Amplia la visión de la situación revisada, mostrando implicaciones, antecedentes, circunstancias, contextos relativos a ella.

5. De la manera de relacionarse de María ¿cuáles características consideras que favorecen tu desarrollo o aprendizaje, y por qué?

Las tres.

- Trato personalizado: Aporta elementos para que la persona que supervise confirme sus características propias, distinguiendo su vivencia de cualquier otra. Ello conduce a mayor desarrollo, en cuanto a la autoconciencia.
- Mostrar recursos: aporta al aprendizaje, ya que conecta los elementos de la experiencia con los recursos posibles a utilizar, mostrando con ello opciones de abordaje de la situación revisada.
- Ampliar la visión: aporta al aprendizaje, pues hace posible que la persona que supervisa adquiera habilidades más complejas que permiten una visión de totalidad, holística. Con ello favorece un mejor desempeño al aplicar esa habilidad con sus pacientes.

6. De lo anterior, modos de relación de María, ¿cuáles favorecen el desarrollo del grupo y por qué?

- Trato personalizado: Enfatiza cómo la aportación de cada persona es insustituible por su unicidad.
- Mostrar recursos: Pone de manifiesto también cómo cada persona puede aportar al aprendizaje grupal cuando ponga al servicio dichos recursos, en el avance grupal.
- Ampliar la visión: Aporta al grupo elementos de profundidad. Mientras más completa es la visión, más profunda es la reflexión sobre la vivencia, pues se vuelve un análisis de mayor trascendencia.

7. De lo anterior, modos de relación de María ¿cuáles pudieran obstaculizar el desarrollo del grupo y por qué?

- Trato personalizado: Pudiera llevar a María a suponer características de la persona que hayan cambiado o no le sean del todo conscientes, y ello pudiera llevar a alguna confusión.

- Mostrar recursos: Pudiera obstaculizar si se generara un proceso de comparación entre las participantes, en el que fuera percibida una más capaz que la otra, con base en la evidencia de recursos mostrada por María.
- Ampliar la visión: Podría generar diferencias perceptivas entre los integrantes del grupo, e incluso caer en supuestos sin fundamento.

## CUESTIONARIO DE ATRIBUTOS PERSONALES

### PARTICIPANTE 5

1. ¿Cuáles crees que es el o los objetivos de este grupo?
  - Identificar y elaborar la implicación personal del terapeuta con su cliente.
  - Ofrecer visiones distintas con respecto al caso que se supervisa.
  
2. Cuáles consideras como elementos importantes, desde el Enfoque Centrado en la Persona, que están presentes en el grupo de supervisión para lograr los objetivos?
  - La actitud de respeto y la intención de apoyar a las compañeras en su desempeño como terapeutas es fundamental, pues genera un ambiente de confianza que permite que exploremos con seguridad.
  - Buscamos comprender cómo la compañera está implicada con la persona a la que atiende, apoyarla a que explore e identifique lo que necesita al respecto de la situación con su cliente y que encuentre la manera de
  
3. ¿Qué competencias tiene el profesional que forma parte de este grupo de supervisión?
  - Todas compartimos como base, la formación humanista, las habilidades de acompañamiento del ECP desde la MDH, excepto una la especialidad en psicoterapia humanista existencial.
  - Varias tienen la especialidad en psicoterapia familiar sistémica y dos en psicoterapia Gestalt.
  
4. Menciona 3 cualidades o características que tiene la manera de relacionarse de María en el grupo y también las defines
  - María es la más puntual de las integrantes del grupo, se muestra siempre muy dispuesta a la supervisión., nos convoca.
  - Participa expresando una situación a supervisar o acompañando a las compañeras.

- Cuando participa lo hace expresando lo que le sucede, lo que le preocupa, dispuesta a mirar más allá de lo que hasta ese momento comprende, para comprenderse de manera más completa y profunda a sí misma en la relación con su paciente y a su paciente en relación con la situación que presenta.
  - Escucha con atención y se dispone a seguirse a sí misma desde el ciclo de su vivencia conforme va explorando.
  - Cuando escucha a otra compañera, lo hace de manera muy cuidadosa, aporta su visión de la situación, la comprensión que va teniendo, en ocasiones aporta incluso elementos teóricos que apoyan su comprensión y para ofrecer elementos de comprensión a la compañera que supervisa. Esto último a partir de que se está formando en psicoterapia familiar sistémica.
  - Muchas veces veo que se expresa desde una postura de aprendiz y aunque también reconozco la mayor experiencia de algunas otras compañeras, me parece que María no valora tanto su participación como la de otras.
5. De la manera de relacionarse de María ¿cuáles características consideras que favorecen tu desarrollo o aprendizaje, y por qué?  
Todas las que dije favorecen mi aprendizaje, me ha ayudado a comprender a otro o a comprender mi relación con algún cliente.
6. De lo anterior, modos de relación de María, ¿cuáles favorecen el desarrollo del grupo y por qué?  
Todos lo que dije, porque nos motiva, nos convoca, favorece la confianza en el grupo, su apertura y disposición son motivantes para el trabajo de supervisión.
7. De lo anterior, modos de relación de María ¿cuáles pudieran obstaculizar el desarrollo del grupo y por qué?
- Algunas veces me da la impresión de que está ansiosa y no lo expresa abiertamente, por ejemplo con la impuntualidad de nosotros.

- El cuidado que tiene ante la experiencia del otro, apoya y a veces creo que limita su participación, me parece que ha avanzado en la propia libertad para expresarse, mucho! Y que aún puede aportar más al grupo y con ello favorecer aún más la participación y apertura de todas.
- Presentarse como aprendiz, es lindo, reconoce la experiencia de otras colegas pero a veces creo que puede limitar la expresión de sus propias opiniones y eso tiene impacto en el grupo, cuando menos en mi porque yo tiendo a hacer eso y entonces refuerzo esa tendencia cuando la capto en ella.

Entonces mi invitación es a valorar aún más sus opiniones y sentires en el grupo!