PSYKHE
1999, Vol.8, N° 2, 119-126

Copyright 1999 by Psykhe
ISSN 0717-0297

La Formación en Psicoterapia dentro del Ambito Académico: Posibilidades versus Limitaciones

Training in Psychoterapy Within the Academic Enviroment: Possibilities versus Limitations

Eloísa Gómez- Estern
Rosa Mª Sánchez
Universidad de Sevilla

La formación en psicoterapia exige una serie de condiciones difícilmente alcanzables dentro del ámbito académico. El aprendizaje acostumbrado en este tipo de formación es esencialmente vivencial frente a un aprendizaje más intelectual propio del contexto académico.
Para conocer las posibilidades y limitaciones de esta formación, se recogió la opinión de 152 alumnos que asistieron a las clases prácticas, mediante un informe valorativo que entregaron al finalizar el curso.
Los resultados obtenidos hacen referencia mayoritariamente a las posibilidades (relacionadas con las actitudes del terapeuta y su labor profesional) frente a las limitaciones (principalmente el número de alumnos y el lugar de realización de las mismas).

The education in psico-therapy needs a sequence of conditions very difficult to reach inside the academic world. The usually learning in this kind of education is mostly living, against the more intellectual learning characteristics of the academic context.
To know the possibilities and limits in this education, the opinion of 152 pupils who attended to practice classes was required, thanks to a valuable report that they gave at the end of de course.
The results refer mainly to the possibilities (related with the therapist and his professional labor) against the limits (mostly the pupils number and the place where they were done).

"Psicoterapias" es una asignatura del plan nuevo de la licenciatura de Psicología de la Universidad de Sevilla. En el programa, impartido por primera vez durante un cuatrimestre del curso 97'-98', se incluyen modelos diversos de psicoterapias: humanistas, fenomenológicas, existenciales, constructivistas, sistémicas e integracionistas. Tal amplitud temática requiere tanto de una selección como de una síntesis de contenidos. Con las clases teóricas, apuntes de algunos temas y lecturas seleccionadas quedaron establecidas las bases fundamentales de cada enfoque. La dificultad giraba en torno a la formación práctica: el cómo de esta formación.

En la década de los 60', época fundacional de la Psicología Humanista, autores como C. Rogers (enfoque centrado en la persona), F. Perls (terapia gestáltica), E. Berne (análisis transaccional), J. L. Moreno (psicodrama), introducen ideas innovadoras en torno a la psicoterapia que, como bien refiere Naranjo (citado en Plaxats y Casado, 1988), siguen aún vigentes en el panorama de psicoterapia actual. La ampliación de la psicoterapia al ámbito grupal, el énfasis en la experiencia, la incorporación del cuerpo y de la acción al ámbito psicoterapéutico, la concepción de la relación terapéutica como un «encuentro» entre dos personas (terapeuta y cliente), la primacía de las actitudes del terapeuta sobre las técnicas, el trabajo en el presente son, además de innovaciones aportadas y compartidas por la mayoría de estos autores, características definitorias del enfoque humanista e incorporadas en mayor o menor medida, a otros modelos actuales incluidos en el programa.

En la actualidad, y a partir de cada uno de estos modelos, se han constituido asociaciones que ofertan programas de formación reglamentados, editan revistas, organizan jornadas, congresos.

Estas asociaciones son independientes, diferentes, pero también convergentes. La formación, que se realiza en grupos pequeños (8-16 personas), exige de unas condiciones difícilmente alcanzables en nuestro ámbito universitario: apertura a la experiencia, confianza y cohesión grupal, nivel de implicación. Fue necesario un quehacer particular, a medio camino entre el aprendizaje intelectual (propio de un contexto académico) y el aprendizaje vivencial o experiencial (requerido y acostumbrado para la formación en la mayoría de éstos modelos).

Eloísa Gómez-Stern y Rosa Mª Sánchez, Universidad de Sevilla. La correspondencia relativa a este artículo debe ser dirigida a Eloísa Gómez-Estern Sánchez, C/José Mª Osborne nº 5, Pal. Izda. 41004, Sevilla (España), E-mail: *eloisa@cica.es*

Objetivos

Conseguir unas mínimas condiciones grupales, de libertad, respeto e interés mutuos, que favorezcan:

1. La correcta aplicación (con la consiguiente información) de unos ejercicios y técnicas que pueden y suelen comprometer aspectos emocionales, posibilitando, en el grupo, la doble y contradictoria polaridad implicación-no implicación, según elección personal y a entera responsabilidad de cada alumno; aunque salvaguardando siempre los límites de cada privacidad y confidencialidad.
2. El entrenamiento y el descubrimiento de actitudes y capacidades terapéuticas en un contexto adecuado, es decir, en un contexto protegido, libre de amenazas y ansiedades paranoides, en donde se puede hacer de todo, se puede probar todo, siempre que no se rebasen los limites del «como si».

Material y Método

Material

Esta experiencia se ha realizado con 152 alumnos matriculados, durante el curso 1997-1998, en la asignatura de Psicoterapias. Los 152 alumnos se dividieron en cuatro grupos. Las prácticas, para cada grupo, se distribuyeron en 10 sesiones de dos horas cada una. Siendo obligatorio cumplimentar su asistencia al menos en un 70% y la entrega de un informe. Las sesiones se desarrollaron en aulas grandes, con capacidad sobrante y con sillas y pupitres fijos.

Aunque se introdujeron variaciones en función de los requerimientos del grupo, de las técnicas utilizadas cabe destacar:

1. Ejercicios y técnicas de Terapia Gestáltica: contacto-retirada, darse cuenta, polaridades, centramiento en el presente, fantasías dirigidas (Naranjo, 1990; Stevens 1976).
2. Ejercicios de Análisis Transaccional: contrato en el A.T., relato de una historia como medio para conocer y analizar el argumento de vida. (Kerstesz, 1985; Steiner, 1992).
3. Ejercicios de entrenamiento en actitudes terapéuticas (Rogers, 1978, 1986; Jimenez & Pinzón, 1983).
4. Técnicas Psicodramáticas: juego de roles, soliloquio, inversión de roles, construcción de imágenes (Rojas-Bermúdez, 1984, 1997).
5. Técnicas Grupales (Schutz, 1976).

Metodología Docente

El comienzo en cada grupo partió de la presentación y expresión de expectativas, con respecto a las prácticas, de cada uno de los integrantes. El orden y la forma de aplicación de las técnicas y ejercicios variaron, en cada grupo, en función de sus necesidades. Para algunos ejercicios fue necesario el reagrupamiento por parejas o por tríos. En muchas ocasiones, y debido al elevado número de alumnos, se trabajó simultáneamente con subgrupos de unas10 personas, aunque casi siempre se cerraba la sesión con una puesta en común de todos los asistentes. Este trabajo en pequeños grupos se utilizó también para conseguir de forma escalonada y paulatina la interacción grupal.

En la consigna para el informe, que debían entregar individualmente, se dejaron unos márgenes muy amplios, continuando con la misma tónica de respeto y confidencialidad propiciada en cada grupo. Debía de tener una extensión mínima de un folio y podía ser desde una mera descripción de las tareas y ejercicios realizados (sin que ello implicara la enumeración de cada uno de ellos), hasta una reflexión y valoración personal acerca de lo vivido-aprendido. Se dejó bien claro que, en modo alguno, estas valoraciones iban a influir a la hora de calificar al alumno.

De los informes de los alumnos, y dado el amplio margen de la consigna, sólo se han recogido aquellas frases que aluden de forma más generalizada a las prácticas en función de las posibilidades (para qué les ha servido, qué han encontrado de positivo en ellas) y de las limitaciones (críticas, obstáculos encontrados). Las alusiones a ejercicios y técnicas concretas (de Terapia Gestáltica, Psicodrama, etc.) no se han incluido pues superan los límites del trabajo. Los datos (comentarios de los alumnos) los hemos organizado en torno al siguiente esquema (ver Tabla 1):

Tabla 1. *Organización de las Respuestas de los Alumnos*

Posibilidades	
• *Contexto grupal*	Niveles de participación Niveles de interacción Niveles de implicación
• *Contexto individual*	Logros personales Conocimiento o exploración personal
• *Contexto formativo*	Aspectos terapéuticos Aspectos metodológicos Aspectos teóricos
Limitaciones	
• *Contexto grupal*	Niveles de participación Niveles de interacción Niveles de implicación
• *Contexto individual*	Intereses personales Conocimiento o exploración personal
• *Contexto formativo*	Aspectos metodológicos Aspectos teóricos

Todas las frases recogidas son inscribibles en las 15 agrupaciones resultantes del esquema :

1. Ocho de posibilidades: niveles de participación grupal, niveles de interacción grupal, niveles de implicación grupal, logros personales, conocimiento o exploración personal, aprendizaje para el futuro quehacer terapéutico (aspectos terapéuticos del contexto formativo), alusiones a la metodología de las clases prácticas (aspectos metodológicos del contexto formativo), aprendizaje a nivel teórico (aspectos teóricos del contexto formativo).
2. Siete de limitaciones: participación grupal, interacción grupal, implicación grupal, intereses personales (contexto individual), exploración personal (contexto individual), alusiones a la metodología de las clases prácticas (aspectos metodológicos de contexto formativo), insatisfacciones que atañen a la formación teórica (aspectos teóricos del contexto formativo).

Resultados

Posibilidades

Contexto Grupal

Niveles de Participación.

"Las puestas en común de todo el grupo, a las que en principio muchos nos mostramos reacios, han constituido un factor de cohesión del grupo, sobre todo porque han permitido la integración de los sujetos cada vez más desinhibidos".

"Cada práctica era algo nuevo, algo en lo que participábamos directamente, lo importante era entrar en la situación, olvidar los prejuicios y la timidez".

"Las prácticas me han parecido bastante positivas, distintas a lo que esperaba en un principio, mucho más activas y participativas de lo que estamos acostumbrados en las prácticas de otras asignaturas".

"En esta asignatura la participación y cooperación son elementos indiscutibles y aunque lo hemos conseguido en pocos casos, ha servido para mucho".

"Me pareció muy interesante el que cada cierto número de prácticas, reflexionáramos y diéramos nuestra opinión personal".

Niveles de Interacción.

"Las prácticas han fomentado las relaciones con mis compañeros".

"Ha sido una gran oportunidad para relacionarnos más con nuestros compañeros, una relación más directa y sobre todo para conocer la psicología desde otra perspectiva más dinámica e interesante".

"Entre lo que considero más positivo destaco el clima de colaboración, de calidez humana que se creó en el grupo de clase desde el primer momento. A ello contribuyó, principalmente, la presentación de partida, esto aunque parezca paradójico no se había realizado en ninguna de las sesiones prácticas de otras asignaturas, a pesar de que lo considero necesario para un buen funcionamiento del grupo".

"Lo mejor ha sido la interacción con el grupo de clase, ya que a pesar de estar cuatro años juntos, no nos conocíamos".

"Con las prácticas se ha logrado establecer vínculos afectivos y de amistad".

"Gracias a las prácticas en las que hemos trabajado en pequeños grupos, he podido conocer mejor a la gente de mi clase".

"Me ha dado la oportunidad de llegar a conocer, aunque sólo sea un poco, a compañeros que hasta este momento sólo los conocía de vista, incluso conocer un poco más a los que ya conocía relativamente bien".

"Poder interactuar con compañeros con los que no había mantenido mucho contacto hasta ahora".

Niveles de Implicación.

"Una vez que conseguías implicarte en los ejercicios, lo que unas veces resultaba más fácil que otras, podías darte cuenta de muchas cosas que generalmente pasan desapercibidas".

"Mi opinión es que en la Psicología Humanista no se practica, se experimenta. Cada momento, aunque no te impliques mucho, te aporta algo, te hace pensar en algo o te lleva a experimentar algo nuevo. Cada momento es irrepetible".

"Lo que más me sorprendió fue que la profesora abandonara el rol directivo al que estamos acostumbrados. Esto me puso en tensión, porque me cuesta mucho hablar en público y sabía que estas prácticas iban a ser participativas. Por otro lado, por una vez nosotros llevábamos la voz cantante y nos sentíamos implicados de verdad en una clase".

"Me han resultado de bastante utilidad, al experimentar nosotros mismos las técnicas".

"Lo más enriquecedor es vivir las emociones, sentimientos, vivencias (...) que todos estos ejercicios te proporcionan".

Contexto Individual

Logros Personales.

"Me he tenido que enfrentar a la situación de hablar en público cuando se hacían puestas en común y esto sí que me ha ayudado bastante, ya que soy algo tímida".

"Ha sido algo nuevo desde que entré en la facultad. También me ha servido para aprender a relajar-

me en los ejercicios y en los momentos en los que estoy tensa".

"Todas estas horas han merecido la pena. No porque haya adquirido importantes conocimientos teóricos sobre el comportamiento humano, o técnicas eficaces para tratar patologías, sino porque he evolucionado un poco más en mi crecimiento y en mi tendencia a la actualización".

"Estas prácticas me han proporcionado más tranquilidad y autocontrol sobre mí misma, de modo que por ejemplo no lo paso tan mal cuando tengo que hablar en público".

"No sé si se han cumplido las expectativas que tenía sobre las prácticas o si he aprendido mucho o poco, sólo sé que algo ha cambiado, que hay en mí un enfoque diferente ante muchas cosas, y esto, para mí, ya es algo muy positivo".

Conocimiento o Exploración Personal.

"Ha sido de lo más interesante que me ha pasado durante el curso, especialmente aquellas prácticas en las que teníamos que ponernos en contacto con nosotros mismos, ya que cada vez que lo hacía descubría algo nuevo sobre mí".

"Me han parecido interesantes por dos cosas: porque se potenciaba la participación de los alumnos y porque el contenido se relacionaba con el interior de cada uno y me permitían contactar con mi intimidad".

"Hemos aprendido de nosotros mismos y de los demás mediante una actividad en común".

"Las prácticas me han servido para conocer un poco más de mí, de mis capacidades, de mis limitaciones y mis preferencias".

"Me han servido para pararme a observar o darme cuenta de aspectos a los que antes no les había prestado atención y ver detalles de mí misma sobre los que nunca me había parado a reflexionar".

"He descubierto cosas que nunca pensé que pudieran importarme o que me implicase directamente. Dentro de mi carácter escéptico y cientifista he encontrado sentimientos y emociones de los que meses antes me hubiera reído. He podido viajar con mi imaginación que yo creía dormida".

"Me han ayudado a comprenderme un poco mejor y a analizar algunos de los sentimientos y sensaciones que tengo y a los que no le encontraba mucho sentido".

"He descubierto, aunque nunca lo haya mencionado en clase, actitudes y actividades que me interesaban; pero en realidad no sabía que me interesaran tanto y que alrededor de ellas giran muchos aspectos de mi vida".

Contexto Formativo

Aspectos Terapéuticos.

"Estos ejercicios me ayudarán a estar más capacitado en el futuro para desempeñar mi trabajo atendiendo y escuchando de forma objetiva, activa y total a los pacientes".

"A pesar de que indudablemente ninguno de nosotros está preparado para enfrentarnos a un paciente en una sesión de psicoterapia, en el ámbito personal he conseguido extraer algunas ideas que sí que me pueden servir para orientarme en un futuro como psicólogo".

"Todas las prácticas me han enseñado algo muy importante: saber escuchar y no escuchar como lo hacemos en otras clases magistrales, sino escuchar activamente. Y, por otro lado, me han enseñado que la realidad del contacto entre las personas no es tan esquematizada y racional como te intentan hacer creer en otras orientaciones teóricas".

"A estas alturas de la carrera es necesario que te recuerden que los problemas con los que tratamos son humanos y como tales influidos por muchos factores. En estas prácticas te hablan de aspectos muy útiles como son el trabajo con uno mismo, la reflexión, la empatía, la intuición y la responsabilidad".

"Podemos resumir estas prácticas como lo más humano que he podido ver en los años que llevo estudiando Psicología, la cual elegí precisamente porque quería estudiar a las personas".

"He comprendido que esta asignatura va encaminada a formarnos como terapeutas, pues antes de aprender a tratar con los demás uno debe conocerse a sí mismo y haberse trabajado".

"Las prácticas han tenido más interés porque al final nos dimos cuenta de que se les podía sacar provecho para nuestro futuro profesional".

"Creo que estas prácticas serán bastante útiles para cuando ejerzamos nuestra profesión y tienen una característica muy claramente aplicable al ámbito psicológico: el saber escuchar y el saber ponerse en el lugar del otro".

"Me han aportado conocimientos que a veces pasan desapercibidos por considerarlos obvios, me refiero a cuestiones como saber escuchar o empatizar con el otro".

"No he aprendido mucho sobre terapias, pero sí puedo hacer que las personas se conozcan más a sí mismas".

"Parece mentira que cuando algo nos gusta y además no es una obligación, somos hasta responsables".

"Han servido para que me aproxime cada vez más a la realidad externa del trabajo como terapeuta y dejar a un lado lo puramente académico: la pura teoría".

"Me han servido para ser más observadora, tener más en cuenta cosas que me parecían en principio insignificantes y poder oír lo que quiero, desconectándome de los ruidos que no me interesan, o sea, estar en el aquí y ahora".

"Me enseñó que no es tan fácil como parece el escuchar y callar. Aunque pude, después, apreciar que a mi supuesto paciente le resultó muy grato el que hubiera callado y escuchado".

"He aprendido: la dificultad que entraña para el terapeuta saber escuchar, el adoptar una responsabilidad respecto al paciente y, por otra parte, lo difícil que es para el paciente contar sus cosas, abrirse al terapeuta, depositar su confianza en él. A pesar de todo esto, he perfilado cuáles son algunas de las características más importantes para ser un buen terapeuta, y como cada uno de nosotros considera más significativas algunas de las mismas en función de nuestra propia personalidad».

Aspectos Metodológicos.

"Las clases resultaron muy activas. Todos participábamos juntos de las enseñanzas, rompiendo con la monotonía del clásico sistema magistral al que estamos acostumbrados en la universidad".

"La presentación de partida, aunque parezca paradójico, no se había realizado en ninguna de las sesiones prácticas de las otras asignaturas a pesar de que lo considero necesario para el buen funcionamiento del grupo".

"Otra innovación ha sido que se requería de los alumnos una implicación y unas aportaciones, que en otras prácticas a lo largo de la carrera se habían transformado en teoría".

"Han sido imprevisibles porque nunca sabíamos lo que íbamos a hacer, esto me ponía nerviosa sobre todo por las expectativas de hablar en público, pero también se rompía con la rutina de las demás prácticas en las que más o menos siempre sabes lo que va a pasar".

"Me puedo sentir satisfecho con la realización de estas prácticas en donde sencilla y felizmente hemos practicado".

"Han sido interesantes, imaginativas y diferentes, además de haber propiciado la relación entre los alumnos".

"Lo mejor es que no llevaban un guión estructurado, sino que más bien se iba improvisando según estaba el grupo".

"Me gustaría que más asignaturas pudieran fusionar, como lo ha hecho ésta, el rol de estudiante con el de persona, abriéndonos más a la experiencia".

"La duda existencial de todo estudiante de universidad es qué va a ser de mí cuando acabe la carrera y si sabré ser un buen profesional. El problema es la falta de oportunidad para poder descubrir si de verdad tenemos ese potencial o no. Creo que en esta asignatura ha sido en la única en la que se ha hecho un primer intento para averiguarlo".

Aspectos Teóricos.

"Me han parecido fundamentales estas prácticas sin las cuales, me atrevería a decir que la teoría no hubiera adquirido sentido ni significado e incluso las hubiera estudiado con cierto escepticismo".

"Las prácticas han sido muy completas, es decir, hemos podido contemplar una variedad de técnicas desde diferentes enfoques, aunque de forma muy superficial".

"Me di cuenta de que una teoría no siempre tiene por qué estar fundamentada en datos empíricos y plenamente observables, para que sean válidos".

"Lo que me ha llegado mucho es el sentido que el humanismo le da al hombre, y por tanto también al psicólogo, y la importancia de la capacidad creativa del terapeuta".

"Las prácticas son muy importantes en este tipo de asignaturas, pues no basta con saber la teoría de los distintos enfoques para ser un buen terapeuta, sino que es imprescindible desarrollar una actitud, un estilo terapéutico... que no se consigue leyendo mucha literatura".

" Estos temas deberían ser objeto de la *educación* de todos los sujetos desde pequeños, desde edades en las que se están formando para que adquieran capacidad de llegar a ser personas".

"Han sido una de las pocas prácticas que me han motivado a asistir con el fin de aprender y no sólo para confirmar la asistencia".

"Me han permitido ver la utilidad de las distintas terapias vistas en clase, ya que efectivamente son terapias que no tienen mucho sustrato teórico, que se van cimentando en función de la práctica diaria y gracias a ella he conseguido comprender muchos conceptos teóricos que no lograba asimilar".

Limitaciones

Contexto Grupal

Niveles de Participación.

"Cuando tenemos la posibilidad de cambio hacia aquello que siempre buscamos (participación, implicación, que se tenga en cuenta nuestra opinión, etc.) hemos preferido seguir siendo conservadores".

"Desde mi punto de vista se requería más de nuestra participación, cosa que no siempre se conseguía".

"Las prácticas no han alcanzado el grado de eficacia previsto por diferentes motivos: la falta de cohesión hacía que no se consiguiera el clima adecuado para llevar a cabo los ejercicios".

"Al pertenecer a un grupo menos numeroso esperaba una participación más activa, incluida la mía propia, y no ha sido así".

Niveles de Interacción.

"Lo que más me ha llamado la atención, es cómo en la mayoría de los ejercicios acabas implicándote de una u otra forma, aunque en general esto resultó más difícil en los trabajos en grupo".

"Al nivel de grupo he encontrado que no había mucha conexión entre nosotros e incluso muy poco o nada de confianza, y esto era importante a la hora de trabajar en grupo".

Niveles de Implicación.

"En las primeras sesiones de prácticas hubo una mayor implicación por parte del grupo, mostrándose más interesado, esto no se ha visto con la misma intensidad al final de las clases".

"Las prácticas han sido un poco forzadas e intimidadoras. En algunos casos no me he sentido bien porque me he sentido un poco forzada a hacer algo que me ponía nerviosa y, aunque creo que la única manera de aprender es mediante la experiencia, tengo que decir que no todos somos capaces de implicarnos de la misma manera en las situaciones que se nos presentaban".

"Esta falta de implicación y una cierta apatía han influido de forma negativa en las actividades que hemos realizado, pues creo que no se han valorado suficiente ni su contenido ni su utilidad para nuestra formación".

"Se pueden sacar a flote emociones que después no pueden tratarse".

"Falta de motivación que se ha ido contagiando, al igual que la falta de implicación y una apatía generalizada. Yo en particular, si hubiese estado en un grupo más reducido sé que hubiese ido venciendo mi timidez poco a poco y aunque he sacado provecho sé que hubiera obtenido mucho más beneficio".

"Los ejercicios me han aportado algo siempre y cuando me hubiese implicado en ellos. Estoy de acuerdo con la profesora en que, si uno no se compromete se ven como una tontería e incluso como absurdos".

Contexto Individual

Intereses Personales.

"A la primera práctica fui con bastantes prejuicios, debido a los cuatro años de carrera anteriores en los que las prácticas se reducían a una sala de experimentación donde los alumnos éramos conejillos de indias, y porque mi postura profesional se dirigía a otros ámbitos".

"El número excesivo de alumnos, y muchos de ellos interesados más en aprobar que en aprender".

"No ha habido un *grupo logrado* cuya motivación intergrupal derive de la necesidad o deseo de aprender psicología humanista, y por tanto, la *disgregación del alumnado* impidió que la calidad de la enseñanza práctica diera su fruto".

Conocimiento o Exploración Personal.

"Para realizar este tipo de técnicas hay que liberarse de muchos prejuicios y no todos somos capaces de hacerlo".

"En algunos ejercicios no me he implicado como podría haberlo hecho, creo que lo hice como una forma de protegerme a mí misma, por miedo a que salieran a la luz cosas más íntimas".

Contexto Formativo

Aspectos Metodológicos.

"Necesitaríamos un entrenamiento mayor y más específico en este tipo de técnicas, ya que las técnicas psicoterapéuticas son múltiples y complejas, por lo que requieren mayor dedicación para su aprendizaje".

"Este tipo de ejercicios hubiera resultado más fructífero de haberse realizado exclusivamente en grupos pequeños, y no en un conjunto de ellos".

"Es muy difícil vencer la timidez y el miedo a que vean un yo íntimo en un clima tan frío como el de una clase".

"Al llevar a cabo una técnica de relajación y la posterior toma de contacto con una determinada si-

tuación en la que la imaginación era un factor importante, pude observar que la implicación en este tipo de tareas es dificultosa, ya que el aula docente donde tuvo lugar no es la adecuada".

"Debido al excesivo número de personas, el clima no ha sido el adecuado, lo cual no ha hecho posible aprovechar estas sesiones al máximo".

"Hay ejercicios que no hemos podido aprovechar por varias razones, por lo poco que nos conocemos, el gran número de personas y por no estar acostumbrados a este tipo de ejercicios. Quizás algún día tengamos la oportunidad de repetirlo en otras circunstancias".

"La implicación que la profesora ha perseguido constantemente me parece digna de reconocer, y hace patente que la única sugerencia que se puede hacer para lograr una mejor dinámica sería reducir el número de asistentes a las mismas".

"Creo que no sería solo un anhelo mío, el hecho de desear, aunque fuese por primera vez en todo el transcurso de estos años como universitaria, que los grupos se hubiesen reducido considerablemente, entre otras cosas para favorecer las devoluciones del profesor al alumno puesto que a mí me resultaron muy interesantes".

"Yo podría haber aprovechado más las prácticas. Es evidente que ha sido el primer año, que no estábamos acostumbrados a la metodología, que te entraba el corte, que no era plan de contar tus intimidades pero también reconozco que también me podría haber implicado más y no dejarme llevar por la pasividad del grupo".

"La mayor dificultad que ha podido influir en el nivel de profundización puede ser el excesivo número de alumnos y la poca confianza que teníamos entre nosotros, lo cual supone un muro de inhibiciones".

"Las técnicas se han desarrollado de un modo un poco distorsionado a cómo se dan en la realidad, ya que hay que tener presente el contexto académico que implica grupos numerosos de alumnos que no están dispuestos a contar intimidades y espacios que coartan nuestra intimidad y nuestra libertad tanto de expresión como de movimiento".

"Ha habido ejercicios que si se hubiesen dado en otra situación, hubiesen sido más interesantes".

"Malas condiciones externas y poca posibilidad de relajarse en asientos tan incómodos y con tanta luz".

"Es difícil andar libremente por la clase, sin hacer siempre el mismo camino, tampoco era fácil ponerse cómodo en los ejercicios de relajación".

"Quizás el hecho de que este tipo de prácticas sea algo nuevo para nosotros, ha repercutido negativamente en su realización, ya que ha sido más difícil adaptarnos. Por ejemplo al hablar en público".

"No podíamos mirarnos todos cara a cara y siempre estábamos sometidos a la frialdad que supone el marco de una clase".

Aspectos Teóricos.

"Algo que me ha dejado un poco insatisfecha es el no haber realizado más ejercicios de dramatización, puesto que los considero muy interesantes".

"Me hubiese gustado disponer de más tiempo para haber desarrollado mejor determinados enfoques terapeúticos".

"Una mayor organización temática y grupal, conllevaría mejores beneficios para el alumnado".

"Las prácticas se han llevado a cabo de forma desordenada, ya que no se correspondía el ritmo de la teoría con los contenidos prácticos".

"Al no saber para qué servían algunos ejercicios ni cómo interpretarlos, no me parecían útiles ni interesantes. Creo que se debería haber incluido un marco teórico y dar más explicaciones sobre los ejercicios".

"No hemos recibido mucha información sobre el significado o interpretación de los ejercicios".

Discusión

Realizar una serie de prácticas de estas características en la Facultad era un difícil reto, los objetivos, las expectativas de los 30 o 40 integrantes de cada grupo eran diversas y dispares, estaban desde los que decían que iban allí a informarse sin más, rechazando todo tipo de implicación, hasta aquéllos que demandaban los niveles de compromiso requeridos en los grupos de formación de este tipo de Psicoterapias. Atender todas las demandas era difícil y una de las más serias limitaciones. Para empezar y siguiendo a Rogers, se propició un clima de respeto, de confianza, de interés, desde el cual cada uno pudiera hacer, decir, o no hacer, no decir (cuidando siempre de no sobrepasar los límites marcados por un contexto académico), sin ser juzgado o interpretado; mientras se propiciaba este clima se les ofrecía la oportunidad de entrenarse o experimentar las ventajas y posibilidades de «un clima psicológico facilitador de crecimiento» (Rogers,1986).

Siempre se recomendó un mínimo de participación e implicación sin las cuales no iba a ser posible captar el alcance de las técnicas utilizadas. Estas

nunca se impusieron, se proponían y si el grupo no las aceptaba se ofrecían otras alternativas. De esta forma siempre tuvieron opción de elegir, de opinar y a la vez esto favoreció la participación, interacción e implicación grupal.

Las opiniones de los alumnos presentadas en Resultados refieren muchas posibilidades (beneficios aportados por las prácticas) que limitaciones (obstáculos, aspectos negativos). Además todas las posibilidades apuntadas (niveles de participación grupal, de interacción grupal y de implicación grupal; logros personales y avances en el conocimiento y exploración personal) aunque no sean atribuibles al contexto formativo, que alude al tipo y forma del aprendizaje, han de influir favorablemente en la futura práctica profesional del alumnado, como bien señala Naranjo (1990), el terapeuta (sus sentimientos, su estado de ánimo...) es su propio instrumento y añade: «Si la actitud es un asunto más profundo que la técnica, y si las técnicas se derivan de actitudes, la experiencia es un asunto más profundo que las actitudes y constituyen su fuente. Sin la actitud apropiada, las técnicas se transforman en formas vacías. Sin la experiencia, incluso la actitud se transforma en dogma de segunda mano» (p. 24).

Conclusiones

1. Los alumnos refieren más posibilidades que limitaciones.
2. Entre las posibilidades, el mayor número de referencias se concentra en torno a las actitudes y al desempeño psicoterapéuticos.
3. Las limitaciones aluden de forma mayoritaria al número de alumnos, y al lugar donde se dieron las prácticas (aulas grandes con sillas y pupitres fijos).

Referencias

Jiménez, H., & Pinzón, F. (1983). *Técnicas psicológicas de asesoramiento y ayuda interpersonal.* Madrid: Narcea.

Kertesz, R. (1985). *Análisis transaccional en vivo.* Buenos Aires: Ippem.

Naranjo, C. (1990). *La vieja y novísima gestalt.* Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Plaxats, M., & Casado, Ll. (1988). Entrevista a Claudio Naranjo. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista, 25,* 105-109.

Rogers, C. (1978). *Orientación psicológica y psicoterapia.* Madrid: Narcea.

Rogers, C. (1986). *El camino del ser.* Barcelona: Kairós.

Rojas, J. (1984). *¿Qué es el psicodrama?.* Buenos Aires: Celcius.

Rojas, J. (1997). *Teoría y técnica psicodramáticas.* Barcelona: Paidós.

Steiner, C. M. (1992). *Los guiones que vivimos.* Barcelona. Kairós.

Stevens, J.O. (1976). *El darse cuenta.* Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Schutz, W. (1976). *Todos somos uno. La cultura de los encuentros.* Buenos Aires: Amorrortu.