

Reportaje

Poder y counselling

José Carlos Bermejo

*Director Del Centro De Humanización
De La Salud, Tres Cantos, Madrid*

Una de las variables fundamentales en el mundo del counselling (la ayuda mediante la relación interpersonal, o relación de ayuda), es el uso del poder de parte del experto con el cliente. De hecho, toda definición sobre counselling suele hacer referencia explícita al mismo y en particular se describe en términos de acompañamiento «no directivo» o asesoramiento psicológico, que consiste en no dar consejos, paradójicamente.

El counselling se difunde desde no hace muchos años, particularmente desde que, en la segunda mitad del siglo XX, Carl Rogers desarrollara la psicoterapia centrada en la persona, conocida como una forma no directiva de ayuda. Encontramos iniciativas de formación en el ámbito de la salud, de la intervención social, de la familia, de las crisis, así como en espacios más específicos, como la terminalidad, la adicción a las drogas, la educación, etcétera.

El poder en el counselling

El counselling es una forma de alianza estratégica entre una persona que pasa por una situación de necesidad y otra especializada que se compromete a realizar con ella un camino de ayuda y acompañamiento. Es una forma de relación de ayuda, entre otras; una forma de intervención psicológica, sin que el experto tenga que ser psicólogo, pero sí experto en este arte del counselling.

En el ámbito de la salud y la intervención social, allí donde se plantea la superación del asistencialismo o del biologicismo y se pretende humanizar la relación terapéutica, aparece el counselling contribuyendo a cualificar con particulares competencias relacionales a los agentes de ayuda, profesionales o voluntarios.

Pues bien, en este contexto el modo como se concibe el poder –inevitable capacidad de influir unos sobre otros– se califica como «no directivo». Así, Rogers y sus seguidores consideran que los seres humanos son esencialmente buenos y tienen la capacidad de crecer, desarrollarse, evolucionar, conocerse y encontrar respuesta a sus problemas si se contribuye a despertar y movilizar los recursos a veces latentes, pero presentes en las personas.

En este sentido, el counselling otorga al ayudado el papel del protagonista o conductor de su propio proceso de enfermedad salud, desequilibrio equilibrio o exclusión integración. El profesional o ayudante adquiere el papel de facilitador o «copiloto» de esa conducción cuyo protagonista es la persona necesitada de ayuda. La tarea del ayudante (o counsellor, tal como se habla en el sector), consiste fundamentalmente en ayudar al individuo a explorar, clarificar, reconocer y aceptar el mundo de sus experiencias, adueñándose de sus dificultades para intervenir especialmente con sus recursos, que son desvelados, identificados y activados gracias a este tipo de relación.

Los recursos de la persona que sufre se consideran el mejor remedio para enfrentar la dificultad; son identificados y movilizados –eso sí– con la ayuda del counsellor, para

caminar hacia donde el mismo ayudado cree que es su destino personal, su fin propio, su objetivo vital y concreto en cada situación problemática. Quien ostenta el poder, por tanto, el poder de reconocer lo que sucede, sus causas, las posibilidades, los fines a los que tender, es el ayudado.

El poder del counselling

La tarea del ayudante consiste fundamentalmente en ayudar al individuo a aceptar el mundo de sus experiencias. Esta forma de ayuda psicológica constituye una herramienta poderosa en las interacciones humanas. Constituye, en realidad, un compromiso ético y social de unos con otros, particularmente de aquellos colectivos que desempeñan roles de acompañamiento en la vulnerabilidad humana.

El counselling es capaz de contribuir a prevenir enfermedades o adicciones. Puede ser la mejor herramienta para humanizar situaciones que en la relación médico paciente, por ejemplo, son complejas, como dar malas noticias, asesorar en conflictos éticos, procurar soporte emocional, etcétera. El counselling tiene la potencialidad de favorecer la dilucidación de situaciones complejas en la vida familiar, en encrucijadas existenciales (cambiar de trabajo, separarse, adherirse a un tratamiento...), etcétera.

Sin duda, la difusión de iniciativas formativas de diferente envergadura para la formación en counselling contribuye a que numerosos agentes sociales de la ayuda puedan cualificar su estilo relacional y promuevan la autonomía de las personas, su propia responsabilidad en la conducción de sus vidas, en la toma de decisiones, en la elaboración sana de los propios duelos y muchas otras situaciones que perturban la vida sin llegar a constituir patologías mentales, que requerirían una intervención psicoterapéutica de otra naturaleza.

Directividad y no directividad

Pero no todo es tan sencillo. Si todos los modelos de counselling circulantes – que en el fondo son muy semejantes– se apoyan en la tesis del no directivismo, es decir, reconocer el protagonismo del usuario, cliente, ayudado o el término que se desee, hay matices.

En efecto, tendríamos que reconocer que no existe la absoluta no directividad. A veces es propugnada ingenuamente por quienes abanderan sobre todo el principio de autonomía de las personas. Pero ¿acaso no influimos en los demás, también cuando no lo pretendemos?, ¿acaso no hay ya una «dirección» en la pretendida «no directividad»? Si hay un punto de partida de humildad en el counselling por el profesional, éste habría de reconocer la inevitabilidad de su influjo sobre los pensamientos, sentimientos y conductas del ayudado.

Por otro lado, hay situaciones en las personas que consultan o piden ayuda, o a las que los profesionales y voluntarios se acercan, que requieren un uso del poder distinto a lo que se entiende habitualmente como «no directivo».

Quien realizará una conducta antisocial o éticamente reprobable porque claramente hace daño a otros o a sí mismo, quien no se adhiere a una indicación terapéutica que visiblemente constituirá una oportunidad saludable para sí mismo y para los demás; quien no abandona formas de manejo de sentimientos, pensamientos y conductas dañinas, ha de ser confrontado y quizás persuadido.

La persuasión no goza de buena prensa en el mundo del counselling por tratarse precisamente de una estrategia relacional directiva, es decir, que tiende a inducir en otra

persona algo que ella no considera oportuno. Los diccionarios de counselling desapruaban esta forma de intervención.

Algunos psicólogos que se acercan al counselling, si ejercen el difícil arte de combinar eclécticamente la psicología humanista con otras tendencias más cognitivas y conductuales; si superan el prurito profesional que puede llevarlos a ver en esta forma de acompañamiento una amenaza a su espacio profesional, pueden contribuir eficazmente a humanizar el counselling y hacerlo llegar a estrategias de intervención que, teniendo dosis de directividad, sean respetuosas de la autonomía de las personas.

Quizás discípulos de Rogers, particularmente Carkhuff y Egan, hicieron cierto camino que hoy nos toca continuar a quienes, apasionados por las relaciones de ayuda, queremos dibujar en el escenario del poder de ayudar a los demás, formas eficaces, respetuosas del protagonismo del ayudado, pero éticamente comprometidas con la búsqueda corresponsable del bien. En el fondo, es cuestión de cómo usar el poder de influirnos unos sobre otros.