

# La Orientación Psicológica, un Espacio de Búsqueda y Reflexión Necesario para Todos

Yaser Ramírez Benítez\*

*...los viejos autores, siempre podrán ser los nuevos autores de un pensamiento inacabado.*

Juan Carlo de Brasi

**Resumen:** La orientación psicológica, una práctica terapéutica que todo ser humano es susceptible a su campo de acción. Todos, en el transcurso de nuestro desarrollo personal, necesitamos que se nos refuercen los recursos personales que se han adquirido o las posibilidades para adquirirlos, y a la vez actualizarlos para enfrentar situaciones difíciles para su desarrollo real. Se brindan recursos al orientador para la efectividad de sus acciones terapéuticas, desde dos pensadores representativos de corrientes psicológicas de talla universal: el humanismo (Roger) y la Escuela Histórico-Cultural (Vigotsky). **Palabras clave:** orientación psicológica, desarrollo personal, recursos terapéuticos.

## Introducción

Los hombres han entrado a un mundo de relaciones, de intercambio, de comunicación que cada vez se complejiza más, lo cual dificulta esa integración social que tanto deseamos y a la vez permite una construcción personal más comprometida con las exigencias sociales, que si bien nos hace seres de crecimiento y empuje, hay momentos o escenas de nuestra existencia que necesitan un remover de nuestras experiencias para continuar ese empuje personal y relacional. Vivenciamos desde nuestras experiencias en relación con y para con los otros; de eso convencidos estamos. Ese remover de experiencias, ese crecimiento puede ser una relación de ayuda desde personas cercanas a uno que deseen el bienestar y la mejoría individual.

En el decir de algunos profesionales, los «otros significativos», lo cual nos hace pensar en los seres más cercanos a nosotros que con mucha intencionalidad nos brindarían la ayuda en términos de: *esto te hace falta, pues tómalo*. Pero hay una serie de dificultades y de obstáculos en ese construir desde lo vivenciado, que necesitan de un conocimiento teóricamente demostrado y prácticamente experimentado, para poder brindar una ayuda a ese necesitado donde la

Orientación es una práctica profesional ejercida por profesionales en el ámbito social (juristas, médicos, políticos, etcétera), que facilitan la necesidad de dar y tomarlo, donde no siempre el desarrollo está en el tomar lo que se brinda, porque lo que se da muchas veces no es adecuadamente beneficioso para todos; además, todos poseemos recursos, potencialidades y posibilidades de desarrollo que en ocasiones no lo utilizamos adecuadamente, muchas de las veces porque no lo concientizamos o porque no lo tenemos actualizado y por ende no son empleados ante las exigencias que el medio demanda o por la proposición de crecimiento individual del sujeto.

Potencializar esos recursos personales que posee el sujeto en un proceso de relación de ayuda profesional, y que sea un espacio de reformulación y remodelación de lo aprendido ante una situación que exige un cambio de su forma de relacionarse o de comprenderse en un contexto dado, es más que un tomar y un dar porque no siempre se tendrá que dar, pero sí habrá que potenciar.

La orientación psicológica es una práctica profesional que surge como un espacio profesional para potencializar recursos personales, dada la necesidad de que el hombre es un ser de desarrollo, enfrentado a nuevos retos y conflictos en pro de ese crecer que

\* Licenciado en Psicología. Centro Comunitario de Salud Mental. Cienfuegos, Rodas, Cuba. Departamento de Psicología y Orientación. Carretera de Aguada Km. 1. Correo: ram@medscape.com

exige una reconstrucción de su experiencia, aún más flexible en un mundo de orientaciones y desorientaciones.

### Antecedentes

La Orientación nació en los países de gran fortaleza industrial donde las exigencias en la producción se hacían cada vez mayores, por lo que se hizo necesario capacitar a los obreros que trabajaban en estas grandes máquinas que doblegaban y adelantaban las fuerzas de la naturaleza, donde los propósitos de los grandes empresarios era el monto del capital y no la existencia y condiciones de vida de ese trabajador y su familia. Comenzando una serie de protestas por las altas tasas de pobreza y dificultades de convivencia, promoviéndose el cuidado y educación de los niños como las futuras generaciones, ya que se estaba entrando en una nueva forma de relación económica social que exigía de un hombre del futuro capacitado y dotado de educación, dándole pasos a un escenario propicio para el desarrollo de la práctica de orientación escolar. El progreso industrial, las exigencias que estos le planteaban al ser humano, constituía una de las razones que le obliga a pensar en una necesaria escolarización para una instrucción que lo prepare mejor para una actividad productiva y para la vida.

El surgimiento y el auge que tomó la psicología como ciencia, es otra de las condiciones que contribuye a la aparición de la labor de Orientación, fundamentalmente por el conocimiento acumulado, aunque aún insuficiente, en relación con los procesos afectivos y cognitivos, los superiores y los complejos, las diferencias individuales que se observan entre las personas y las posibilidades de medir y evaluar en el sujeto estas características.

Se hacen evidentes los señalamientos de dos psicólogos en esta práctica profesional, donde sus aportes son, en el orden de lo psicológico, esenciales. Nos brindan en sus obras una serie de recursos e instrumentos que facilitarían la labor y el desarrollo de la orientación psicológica, encuadrando o fomentando una plataforma teórica y metodología que, además de darle una existencia científica, plantea una serie de premisas para su abordaje con efectividad. Uno de ellos, desde una concepción general, sin tener una influencia directa en dicha práctica, pero con fundamentos esenciales para comprender al hombre y a otras corrientes psicológicas y para establecer o encuadrar una actuación más desde lo psicológico y no desde lo cotidiano; y otro que sí tuvo un vínculo

más directo con la orientación psicológica y no solo nos tramite su experiencia en el campo terapéutico, sino que es capaz de crear un visión teórico-metodológica donde encuadra las difíciles corrientes filosóficas: el existencialismo, el humanismo y la antropología con excepcionalidad. Me refiero a L. S. Vigotsky y C. Rogers (Zaldívar, 2000).

Ambos aportan recursos o instrumentos a la práctica terapéutica que facilita y enriquece la relación de ayuda con el cliente.

### Recursos relevantes de la concepción histórica-cultural que facilita el proceso de la orientación psicológica

1. Ley genética fundamental del desarrollo, la formación del desarrollo personal o lo que está por formarse o lo que se va a formar a través de la relación de lo interpersonal a lo intrapersonal, el papel del «otro significativo» como la base del autodesarrollo, autoformación y la metacognición.
2. Ley dinámica del desarrollo o la situación social de desarrollo (SSD), se refiere a la forma peculiar e individual que en los diferentes periodos por los que transcurre el desarrollo, el sujeto vivencia, participa y produce activamente su propio desarrollo.
3. La operacionalización del desarrollo, a partir de las leyes anteriores y de la existencia de una zona de desarrollo próxima (ZDP): desarrollo actual-desarrollo potencial.
4. Concepción acerca del diagnóstico que plantea la necesidad de no sólo conocer el desarrollo actual (desarrollo clasificatorio, descriptivo), sino también lo que el sujeto puede reconstruir, reformular a través del papel del otro (diagnóstico potencializador): redes de apoyo social.
5. Procesos compensatorios en el desarrollo del ser humano; ante cualquier déficit fisiológico o psicológico se produce una tendencia del sujeto a vencer este déficit, e incluso los restantes órganos son puestos en función de compensar el efecto que produce el déficit dado. A partir de este estado motivacional, de necesidades de movilización, el sujeto debe recibir del contexto cultural que le rodea la acción de los otros, con el empleo de los instrumentos adecuados construidos por la cultura. En este proceso interactivo el sujeto se apropia de ellos y se produce desde lo interior, lo intrapsicológico, la compensación de los efectos del déficit.

6. Conceptualización del déficit biológico y social; mientras mejor se comprenda la diferencia de estos dos fenómenos se podrá orientar de manera más efectiva y optimista el proceso interventivo, la enseñanza y la influencia familiar y social en el desarrollo infantil. Lo biológico se puede estimular para que tenga una mayor flexibilidad o resonancia; en la compensación de otras áreas nerviosas y lo social se puede buscar alternativas o soportes socioculturales para su aprendizaje adaptativo (Zaldívar, 2000).

### Recursos de la concepción rogeriana para la efectividad de las acciones terapéuticas

1. La no directividad en la relación de ayuda, es una forma peculiar de relación orientador-orientando, donde el terapeuta se niega a orientar al cliente en una determinada dirección, y evita llevar al individuo a pensar, sentir y actuar según un esquema determinado; la relación de ayuda no consiste en mostrarle al cliente el camino, sino en crear las condiciones favorables para el proceso del desarrollo.
2. Sus principios teóricos lo llevaron a tener una seriedad y rectitud en las diferentes actuaciones como profesional:
  - La búsqueda científica y de la explicación teórica consiste en el esfuerzo constante y disciplinado para descubrir el orden inherente a la experiencia vivida.
  - El aspecto más válido del conocimiento científico lo constituye la penetración de la observación y el carácter disciplinado y creador de la reflexión; no el uso de instrumentos de laboratorio.
  - Toda ciencia implica cambio y progreso, no tolera la inmovilidad y la rigidez.
  - Toda teoría contiene elementos erróneos y definiciones confundidas.
  - Expresa la primacía del orden subjetivo. El hombre vive esencialmente en un mundo subjetivo y personal: toda su actividad representa la expresión de elecciones y de metas estrechamente personales y subjetivas.
3. Posiciones personales y profesionales de un terapeuta ante los procesos de relación de ayuda, donde los requisitos esenciales pertenecen fundamentalmente al campo de las actitudes, afectividad, conocimiento propio más que a la preparación intelectual (sensibilidad humana, desprendimiento afectivo, control en la identificación, respeto a la persona, comprensión de sí mismo, comprensión empática, coherencia en lo sentido,

pensado, actuado y lo dicho, madurez psicoafectiva).

4. Una metodología con una dirección que se aleja cada vez más de la técnica y pasa a ser más humana, no sin negar el papel de las técnicas sino como un instrumento idóneo para expresar y comunicar con eficacia las actitudes interiores del terapeuta.

- Utiliza un aparato técnico:
  - *La reformulación* (técnica del reflejo): consiste en devolverle al cliente el mismo mensaje que él había comunicado al terapeuta a través del lenguaje verbal como no verbal, expresado de manera explícita e implícita. La reformulación en términos gestálticos, se puede decir que pone de forma creciente la «figura», ayudando al cliente a examinarla y a verificar su coherencia y precisión.
  - *La reiteración*: consiste en la repetición de la última frase o palabra o asentir con la cabeza para demostrarle al cliente que esta siendo escuchado y comprendido; puede retomar algún concepto con el objetivo de puntualizar en él.
  - *La dilucidación y la clarificación*: busca reflejar y recoger ciertos elementos que no se han formulado explícitamente y que quizás no estén presentes claramente dentro del campo perceptivo del cliente; trata de revelar sentimientos y posturas no formuladas por el cliente, pero que racionalmente se puede deducir de sus discursos o inferirse del contexto en el que éste se mueve. Frases: «Si he entendido... Como me parece entender... Es esto lo que me intentabas decir...»
  - *El reflejo del sentimiento*: consiste en recoger el componente emocional presente de un modo más o menos explícito en la comunicación del cliente y en proponérselo a través de una clara verbalización. Frases: »Tengo la impresión... Me parece... Puede ocurrir que te sientas...» (Bruno, 1998).

Una vez leídos los aportes de ambos pensadores, sería prudente volver al inicio del tema del artículo con una mirada interrogativa: *¿esta práctica profesional responde a las exigencias de todos los sujetos en conflicto?*

La orientación psicológica nace como respuesta a exigencias de desarrollo social; luego que se fue contextualizando en el área escolar, el área laboral, familiar y personal para de una forma u otra promover el crecimiento, donde el profesional tal como lo plantea Rogers, debe adoptar un rol de orientador

con una serie de actitudes personales y profesionales, como un existir en el proceso terapéutico.

Hay una serie de demandas o exigencias en las que el hombre siempre estará en intercambio y en búsqueda de nuevas alternativas de solución (aprender a vivir con una debilidad personal construida o una biológica, aprender a enfrentar o manejar situaciones conflictivas, ganar conocimiento de mi persona para poder comenzar un nuevo camino de crecimiento) porque además de propiciarle desarrollo le ocasiona tensión, angustia y malestar; estas pueden ser o no susceptibles a un proceso de Orientación siempre que el individuo posee un estado emocional que pueda ser sujeto a cambio, si su incomodidad es menor o mayor que la angustia que le va a provocar el cambio. Si el sujeto es sano y potencialmente puede asumir el cambio, si esta preparado para éste. Me refiero a los recursos personales que potencialmente tiene el sujeto para asumir el proceso de cambio: la madurez y la autonomía que posee para decidir por sí mismo, a la estabilidad emocional como una vía de identificar las fortalezas y debilidades afectivas y al modo de integrarse a la sociedad con sus metas y motivaciones; como se puede apreciar, es una búsqueda de información en la libre expresión del sujeto, es un diagnóstico potencial que busca las posibilidades del orientando para promover el desarrollo, más que un diagnóstico clasificatorio, trabajando en la zona de desarrollo próximo (Zaldívar 2000).

Ahora, las personas que viven en sociedad siempre estamos vivenciando nuevas experiencias y actualizándolas como una tendencia de autorrealización y autoformación. De una forma u otra en este proceso de intercambio intersubjetivo vivenciamos estados afectivos desagradables que nos detienen en esta tendencia actualizadora, que no es una carrera para llegar a una meta, aunque es cierto que cada persona posee su propio ritmo de realización. Es una construcción personalizada desde lo interpersonal a lo intrapersonal y darle un sentido positivo a nuestra existencia y darle siempre o casi siempre un sentido positivo a nuestra vida.

Es un elemento que genera tensiones, contradicciones y preocupaciones, contenidos que caracterizan a sujetos, susceptible a un proceso de orientación psicológica; siempre y cuando se parta de que *la orientación psicológica* es un espacio prudente para *incentivar búsqueda y reflexión* en nuestros estilos de relación y actuación, que las vivencias son una forma de reconstruir nuestra existencia *en un escenario de ten-*

*sión y preocupación* por el sujeto que favorecen o entorpecen nuestras actuaciones en dependencia a las posibilidades que pueden ser potencializadas y aprendidas en función de las elecciones y metas que se proponga el individuo a realizar, y que *los conflictos sean de naturaleza afectivo-motivacional* en un sujeto que asumirá el proceso de cambio como alternativa de desarrollo, donde el «otro significativo» es un favorecedor de esta potencialización —a decir de Vigostki—, que no se queda fuera las ayuda colaterales o redes de apoyo que pueden favorecer el proceso; me refiero a la familia, la pareja, el amigo, el compañero de trabajo etcétera, donde el terapeuta facilita un cambio psicológico que debe responder a las exigencias del sujeto, que deben ser disminuir y eliminar los estados tensionantes (comprenderse mejor, relacionarse mejor, jerarquización de motivaciones intrínsecas en conflicto, aprender como manejar conflicto, tener elementos de conocimiento personal para la toma de decisión). (Calviño 2000).

El orientador debe trabajar con una serie de variables al enfrentar un proceso de orientación, tales como situación, problema, relación de ayuda, rol del orientador, recursos técnicos que exigen de una postura científica y una práctica constructiva sin perder el rol de orientador; la definición del problema planteado por el sujeto es indispensable para el comienzo del proceso, es la forma de operacionalizar las diferentes actuaciones del orientador, donde ese problema hay que contextualizarlo en una situación dada que es la narración del sujeto, es decir, las diferentes relaciones en que el problema se fundamenta y se desarrolla. De esta forma, se podrá trabajar con los motivos de consulta, las demandas que expone el orientando, las necesidades y expectativas en las cuales no se agotan en el proceso, sino que hay que, en cada sesión, legitimarlas y clarificarlas; esta interacción no se hace posible si el orientador no adopta su rol profesional, de respeto al sujeto, de fomentar la expresión libre, de ir reconociendo sus potencialidades, comprensión empática, sensibilidad, congruencia en el decir, sentir, pensar y actuar, aceptación incondicional, y otra que debe asumir como actitudes personales que no se aprenden si no hay una implicación afectiva personal del profesional en el proceso de Orientación y un aprendizaje continuo en la práctica, además de un grupo de recursos o herramientas que le permiten operar con efectividad en un intercambio orientador-orientando (Calviño, 2000).



## Recursos para la efectividad de la orientación psicológica

1. Ayudar es acompañar, facilitar, colaborar, guiar; no es recetar, aconsejar, suplantar.
2. Trabajar las manifestaciones presentes porque el pasado es sentido y vivido por la percepción presente que tiene del pasado.
3. Tener presente los límites en la relación orientador-orientando (afectivos, tiempo, acción).
4. Definir la relación de ayuda a través de la «tríada procesal»: motivo-demanda-problema.
5. El proceso de orientación psicológica busca una meta y no una solución.
6. Llevar la lógica del proceso con la lógica verbal del sujeto.
7. El cambio psicológico no es una nueva personalidad; es una habilidad y/o capacidad para poder actuar, relacionarse, comprenderse mejor.
8. No minimizar el dolor del cliente; hay que respetarlo, todo cambio es doloroso.
9. No trabajar con las manifestaciones afectivas latentes, sino con las manifiestas por el sujeto.
10. Cuestionarse el problema que plantea el sujeto.
11. Buscar y legitimar las expectativas y necesidades en lo que el sujeto quiere, lo que puede y en lo que cree.
12. Sistematizar el cambio psicológico en las diferentes áreas de vida del sujeto, legitimando sus manifestaciones emocionales (Calviño, 2000).

Estos le propiciarán una estabilidad en su proceder como profesional que practica la orientación psicológica, que más que un «estar», es un «ser», que no se «está» si no se «es». Calviño en su libro *Orientación Psicológica, esquema referencial de alternativa múltiple*, se refiere al papel de los recursos técnicos en una labor tan compleja como ésta.

«Estoy convencido de que el problema central de la orientación es técnico. No creo en las dotes personales para el ejercicio de una profesión. Creo deci-

didamente en el estudio, en el trabajo, en la dedicación, en la responsabilidad personal» (Calviño, 2000).

Y anteriormente Rogers había planteado:

Los requisitos esenciales del psicoterapeuta pertenecen fundamentalmente al campo de las actitudes, afectividad, conocimiento propio más que la preparación intelectual. (Rogers, 1984).

Con estas reflexiones de dos terapeutas del área de la orientación psicológica, podemos decir que el orientador es una persona que debe construir su propio escenario para actuar y para enseñar; la visión que se tiene de un orientador psicológico en las diferentes reflexiones a las que hemos llegado, es que es un evangelio de la vida de los demás, un animador de las potencialidades del sujeto requerido de un alto valor humano para ayudar y ayudarse; es un sentido de existir pensando en la existencia de los demás.

## Bibliografía

- Anchón, Z. Nieve (2003). *La orientación en la labor del trabajador social*. Facultad de Psicología de la Universidad de Villa Clara, Cuba.
- Bruno, J. (1998). *Relación de ayuda de Rogers a Carkhuff*. Bilbao: Desclee De Brouwer.
- Calviño, M. (2000). Orientación psicológica, esquema referencial de alternativa múltiple. *La Habana: Editorial Científico Técnico*.
- Riviere, P. (1975). *Teoría del vínculo*. Buenos Aires: Editorial Nueva Visión.
- Rogers, C. (1984). Orientación psicológica y psicoterapia. *Madrid: Narcea S.A.*
- Roca, M. A. (2000). *Psicología Clínica. Las funciones del psicólogo clínico: La Orientación Psicológica*. La Habana: Editorial Félix Várela.
- Vigotsky, L. S. (1964). *Pensamiento y lenguaje. Teoría del desarrollo cultural de las funciones psíquicas*. La Habana: Edición Revolucionaria.
- Watzlawick, P; J. H. Weakland; R. Fisch: (1976). Cambio. formación y solución de los problemas humanos. *Barcelona: Herder*.
- Zaldívar, D. (2000). Intervención psicológica. *La Habana: Editorial Ciencias Sociales*.



seres humanos jugamos respecto a ella. **Informes y ventas:** Red de Orientadores Educativos 1ª Privada de la 16 de Septiembre N° 5102 (esq. con Sevilla). Col. Las Palmas. C.P. 72550. Puebla, Pue. Tel./Fax. 01(222) 211-41-63. Email: proe@asistencia.org. En el Distrito Federal: Mtro. Adalberto Espinosa Aguilar. División del Norte 1238-3. Col. Letrán Valle, Del. Benito Juárez. C.P. 03650. Tel. 01(55) 56-01-27-86 y 56-04-18-80. Email: adalbertoepinosa@yahoo.com.mx.