

Harreman pertsonalak irakasle-ikasleen artean. Ikuspuntu teorikoak

Iñaki Albistur Unanue
Lontxo Oihartzabal

Hona zer zioen Ungersman-ek 1961.ean: “Egungo psikoterapiaren egoerak, beste haren antza du, zaldi gainean eseririk alde guztietatik guztietara norabiderik gabe dabilen gizonarena. Terapeuta ezberdinen ikuspegiak, hipotesi eta ideologia oso ezberdinetan oinarritzen dira. Halako edo honelako terapeuta psikoterapi modu oso originalez baliatzen ikusteak ez gintuzke harrituko. Hemen harrigarria dena beste hau da: eskola bakoitzak bere metodologi berezia —besteengandik oso bestelakoa— moldatzen duela ikustea. Hori horrela izanik ere, denak ondorio honetara iristen dira: hobekuntzak sumatzen dira gaixoetan”.¹ Ideia berbera azpimarratzen du Bergek hau dionean: “psikea berez bat eta zatiezina bada ere, oinarri-oinarriz, beregana iristeko dauden bide ezberdinek, psikoterapia bakar baten ordez psikoterapiak daudela baieztatzeko aukera ematen digute”.²

Ungersmanek bezala Berge-k, argi adierazten dute biek ere gaur egun psikoterapiaren edo Counseling-aren esparruan gerta-

tzen ari dena: eskola psikoterapeutiko ugari dago eta bakoitzak bere ideologia berezia du, bere helburu bereziak ditu, teknikak bezalaxe. Hori bai, eskola ezberdin horietako psikoterapeuta guztiak bat datoz beren metodoen egokitasuna goraiatzeko orduan: denek dituzte ondorio sendagarriak bere gaixoetan. Wolpe-k dioen bezala: "edozein terapeutak bidera dezake neurosia baten sendakuntza, nahiz eta gero bakoitzak bere teoria berezietan oinarrituz, terapi ihardunaldi bakoitzeko denboran metodo eta teknika ezberdinez baliatzen igaro".³

Nola gerta daiteke hori? hain itxura ezberdinekoak diruditen psikoterapi ikuspegi hauek, ez ote dute zerbait berdinek sako-
nean? Frieda Fromm-Reichman-ena da psikoterapiari buruzko definizio hau: "pertsonek arteko harremanen jakintza eta artea da. Harremanezko izakera du edozein prozesu psikoterapeuti-
kok".⁴ Adierazgarria da honetan Wolpek, prozesu psikoterapeu-
tikoei dagokienez, pertsonen arteko harremanei eskaintzen dien garrantzia, bera ikastearen psikologiaren (behaviorismoaren) de-
fendatzaile sutua izanik: "terapi modu ezberdin guztiak batzen dituen zera bakarra, honako hau da, terapeuta eta gaixoaren artean sortzen den elkarrekiko harreman pribatua, zeinaren bi-
dez honek hari konfidentzia osoz bere arazoetaz hitzegiten dion. Harreman-giro horrek, gaixoaren hersturaren aurkako jarrera emozional bat sorterazten badu, harreman horiek bideratzerako-
an zalantzarik gabe sortu zaizkion herstura-erantzunak gaindi-
tzen lagunduko dio horrek, eta era honetan, bi pertsona horien arteko harreman horiek, berezko ondorio terapeutikoak zertuko dituzte. Alderantziz, terapeuta/gaixoaren arteko harreman ho-
riek herstura-giroa handiagotuko balute, ondorioak kaltegarriak izan daitezke gaixoarentzat".⁵ Horretan oinarriturik, harreman horiek nolakoak izan beharko luketenaz arau batzuk proposa-
tzen ditu Wolpek berak: "inolako kritikarik eta mesfidantzarik gabe onartu behar da gaixoak dioen guztia. Terapeuta erabat bere alde dagoela susma erazi behar zaio".⁶

Biofeedback-teknikei buruz dihardutelarik garrantzi handia eskaintzen diete Gaader eta Montgomery-k pertsonen arteko harremanei: "tratamenduaren ondorio egokietarako esanahi garrantzitsua dute terapeuta eta gaixoaren arteko harremanek. Gaixoarekiko erlazioa da terapeutak duen baliabiderik nagusie-
na. Beste tratamendu-modutan, bidezkotasanunik erakutsi ez dute-
netan, oso erabilgarriak izan dira biofeedback-teknikak, baina kasu hauetan beretan ere, ez da garbi geratu ondorio egokiak

biofeedback-teknikei ala pertsonen arteko harremani zor zaizkien".⁷

Prozesu terapeutikora arrazoizko gerturatze bat egitearen defentatzaile den Ellis-enak dira beste hitz hauek: "beste terapeutak bezalaxe, terapia arrazional-erotibo baten jarraitzailea tradiziozko teknikaz ere baliatzen da, pertsonen arteko harremana ere barne delarik".⁸ Askotan harreman hauek "nahikoak dira, barauen eraginez bere pentsamendua eta jokabideak arrazoizkoak ez direlakoaz kontura bait daiteke gaixoa, eta ondorioz aldatzeko erabakia ere har bait dezake".⁹

Dollar eta Miller-en baieztapena da: "aditasuna eskaintzen, entzuten dion izeneko norbait aurkitzen du gaixoak terapeutarengan eta bere sendabiderako itxaropena honengan kokatzen du. Gaixoari ez dio kritikarik egiten terapeutak: eskuzabalez onartzen dizkio eztabaidagaiak, bere ingurukoei herstura eta erasogarritasuna baino sorrerazten ez dizkien eztabaidagai berdinak. Horrela, subjektu horri beldurak eta herstura sortzen dizkioten egoeren aurkakoa den giroa osatzen da bien artean".¹⁰ "Terapeutarekiko harreman honek, beldurren eta hersturen garrantzizko gutxitzea dakarkio gaixoari. Beldurra gutxitze hori, ekitaldi terapeutikotik bere bizitzaren beste egoeratarara orokorki daiteke eta bide honetatik gaixoaren barneko konfliktua, gatazka jasangarriago bilaka erazi".¹¹

Gaixoarengan zentratutako terapiaren jarraitzaileentzat, terapiatze-prozesu gutzia, pertsonen arteko harremana baino ez da. "Bere izakeraren barne-egituratan, elkarrezinezko esperientziak suma eta azter daitezke, eta bere izakeraren barne-egitura hori begiratu esperientzia horiek onartuz. Gaixoarengan zentratutako terapiak, bera den bezalaxe onartua dela suma erazten dio gradualki honi eta bere barne-egiturako edozein arlo eta ezaugarri ere, erabat onartua izango dela era berean. Era honetan, hasiera batean onartezin gertatzen zitzaion hainbat esperientzia simbolizagarri sumatzen du gero, eta poliki-poliki kontzientzi argitara ekar dezake. Behin kontzienteki onartuz gero, bere autoirudia hedatu eta zabaldu egiten da, esperientzi horiek ere beretzat onargarri bilaka eraziz".¹² "Oraintsuko ikerketek aditzera ematen digutenez, bereziki onarpen gizakioia suma erazten duena da terapeuta ona, pertsona bere osotasunean eta bere-bere dituen sentipenekin onartzeko prest dagoena, alegia. Gertakarien azterketa hotz eta intelektual hutsez kezkatuak dagoen terapeuta gaixoen sendakuntzan ona dela adierazten digun frogarik ez dugu

oraingoz. Gaur egungo psikoterapiaren paradoxetako bat zera da, arlo honetan ikertu nahi bada, pertsonak bere sinesmen gri-natsuenak eta bere komentzio fisikoenak ikerketa enpirikoaren egiaztatze inperstonalen arauetara makurtu behar dituela, baina aldi berean psikoterapeuta-moduan fruitu emankorrek izango baditu, bide horretatik eskuratutako ezagupenak bere izakera aberasteko baino ez dituela erabili behar, gero askatasunez eta kezkarik gabe bere izakera propio horrekin gaixoarekiko harremanetan berbera izateko".¹³

Patterson-ek: "efikaziarekin zerikusi zuzenik gabekoak eta beharrezkoak ez direnak dira terapeutak egin ohi dituen gauza asko; eta izan, lorpen asko eta askok ez du inolako loturarik izango terapeutak erabilitako teknikekin; terapeutak gaixoarekiko sortzen dituen harremanak —eta alderantzizkoak— dira, zailtzarrik gabe, ondorio egoki horien gauzatzaile".¹⁴

Eta Frankl-ek gehitzen du: "giza harremanezko erlazioak dira prozesu terapeutikoan garrantzirik nagusia duten faktoreak, edozein metodo edo teknika baino garrantzizkoagoak".¹⁵

Baiezta dezakegu, beraz, terapiaren arloan teknika eta metodo ugari badago ere, guztiek badutela osagai berdin bat: terapeutaren eta gaixoaren arteko harreman-giroa. Nolakoa izan behar du, ordea, teknika terapeutiko guztien osagai den harreman-giro horrek? Aurrez aipatutako autoreen eritziak jarraituz azter ditzagun orain gure ustez harreman-giro hori berez terapeutiko bilaka erazten duten osagai-berezitasunak.

ENTZUN: "Edozein terapi prozesutan, entzutea da teknika-rik oinarritzkoena, hedatuena eta garrantzizkoena"¹⁶, Patterson-en hitzak dira.

Entzuteak terapeuta beste ezertaz kezkarik gabe dagoela esan nahi du. Beste zerbaitetaz kezkatu balez, ez bait lioke gaixoi entzungo. Entzuteak gainera, hitz egiteko moduari, erabilitako tonuari, egindako keinuei ere, arreta eskaintzea suposatzen du. Esaten ez denari ere atentzioa jartzea, nolabait insinuazio hutsean geratu denari, gaineko itxurapean estalirik utzi duenari. Honelaxe dio Pérez-ek: "gaixoi egitan eta benetan entzuten ari zaiola suma erazten dion terapeutak, aldi berean, beste hau ere adierazten dio: zuk diozunak, badu toki bat niregan, garrantzi handikoa bait zara zu niretzat. Era honetako komunikazioak, ziurtasuna, autobalorazioa eta onarpen-sentipenak sortzen dizkio gaixoiari. Horrelatsuko harremanek bakarrik era-

gingo dituzte aldaketak gaixoarengan eta horiek emango diote aukera terapeutari aurrean daukan subjektua ulertu ahal izateko".¹⁷

ULERTU: Iorpen onak dituzten terapeutak porrot egiten dutenetik ezertan bereizten badira, honetanxe gertatzen da hori: haiek gaixoak ulertu egiten dituztela.¹⁸ Badaude, ordea, ulertze-modu ezberdinak. Batzuk besteak baino eraginkorragoak dira terapi prozesurako. Norbaitetaz besteengandik informazioa jasotzea da, ulertzeko modu bat: bestek norbaitetaz idatzitakoa irakurriz, edo elkarrizketa bidez jasotako informazioa... Beste modu bat subjektua zuzen-zuzenean ezagutzea da, besteren begien bitartekotasunik gabe. Ezagutzeko biderik arruntena horixe da. Gure bizitz esparruan ulertzen dugu edo ez dugu ulertzen bestea: elkarri aurrez aurre jarriz, gure barne-mundua zuzen-zuzenean inplikatur. Beste hitz batzutan adierazita: norbait ulertzen dugula edo ez dugula ulertzen diogunean, gure esperientzia zuzena, gure irudimena jokuan jarriz gertatzen zaigula hori diogu aldi berean. Adibidez, zera badiogu: "Ez dizut ulertzen, hemen barruan bero asko egiten du, eta zuk hotzak zaudela diozu!, beste hau ere badiogu: ezin ulertu dut nola diozun hotzak zaudela, ni berez kiskaltzen ari naizenean, horrexegatik zerbait arraroa gertatzen zaizula pentsatzen dut". Gure ikuspuntutik begiratuz bakarrik ulertzen ditugu arazoak: zure poza edo zure tristura uler ditzaket nireakin bat datozelako, edo bat etorri daitezkeela suposa dezakedalako. Bestela, alderantziz, ezin ulertu dut gertatzen zaizuna, eta zerbait berezia dabilkizula pentsatu behar dut, oker zabiltzala edo.

Badago ulertzeko hirugarren bide bat: beste pertsonarekin ulertzea. Geure barneko ikus-erreferentzi puntua utzi eta bestearena, gaixoarena onartzea eskatzen digu horrek. Ulertzeko modu honetara iristeko benetan terapeutikoa dena eta ikaste-prozesua positiboki baldintzatzen duena, dena alde batera utzi beharra daukagu, eta gizaki soil moduan bestearekin ulertzen saiatu behar dugu: nola pentsatzen duen, nola sentitzen duen eta nola sumatzen duen bere inguruko mundua. Lewin-ek dioen bezala, horrela ulertzeak "bestearen bizi-giroan txertatzea eskatzen du, mundua, gertakariak eta guztia bere begien bitartez ikusteko".¹⁹

ONARPENA: Bestea geure modukotzat tratatzea suposatu du, bere pentsakera eta sentipenak begirune osoz errespetatur. Onarpenak ez du eskatzen berak bezala pentsatzea, berarekin beti bat etortzea. Terapeuta-irakasleak ez du guztia gaixoak

bezalaxe baloratu beharrik. Pentsatzen duen moduan pentsatzeko, sentitzen duen eran sentitzeko eta onartzen dituen balioak onartzeko eskubide guztia duela gaixoari suma eraztea suposatzen du onarpenak.

ENPATIA: bestearen barne-munduan partaide izatea, besteak sentitzen duena sumatzea. Aurrean daukan subjektuak sentitzen duen moduan sentitzen saiatu behar du terapeuta-irakasleak.

BEREZITASUNAK: bai, terapeuta-irakasleak, berezia, bera izan behar du. Gizaki baten jokabideak izan behar ditu. Bere nortasun berezia, bere izakera apartekoa omen ditu terapeuta-irakasleak teknikabiderik egokienak, diote Wallach eta Struppek.²¹ Ideia beretsukoa da Williamson bera ere, gaixo-ikasleak terapeuta-irakaslearengan pertsona bat ikusi nahi dutela eta honen teknikari arreta berezirik ez diotela eskaintzen dioenean.²² Gaixo-ikasleek bilatzen dutena, lehen-lehenik, benetako pertsona omen da, diote Goodstein eta Grigg-ek.²³

Irakaskuntz arloan irakasle/ikaslearen arteko harremanak nolakoak izan behar duten adierazi aurretik, pertsonen arteko harreman egokiak psikologian nola deskribatzen diren agertzen saiatu gara. Ezin ahaztuko bait dugu ezagupenen komunikazioa ikasgelan, azken batean, terapi modu bat dela, irakasteak, ikaslearengan nolabaiteko jokabide-aldaketa eta moldaketa suposatzen duela, onartzen bada. Ados egongo gara, nola ez, adimen-maila bereko eta ezagupen bereko bi irakasle ezberdinek ikaslearengan motibazio-gradu ezberdina eragin dezaketela eta ezagupenak, ondorioz, oso era ezberdinetan transmitituko dituztela baieztatzerakoan. Honetaz idatzi izan dena aztertzen badugu, laster konturatuko gara, irakasleak ikasleekin sor ditzakeen harreman bereziei zor zaiela irakas-ondorioen ezberdintasun hori. Adibide-modura, zaharrena delako eta askotan egiaztatu izan delako, Flanders-ek²⁴ egiten duen bereizketa hura gogora eraziko dugu hemen: bi irakaskuntz modu ezberdin bereizten ditu berak:

IRAKASLEAREN ZENTRATUA: aurrez moldatutako egitasmoaz kezkatzen da nagusiki; ez die arduririk eskaintzen ikasle batek eta ikasle-talde batek une batean izan ditzakeen behar eta sentipen bereziei eta horrexegatik ez entzun egiten du, ez ulertu, ez onartu eta are gutxiago empatizatu. Era honetako irakaskuntzak, urduritasuna, erasokortasuna, interesik eza eta sentipen-desintegrapena bideratzen ditu.

IKASLEAREN ZENTRATUA: egitasmoa ahazten ez badu ere, ikasleari eta ikasle-taldeari entzun egiten dio, hauen egoera ezberdinak aintzakotzat hartzen ditu, beren tokian jartzeko da. Antsietatea gutxiagotzen du modu horrek eta ikaste-prozesu egokiak eragiten ditu arazoak gainditzea erraztuz.

Honako ondorio honetara iristen dira Tiedeman, Stern, Hamachek eta beste batzu: "bere ikasleekin ondoriorik desegokiak eta gorrotoa sortezaten dituen irakaslea, agintezaletzat eta beren egoeraz kezkatzen ez denetzat hartua dena da. Eta ikasleak zenbat eta helduagoak izan, orduan eta handiagoa ez-onarpena ere". "Ondorioz, beraz, zera baieztatu daiteke: irakasle moldakorak, onartzaileak, ikasleen arduretaz kezkatzen direnak, hauen egoeratan jartzen dakitenak direla, ikasleengan jarrera-aldaketa egokiak bideratzen dituztenak eta ezagupenetan aurerrapen handienak lortzen dituztenak"²⁵.

-
- ¹ UNGERSMA, A. (1961): *The search for meaning*. Philadelphia: Westminster, 55. or.
 - ² BERGE, A. (1970): *Las psicoterapias*. Barcelona: Herder, 10. or.
 - ³ WOLPE, J. (1958): *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. Stanford University Press, 193. or.
 - ⁴ FROMM-REICHMAN, F. (1980): *Principios de psicoterapia intensiva*. Buenos Aires: Hormé.
 - ⁵ WOLPE, J. *Ibid.*, 193. or.
 - ⁶ WOLPE, J. *Ibid.*, 106. or.
 - ⁷ GAARDER, K.; MONTGOMERY, P. (1977): *Clinical biofeedback: a procedural manual*. Baltimore: The Williams and Wilkins Co. 36. or.
 - ⁸ ELLIS, A. (1977): *Reason and emotion in psychotherapy*. Seacucus: The Citadel Press. 94., 95. or.
 - ⁹ ELLIS, A. (1977): *Reason and emotion in psychotherapy*. Seacucus: The Citadel Press. 94., 95. or.
 - ¹⁰ DOLLARD, J. MILLER, N. (1977): *Personalidad y psicoterapia*. Bilbao: Desclée, 230. or.
 - ¹¹ DOLLARAD, J.; MILLER, N. *Ibid.*, 321. or.
 - ¹² ROGERS, C. (1969): *Psicoterapia centrada en el cliente*. Buenos Aires: Paidós, 437. or.
 - ¹³ ROGERS, C. (1981): *La persona como centro*. Barcelona: Herder, 269. or.
 - ¹⁴ PATTERSON, C. (1975): *Teorías de counseling en psicoterapia*. Bilbao: Desclée.

- 15 FRANKL, V. (1982): *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.
- 16 PATTERSON, C. (1970): *Orientación autodirectiva y psicoterapia*. México: Trillas.
- 17 PEREZ, U. (1968): *The initial counseling contac*. Boston: Houghton Mifflin.
- 18 PORTER, E. (1950): *An introduction to therpeutic counseling*. Boston: Houghton Mifflin.
- 19 LEWIN, K. (1936): *Principles of topological psychology*. New York: Mc Graw Hill.
- 20 MAY, R. (1977): *The art of counseling*. Nashville, Tennessee: Witmore.
- 21 WALLACH, N.; STRUPP, H. (1960): "Psychoterapist's clinical judgements and attitudes toward patients", in: *Journal of Consulting Psychology*, 24: 316-323.
- 22 WILLIAMSON, E. (1962): "The counselor as a technique", in: *Personnel and Guidance Journal*, 41: 108-111.
- 23 GOODSTEIN, L.; GRIGG, A. (1959): "Client satisfaction, counselors and the counseling process", in: *Personel and guidance Journal*, 38: 19-26.
- 24 FLANDERS, N. (1951): "Personal-social anxiety as a factor in experimental learning situations", in: *Journal of educational Research*, 45: 100-110.
- 25 HAMACHEK, D. (1981₂): *Encuentros con el Yo*. Interamericana, México.