

LOS GRUPOS DE CRECIMIENTO PERSONAL: ORIGEN Y CARACTERÍSTICAS

PERSONAL DEVELOPMENT GROUPS: ORIGIN AND CHARACTERISTICS

Guillermo Gil-Escudero

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2950-4379>

Doctor en Psicología. Psicoterapeuta Individual y de Grupos. España

Mónica Rodríguez-Zafra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2609-0609>

Profesora Titular de la Facultad de Psicología. UNED. España

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Gil-Escudero, G. y Rodríguez-Zafra, M. (2022). Los Grupos de Crecimiento Personal: Origen y Características. *Revista de Psicoterapia*, 33(121), 149-156. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i121.1128>

Resumen

Se analiza el origen de los grupos de crecimiento personal (GCP) que tuvo su fundamento en las ideas y técnicas de intervención de cuatro fuentes principales: las aportaciones del trabajo del National Training Laboratory (NTL), de la psicología humanista, de los “grupos maratón” y de los grupos de “encuentro abierto”. Asimismo, se exponen las características de los GCP que básicamente consisten en la realización de un conjunto planificado de actividades en grupo, en un entorno relajado y seguro, que incluyen ejercicios y reuniones en grupos pequeños que combinan de modo equilibrado la comunicación interpersonal, la experiencia emocional y la reflexión. Tienen básicamente un carácter vivencial y no académico. El hecho de que los grupos se lleven a cabo de modo intensivo y en un entorno aislado facilita la toma de distancia temporal de los problemas personales e interpersonales, así como el aislamiento de las influencias del entorno que dificultan la concentración en el análisis y la reflexión. Los GCP proporcionan la oportunidad de establecer nuevas relaciones personales y la oportunidad de analizar, con la ayuda del resto de participantes, el origen y circunstancias de los problemas personales y de relación, lo que habitualmente produce un aumento y mejora de las relaciones interpersonales y de la consciencia intrapersonal.

Palabras clave: grupos de crecimiento personal, psicoterapia, historia de la psicoterapia, psicoterapia de grupo

Abstract

The origin of the personal growth groups (PDG) is analyzed, which had its foundation in the ideas and intervention techniques of four main sources: the contributions of the work of the National Training Laboratory (NTL), of the humanistic psychology, of the “groups marathon” and “of the open meeting” groups. Likewise, the characteristics of the PDG’s are exposed, which basically consist of carrying out a planned set of group activities, in a relaxed and safe environment, which include exercises and meetings in small groups that combine interpersonal communication, emotional experience and reflection. They basically have an experiential and non-academic character. The fact that the groups are carried out intensively and in an isolated environment facilitates the temporary distancing of personal and interpersonal problems, as well as the isolation from environmental influences that hinder concentration in analysis and reflection. PDG’s provide the opportunity to establish new personal relationships and the opportunity to analyze, with the help of the rest of the participants, the origin and circumstances of personal and relationship problems, which usually produces an increase and improvement in interpersonal relationships and intrapersonal consciousness.

Keywords: personal development groups, psychotherapy, history of psychotherapy, group psychotherapy

Fecha de recepción: 30 de diciembre de 2021. Fecha de aceptación: 3 enero de 2022.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: mrodriguez@psi.uned.es

Dirección postal: Facultad de Psicología. UNED. c/ Juan del Rosal, 10. 28040. Madrid. España

© 2022 Revista de Psicoterapia



Los Grupos de Crecimiento Personal

Origen

Los GCP tienen su origen en los diversos tipos de grupos y actividades de grupo que se iniciaron y desarrollaron durante las décadas de 1950 y 1960, bajo múltiples nombres, formas y orientaciones. Los Grupos de Entrenamiento de Habilidades Básicas, los Grupos de (Adiestramiento en) Relaciones Humanas, los Grupos-T (*Training groups*), los Laboratorios de Relaciones Humanas, las Dinámicas de Grupo, los Grupos de Encuentro, los Grupos de Encuentro Básico, los Grupos de Encuentro Abierto, los Grupos de Potencial Humano, las Experiencias Intensivas de Grupo, los Grupos de Desarrollo Personal, los Grupos de Experiencia, los Grupos de Consciencia Sensorial, los Grupos de Entrenamiento de la Sensibilidad (*Sensitivity training groups*), los Grupos Gestalt y los Grupos Maratón, entre otros, fueron los precursores de los GCP que han incorporado muchos de los conocimientos y experiencias adquiridos en estas variedades del trabajo personal intensivo en grupo. Para un conocimiento más detallado de las características y desarrollo de los antecedentes de los GCP ver Bradford et al., 1964; Back, 1972; Egan, 1976; Gottschalk et al., 1971; Gibb, 1970; Lakin, 1971; Lieberman et al., 1973; Peters, 1966; Rogers, 1970/2006; Schutz, 1971, 1973; Shaffer y Galinsky, 1974; Stevens, 1971/1976; Stoller, 1968b; Yalom, 1975/1986.

Se puede considerar que los GCP actuales se han conformado fundamentalmente incorporando las ideas centrales, objetivos y métodos de cuatro fuentes principales:

En primer lugar, la aportación del trabajo del *National Training Laboratory* (NTL) que fue la institución pionera en el trabajo intensivo con grupos y alrededor de la cual se desarrolló el trabajo y la investigación con los grupos-T. En 1947, organizó el primer grupo formal y planificado de entrenamiento en habilidades básicas –con 30 personas divididas en tres grupos coordinados por tres instructores (Bradford, Benne y Lippit) y con tres observadores–. Este primer “laboratorio” o grupo se planificó con actividades para el grupo completo y con reuniones en grupos pequeños en las que se combinaba la vivencia y observación directa con la reflexión sobre la propia conducta y sus efectos sobre los otros, con el análisis de los estilos interpersonales y de las reacciones de los otros, y con el análisis del desarrollo del grupo en su conjunto. La idea central que subyacía a los primeros grupos del NTL era la de que los métodos para cambiar las actitudes solamente son eficaces si los interesados tienen la oportunidad de descubrir los efectos dañinos que causa su conducta habitual –tanto a sí mismos como a los otros–, por lo que, a partir de entonces, un objetivo especialmente importante del trabajo en grupos es el de ayudar a los individuos a observar cómo lo perciben los otros.

A lo largo de los años de desarrollo del trabajo del NTL se fue diferenciando dentro de la propia organización entre dos orientaciones: por un lado, los “laboratorios” –más unidos a las tareas de entrenamiento (grupos-T) y de investigación en psicología social sobre la dinámica de los grupos– y, por otro lado, los “grupos de

desarrollo personal” –que fueron conformándose según se fue poniendo de manifiesto el enorme potencial de los grupos intensivos de relaciones humanas para el desarrollo personal individual– que estaban más centrados en las profundas experiencias de cambio que se producían en los individuos facilitadas por las relaciones de confianza, estima y estímulo que se creaban entre ellos. La gran extensión de grupos-T y de sus múltiples derivaciones que surgieron durante la década de los años 60 llevó a la necesidad de clarificar sus distintos tipos, sus características, posibilidades de utilización y sus potenciales riesgos (Faith et al., 1995; Gottschalk et al., 1971; Smith, 1975).

En segundo lugar, la aportación de la psicología humanista, especialmente a través de la influencia de Carl Rogers y su enfoque psicoterapéutico centrado en la persona. A partir de 1946, Rogers organizó cursos breves para la formación de consejeros psicológicos que, en realidad eran experiencias breves e intensivas de grupo con una orientación terapéutica y de desarrollo personal. Estos cursos iniciales fueron el origen de los “grupos de encuentro básico” que incorporaron los principios de la psicoterapia centrada en la persona y que hicieron especial énfasis en el incremento y mejoramiento de la comunicación –especialmente a través de la escucha empática y la aceptación incondicional– y de las relaciones personales (Rogers, 1970/2006). Los grupos de encuentro no pueden reducirse a una única modalidad porque crecieron y se diversificaron enormemente aprovechando su enfoque ecléctico de la teoría, los métodos de intervención y de su sistematización (Burns, 1983). Su proliferación y desarrollo llevaron asimismo al estudio y al análisis de sus diferentes variedades y su efectividad terapéutica (Howes, 1981).

En tercer lugar, la aportación de los “grupos maratón”. Estos grupos tuvieron su origen en el campo de la psicología clínica como una forma peculiar de la psicoterapia de grupo que se caracterizaba por la duración continua y extendida de las sesiones, que producía una disminución de las defensas psicológicas y un aumento de la intensidad de las relaciones interpersonales, lo que facilitaba y aceleraba los procesos terapéuticos (Bach, 1954, 1966, 1967a, 1967b, 1967c; Mintz, 1967, 1971; Stoller, 1967, 1968a, 1968b).

Por último, la aportación más relevante para los GCP actuales fue la de William Schutz (1963, 1967, 1971, 1973, 1979, 1984, 1989, 1994) que organizó de modo sistemático “grupos de encuentro abierto”, la mayoría en Esalen –el centro pionero del desarrollo personal en los años 60 y 70 en Big Sur, California–. Los grupos organizados por Schutz incluían ya las aportaciones de la psicología humanista, de los grupos del NTL, de los grupos de encuentro básico de Rogers y de los grupos maratón, a los que les añadió un componente corporal muy significativo –mediante técnicas terapéuticas de carácter físico, tanto occidentales como orientales, tales como la bioenergética, el rolfing, los masajes, el tai-chi, etc.–, así como elementos de orígenes muy diversos –meditación, psicodrama, teatro, música y arte, etc.– junto con algún añadido lúdico, de los que carecían las aportaciones previas. Además, por influencia de la psicoterapia gestalt, estos grupos de encuentro abierto incorpora-

ron una orientación centrada en “el aquí y el ahora” e incluyeron gran parte de los principios, técnicas y estilo de esta orientación psicoterapéutica. La capacidad de integración y síntesis que mostró Schutz para incorporar enfoques muy distintos estuvo facilitada por el hecho de que fue compañero de Abraham Maslow y Carl Rogers en el *University of Chicago's Counseling Center* y de Fritz Perls en *Esalen*, y de que hubiese sido también instructor de los grupos del NTL. El enfoque de Schutz se caracterizó por su continua flexibilidad, experimentación e innovación.

Características

Actualmente, los GCP consisten en la realización de un conjunto planificado de actividades en grupo –en un entorno relajado y seguro– que incluyen ejercicios estructurados de sensibilización y comunicación, así como reuniones en grupos pequeños en los que se combinan de modo equilibrado la comunicación entre las personas, la experiencia emocional y la reflexión. De ese modo proporcionan un conjunto de experiencias en un contexto adecuado que ayuda a los participantes a incrementar su conocimiento de sí mismos y de sus estilos de relación.

Tienen básicamente un carácter vivencial y no académico; los participantes constituyen el núcleo y la razón de ser de la experiencia, mientras que los psicólogos responsables del desarrollo de la experiencia de grupo adoptan un rol de acompañamiento, de supervisión y de facilitación de los procesos de evolución grupal y de desarrollo personal.

Las actividades de grupo se llevan a cabo bien en el grupo completo formado por todas las personas que participan en el encuentro –normalmente entre 14 y 50 participantes–, o bien en grupos pequeños –habitualmente de entre 8 y 12 personas–, de tal modo que los grupos son lo suficientemente grandes para alentar la interacción de persona a persona, a la vez que los grupos pequeños permiten que todos sus miembros interactúen significativamente.

La duración de estas experiencias intensivas de grupo suele estar limitada a alrededor de cinco días –aunque puede variar habitualmente entre dos días y una semana– en las que los participantes conviven en régimen de internado en un entorno propicio para la interacción interpersonal. El hecho de que los grupos se lleven a cabo de modo intensivo, en régimen de internado y en un entorno aislado facilita la toma de distancia temporal de los problemas personales e interpersonales en los que están inmersos los participantes en ese momento concreto de sus vidas, así como el aislamiento de las influencias del entorno que dificultan la concentración en el análisis y la reflexión.

Los GCP proporcionan la oportunidad de establecer nuevas relaciones personales con personas en principio desconocidas –y que no tienen una percepción condicionada por circunstancias familiares, laborales o de relación previa– y analizarlas en busca de claves que ayuden a comprender las dificultades interpersonales de los participantes. A lo largo de la experiencia estos grupos actúan como una réplica –en pequeña escala– del entramado social en el que viven las personas, por lo que

constituyen un escenario privilegiado para ensayar nuevos comportamientos, modos de actuación y actitudes que pueden ser extrapolados más adelante al contexto de la vida cotidiana de los participantes. Por otro lado, en estas experiencias intensivas se tiene la oportunidad de analizar, con la ayuda del resto de participantes, el origen y circunstancias de los problemas personales y de relación a los que se enfrentan, lo que habitualmente produce un aumento y mejora de las relaciones interpersonales y de la consciencia intrapersonal.

Los GCP están dirigidos fundamentalmente a las personas interesadas en el propio crecimiento personal y en la mejora de sus relaciones personales, y son especialmente eficaces con personas que tienen problemas vitales normales en algún área de su vida, especialmente en el ámbito de las relaciones humanas, bien de pareja, familiares o paterno-filiales, o en el ámbito social y laboral.

Asimismo, los GCP son de especial interés para los profesionales que trabajan en entornos grupales, especialmente los que trabajan en las áreas de la educación, de la intervención social y de la salud mental, así como para los psicólogos y los psicoterapeutas interesados en el trabajo con grupos como un elemento de su formación en el campo de la psicoterapia, ya que participar en estos encuentros les proporciona la oportunidad de tener un conocimiento experiencial de esta metodología de trabajo con grupos, gracias a la “participación observante” que se produce al participar en estas experiencias en las que se combinan participación y observación. Los GCP son un elemento característico de muchas formaciones en psicoterapia y consejo psicológico que consideran que el desarrollo personal es un elemento vital para la formación de psicoterapeutas competentes (Brison et al., 2015; Ieva et al., 2009; Lennie, 2007; McMahon y Rodillas, 2020; Mearns, 1997; Moller y Rance, 2013; Payne, 1999, 2001; Robson, 2009; Rose, 2008).

La participación en GCP supone e implica la intervención activa de cada uno de los miembros de los grupos mediante la que colaboran con el resto de los participantes para ayudarles a experimentar, analizar, comprender y –en su caso– a cambiar su conducta, a la vez que cada participante recibe retroalimentación y ayuda del resto de los miembros del grupo. Los participantes en los GCP no son unos participantes pasivos que esperan seguir unas instrucciones, recomendaciones o consejos, sino que se implican activamente en el trabajo de crecimiento personal que se desarrolla en el grupo.

Los GCP no son una forma de psicoterapia o de terapia propiamente dicha. No obstante, se fundamentan en la utilización de principios teóricos y técnicas aplicadas, que tienen su origen en diversas escuelas y orientaciones psicoterapéuticas, con el objetivo de facilitar el desarrollo y crecimiento de personas “normales”, es decir, de personas que tienen dificultades y/o problemas comunes y habituales en un grado “normal”, cuya intensidad no les inhabilita de modo grave para su funcionamiento personal y social, aunque les limita notoriamente y condiciona su calidad de vida psicológica y social. Los GCP se basan en la idea de que no es necesario estar “enfermo” o presentar algún tipo de patología para mejorar; de hecho a los

miembros de los grupos se les suele denominar “participantes” y no “pacientes”.

Aunque pueda parecer paradójico, el enfoque del crecimiento personal en grupo facilita el logro de metas de cambio individuales al aunar las experiencias emocionales con la reflexión cognitiva en un ambiente enriquecido de interacción y comunicación interpersonal, en el que las personas del grupo aportan información, comprensión y apoyo a cada uno de los participantes (Hartman, 1979).

Actualmente se siguen utilizando los grupos de crecimiento personal en múltiples ámbitos, además de su empleo habitual en el entrenamiento de psicoterapeutas y consejeros profesionales, y están también abiertos al público general (NTL, 2021; Person-Centred Encounter Events, 2021).

Referencias

- Bach, G. R. (1954). *Intensive group psychotherapy [Psicoterapia de grupo intensiva]*. Ronald Press.
- Bach, G. R. (1966). The marathon group: Intensive practice of intimate interaction [El grupo maratón: práctica intensiva de interacción íntima]. *Psychological Reports*, 18(3), 995-1002. <https://doi.org/10.2466%2Fpr0.1966.18.3.995>
- Bach, G. R. (1967a). Marathon group dynamics: I. Some functions of the professional group facilitator [Dinámica de grupo maratón: I. Algunas funciones del facilitador de grupo profesional]. *Psychological Reports*, 20(3), 995-999. <https://doi.org/10.2466%2Fpr0.1967.20.3.995>
- Bach, G. R. (1967b). Marathon group dynamics: II. Dimensions of helpfulness: Therapeutic aggression [Dinámica de grupos de maratón: II. Dimensiones de la utilidad: agresión terapéutica]. *Psychological Reports*, 20(3), 1147-1158. <https://doi.org/10.2466%2Fpr0.1967.20.3c.1147>
- Bach, G. R. (1967c). Marathon group dynamics: III. Dimensions of disjunctive contact [Dinámica de grupos de maratón: III. Dimensiones del contacto disyuntivo]. *Psychological Reports*, 20(3), 1163-1172. <https://doi.org/10.2466%2Fpr0.1967.20.3c.1147>
- Back, K.W. (1972). *Beyond words: The story of sensitivity training and the encounter movement* [Más allá de las palabras: la historia del entrenamiento de la sensibilidad y el movimiento de encuentro]. Russell Sage.
- Bradford, L. P., Gibb, J. R. y Benne, K. D. (1964). *T-group theory and laboratory method [Teoría de grupos T y método de laboratorio]*. Wiley.
- Brisson, C., Zech, E., Jaeken, M., Priels, J. M., Verhofstadt, L., Van Broeck, N. y Mikolajczak, M. (2015). Encounter groups: do they foster psychology students' psychological development and therapeutic attitudes? [Grupos de encuentro: ¿fomentan el desarrollo psicológico y las actitudes terapéuticas de los estudiantes de psicología?]. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 14(1), 83-99. <https://doi.org/10.1080/14779757.2014.991937>
- Burns R. B. (1983). Encounter groups [Grupos de encuentro]. En R. B. Burns (Ed.), *Counseling and therapy* (pp. 170-175). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-011-7721-4_15
- Egan, G. (1976). *El laboratorio de relaciones interpersonales: Teoría y práctica del sensitivity training*. Paidós.
- Faith, M. S., Wong, F. Y. y Carpenter, K. M. (1995). Group sensitivity training: Update, meta-analysis, and recommendations [Entrenamiento de sensibilidad grupal: actualización, metanálisis y recomendaciones]. *Journal of Counseling Psychology*, 42(3), 390-399. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.3.390>
- Gibb, J. R. (1970). The effects of human relations training. En A. E. Bergin y S. L. Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behaviour change* (pp. 2114-2176). Wiley.
- Gottschalk, L. A., Pattison, E. M. y Schaffer, D.W. (1971). Training groups, encounter groups, sensitivity groups and group psychotherapy [Grupos de formación, grupos de encuentro, grupos de sensibilidad y psicoterapia de grupo]. *The Western Journal of Medicine*, 115(2), 87-93.
- Hartman, J. J. (1979). Small group methods of personal change [Métodos de cambio personal en grupos pequeños]. *Annual Review of Psychology*, 30, 453-476. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.30.020179.002321>
- Howes, R. J. (1981). Encounter groups: Comparisons and ethical considerations [Grupos de encuentro: comparaciones y consideraciones éticas]. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 18(2), 229-239. <https://doi.org/10.1037/h0086084>

- Ieva, K. P., Ohrt, J. H., Swank, J. M. y Young, T. (2009). The impact of experiential groups on master students' counselor and personal development: a qualitative investigation [El impacto de los grupos experienciales en el desarrollo personal y orientador de los estudiantes de maestría: una investigación cualitativa]. *The Journal for Specialists in Group Work*, 34(4), 351-368. <https://doi.org/10.1080/01933920903219078>
- Lakin, M. (1971). *Interpersonal encounter: Theory and practice in sensitivity training [Encuentro interpersonal: Teoría y práctica en el entrenamiento de la sensibilidad]*. McGraw Hill.
- Lennie, C. (2007). The role of personal development groups in counsellor training: understanding factors contributing to self-awareness in the personal development group [El papel de los grupos de desarrollo personal en la formación de consejeros: comprensión de los factores que contribuyen a la autoconciencia en el grupo de desarrollo personal]. *British Journal of Guidance & Counselling*, 35(1), 115-129. <https://doi.org/10.1080/03069880601106849>
- Lieberman, M. A., Yalom, I. y Miles, M. (1973). *Encounter groups: first facts [Grupos de encuentro: primeros datos]*. Basic Books.
- McMahon, A. y Rodillas, R. R. (2020). Personal development groups during psychotherapy training: Irish students' expectations and experiences of vulnerability, safety and growth [Grupos de desarrollo personal durante la formación en psicoterapia: expectativas y experiencias de vulnerabilidad, seguridad y crecimiento de estudiantes irlandeses]. *Counselling Psychology Quarterly*, 33(2), 163-186. <https://doi.org/10.1080/09515070.2018.1502159>
- Mearns, D. (1997). *Person-centred counselling training [Capacitación en consejería centrada en la persona]*. Sage.
- Mintz, E. E. (1967). Time-extended marathon groups [Grupos de maratón de tiempo extendido]. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 4(2), 65-70. <https://doi.org/10.1037/h0087939>
- Mintz, E. E. (1971). *Marathon groups: Reality and symbol [Grupos de maratón: Realidad y símbolo]*. Appleton-Century-Crofts.
- Moller, N. P. y Rance, N. (2013). The good, the bad and the uncertainty: Trainees' perceptions of the personal development group [Lo bueno, lo malo y la incertidumbre: percepciones de los alumnos sobre el grupo de desarrollo personal]. *Counselling and Psychotherapy Research*, 13(4), 282-289. <https://doi.org/10.1080/14733145.2012.754482>
- National Training Institute (2021). *Human interaction laboratory [Laboratorio de interacción humana]*. <https://www.ntl.org/human-interaction/human-interaction-laboratory/>
- Payne, H. (1999). Personal development groups in the training of counsellors and therapists: A review of the research [Grupos de desarrollo personal en la formación de consejeros y terapeutas: Una revisión de la investigación]. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 2(1), 55-68. <https://doi.org/10.1080/13642539908400806>
- Payne, H. (2001). Student experiences in a personal development group: the question of safety [Experiencias de estudiantes en un grupo de desarrollo personal: la cuestión de la seguridad]. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 4(2), 267-292. <https://doi.org/10.1080/13642530110086983>
- Person-Centred Encounter Events (2021). *Person-Centred encounter events [Eventos de encuentro centrados en la persona]*. <https://encounterevents.uk>
- Peters, D. R. (1966). *Identification and personal change in laboratory training groups [Identificación y cambio de personal en grupos de formación de laboratorio]* [Tesis doctoral, Universidad Tecnológica de Massachusetts, MIT].
- Robson, M. y Robson, J. (2008). Explorations of participants' experiences of a personal development group held as part of a counselling psychology training group: Is it safe in here? [Exploraciones de las experiencias de los participantes de un grupo de desarrollo personal realizado como parte de un grupo de capacitación en psicología de consejería: ¿Es seguro aquí?]. *Counselling Psychology Quarterly*, 21(4), 371-382. <https://doi.org/10.1080/09515070802602153>
- Rogers, C. R. (1970/2006). *On encounter groups [Grupos de encuentro]*. Harper and Row.
- Rose, C. (2008). *The personal development group: The student's guide [El grupo de desarrollo personal: La guía del estudiante]*. London.
- Schutz, W.C. (1963). *An approach to the development of human potential [Una aproximación al desarrollo del potencial humano]*. National Training Laboratories.
- Schutz, W.C. (1967). *Joy: Expanding human awareness [Alegria: Expandiendo la conciencia humana]*. Grove Press.
- Schutz, W.C. (1971). *Here comes everybody: Bodymind and encounter culture [Todos Somos Uno: La cultura de los encuentros]*. Harper and Row.
- Schutz, W. C. (1973). *Elements of encounter: A guide to human awareness [Elementos del encuentro: una guía para la conciencia humana]*. Joy Press.
- Schutz, W. C. (1979). *Profound simplicity [Profunda sencillez]*. Bantam.
- Schutz, W. C. (1984). *The truth option [La opción de la verdad]*. Ten Speed Press.

- Schutz, W. C. (1989). *Joy: Twenty years later [Alegría: Veinte años después]*. Ten Speed Press.
- Schutz, W. C. (1994). *The human element: Productivity, self-esteem and the bottom-line [El elemento humano: productividad, autoestima y el resultado final]*. Jossey-Bass.
- Shaffer, J. B. y Galinsky, M. D. (1974). *Models of group therapy and sensitivity training [Modelos de terapia de grupo y entrenamiento de la sensibilidad]*. Prentice-Hall.
- Smith, P. B. (1975). Controlled studies of the outcome of sensitivity training [Estudios controlados del resultado del entrenamiento de sensibilidad]. *Psychological Bulletin*, 82(4), 597–622. <https://doi.org/10.1037/h0076841>
- Stevens, J. O. (1976). *El darse cuenta: sentir, imaginar, vivenciar*. Cuatro Vientos. (Trabajo original publicado en 1971)
- Stoller, F. H. (1967). The long weekend [El fin de semana largo]. *Psychology Today*, 1, 28-33.
- Stoller, F. H. (1968a). Accelerated interaction: A time-limited approach based on the brief, intensive group [Interacción acelerada: un enfoque de tiempo limitado basado en el grupo breve e intensivo]. *International Journal of Group Psychotherapy*, 18(2), 220-258. <https://doi.org/10.1080/00207284.1968.11508358>
- Stoller, F.H. (1968b). Marathon group therapy [Terapia de grupo maratón]. En G. Gazda (Ed.), *Innovations to group psychotherapy* (pp. 42-95). Springfield.
- Yalom, I. (1986). *Teoría y práctica de la psicoterapia de grupo*. Fondo de Cultura Económica. (Trabajo original publicado en 1975)