

# L **La eficacia de un Grupo de Encuentro Gestáltico medida con el POI (Personal Orientation Inventory).**

**Celedonio Castanedo**

*Universidad Complutense de Madrid*

## PALABRAS CLAVE

Terapia Gestalt, Psicología Humanística, Psicodiagnóstico, POI, Autorrealización.

## ABSTRACT

The present study introduce the Personal Orientation Inventory (POI) as a psychological instrument that measures Self-Actualization defined by Maslow, Rogers, and Perls as a measure of positive mental health. The POI was applied to two groups: an experimental group, that follow an Encounter Group of 12 hours centered in Gestalt Therapy, composed of fifteen people (9 women and 6 men); and a control group with the the same number of subjects and gender, in three moments: pretest, postest, post-postest. The results indicated significant changes in the mean score of the experimental group in two Scales of the POI: TC (Time Competence) and I (Inner Directed), and the sum of both scales (TC + I). There were no significant changes in the control group.

## KEY WORDS

Gestalt Therapy, Humanistic Psychology, Psychodiagnostic, POI, Self - Actualization.

## INTRODUCCIÓN

En Terapia Gestalt el psicodiagnóstico tiene tanto adeptos (Escuela de Nueva York, Cleveland, seguidores de Laura Perls y de Paul Goodman, etc.) como detractores (Escuela de California, seguidores de Fritz Perls, etc.). Sin embargo, a pesar de la polémica que suscita el uso (y a veces el abuso) de los tests psicológicos, en el enfoque humanístico, conviene recordar lo siguiente: estos instrumentos han nacido de la misma teoría (por ejemplo, las resistencias gestálticas de las fases del Ciclo de la Experiencia, el POI de la autorrealización de Maslow, etc.); orientan al profesional en el abordaje terapéutico a elegir (individual y grupal); y sus datos comparativos (pretest-postest, entre el grupo control y el grupo experimental) permiten comprobar empíricamente las hipótesis de investigación

En otras publicaciones (Castanedo, 1993; 1997a; 1997b; Salama y Castanedo, 1991) me he referido a la importancia que tiene el psicodiagnóstico en la psicoterapia, describiendo algunos de los instrumentos psicológicos más utilizados en Terapia Gestalt: FIRO (William Schutz); DSM-III-R (APA); Inventario

Gestáltico Homeostático (Ansel I. Woldt); Fases de la Estructura y Textura de la Experiencia Humana (John Enright); Examen Gestáltico del Contacto Interpersonal (John E. Frew); Bloqueos a la Creatividad (Edwin Nevis y Sonia Nevis); y el Inventario de Autoanálisis para Terapeutas y Establecimiento de Metas del Desarrollo (Edwin Nevis).

Así mismo, en la teoría de grupos, se asume que dentro de cada persona existe una fuerza o potencial que la impulsa al crecimiento, lo que equivale a que ésta alcance un nivel superior de funcionamiento, tanto personal como interpersonal. En el campo humanístico esto se conoce como autorrealización.

El constructo psicológico de autorrealización fue utilizado por primera vez por Maslow (1954), para estudiar personajes que cumplieran ciertos criterios de personalidad. El concepto gestáltico de «autoactualización» (Perls, 1947; 1969; 1973), es similar al de autorrealización de Maslow y el rogeriano de «persona funcionando globalmente» (Rogers, 1961, 1963).

Para Maslow (1962), la autorrealización es una dimensión de la personalidad que permite a la persona unir sus fuerzas eficaz e intensamente, llegando a estar

**más integrada y menos dividida, viviendo en el aquí y el ahora, dándose auto-soporte y estando más abierto a la experiencia; siendo más expresivo o espontáneo, más creativo, más independiente de sus miserables necesidades, más auténtico. En definitiva, actualizándose en sus potencialidades y gozando de más madurez. La persona autorrealizada tiene un funcionamiento y una vida más enriquecida que la que tiene la persona promedio.**

**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Perls (1947, 1969, 1973), atribuí a la autoactualización una de las metas principales a lograr en los Grupos de Terapia Gestalt.

El Inventario de Orientación Personal-POI- (Shostrom, 1966), fue diseñado para medir la autorrealización como una dimensión de la personalidad. Maslow (1971) refiriéndose al POI afirma:

*«Estudiando la gente sana, gente autorrealizada, etc. Se ha dado un movimiento constante hacia una descripción más objetiva, hasta el punto de que hoy en día existe un test estandarizado de autorrealización (POI). La autorrealización puede ahora ser definida operacionalmente, como la inteligencia suele definirse, quiere decirse autorrealización es lo que ese test mide. La mayoría de las cosas que percibía intuitivamente se confirman ahora con números, tablas y gráficos » (p. 27).*

Prueba de sus palabras son las siguientes investigaciones:

Guinan y Foulds (1970), utilizando el POI, en un Taller de fin de semana con estudiantes universitarios voluntarios, y comparando las puntuaciones del pretest y el posttest detectaron cambios significativos en el grupo experimental, en siete de las doce escalas: Orientado hacia si mismo (I); Existencialismo (Ex); Reactividad emotiva (Fr); Espontaneidad (S); Auto-acepta-

ción (Sa); Aceptación de la agresión (A); y Capacidad para establecer contacto íntimo (C).

Otra investigación realizada por Kimball y Gelso (1974), evalúa la eficacia de la experiencia de un Taller de fin de semana para producir cambios en el nivel de autorrealización de los participantes. Los 28 voluntarios, estudiantes universitarios, fueron asignados al azar, según el género, al grupo experimental y control, cada uno con diez hombres y cuatro mujeres. Se utilizó el análisis de la varianza para determinar los cambios, dándose diferencias significativas ( $p < .05$ ) entre el grupo experimental y control en cinco escalas del POI en el primer posttest (final del Taller) y en otras cinco escalas en el segundo posttest o follow-up (cuatro semanas después de finalizado el Taller). Dos de las cinco escalas del POI eran idénticas en las dos evaluaciones: Sinergia (Si); y Espontaneidad (S). En el primer posttest las diferencias se daban en: Orientado hacia si mismo; Auto-percepción (Sr); y Auto-aceptación (Sa). En el segundo posttest o follow-up: Valores de autorrealización (Sav); Naturaleza del hombre (Nc); y Aceptación de la agresión (A).

Foulds y Hannigan (1975), analizaron los efectos inmediatos y a largo plazo, de un Taller de Gestalt, en el nivel de autorrealización medido con el POI. Participaron 36 voluntarios estudiantes universitarios (18 hombres y 18 mujeres), de los cuales la mitad (9 hombres y 9 mujeres) fueron

asignados al grupo experimental y el mismo número al grupo control. El grupo experimental completó el POI antes del Taller, cuatro días más tarde, y seis meses después de finalizado. En este estudio se consideró una medida adecuada de la autorrealización la suma de las puntuaciones de Competencia en el tiempo (Tc) y Orientado hacia si mismo (I). Este mismo procedimiento también fue utilizado por Damm (1972). Analizando los datos, del grupo experimental, con un test t se encontró diferencia significativa positiva ( $p < .05$ ) entre el pretest y el posttest en las puntuaciones medias de la medida global de autorrealización (Tc + I). En esta investigación no solamente los cambios adquiridos (comparando las puntuaciones pro-post) en el nivel global de autorrealización se mantenían con el tiempo, en el grupo experimental, sino que además se incrementaban en el follow-up (seis meses después). En el grupo control no se apreció diferencias significativas comparando las puntuaciones medias de autorrealización del pretest y el posttest.

Hannigan (1975), investigó los efectos comparativos de dos Talleres, con una duración de 24 y de 16 horas, en el nivel global de autorrealización (puntuaciones de las escalas Tc + I). Los participantes eran estudiantes universitarios voluntarios. El POI fue aplicado tres veces: antes de iniciar el Taller; cinco días después de finalizada la experiencia del Taller; y ocho semanas después. Los resultados indican

**Tabla 1: Puntuaciones en la Escala POI (grupo experimental)**

Sujeto	Tc			I			Tc + I		
	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post
1	14	20	20	70	102	101	84	122	121
2	14	17	18	85	91	87	100	108	105
3	15	18	19	80	93	84	95	111	103
4	16	16	20	92	102	106	108	118	126
5	18	22	21	93	114	113	111	136	134
6	18	19	20	101	111	110	119	130	130
7	16	20	22	108	115	118	124	135	140
8	19	19	19	111	119	110	130	138	129
9	20	22	21	105	108	112	125	130	133
10	15	18	19	82	99	108	97	117	127
11	18	21	20	94	102	106	112	123	126
12	14	16	18	88	91	94	102	107	112
13	18	20	20	96	101	110	114	121	130
14	18	21	21	86	96	98	104	117	119
15	17	19	22	105	110	110	122	129	132

## TEMES D'ESTUDI

cambios significativos positivos -tanto en el Taller de 24 horas como en el de 16-, comparando el pretest y los dos postests, en los niveles globales de autorrealización (Tc + I). Por otra parte, la diferencia de puntuaciones medias entre los cambios positivos del Taller de 24 horas y el de 16 horas no era significativa.

Velasco Lafarga (1992) utilizó el inventario de Orientación Personal (POI) para medir los cambios en diferentes grupos de encuentro, aplicando este instrumento antes y después de la experiencia grupal. Comparando las puntuaciones de las escalas (pretest y postest) en todas ellas se dieron cambios positivos en las dos escalas que miden el nivel global de la autorrealización (TC/I).

Estas investigaciones y otras muchas, no mencionadas por limitación de espacio, confirman que los Talleres modalidad gestáltica son un método eficaz para fomentar el crecimiento personal de estudiantes universitarios voluntarios. Además, los cambios que se adquieren con la experiencia del Taller se mantienen con el tiempo (follow-up), no son temporales.

### HIPÓTESIS DE TRABAJO

Esta se formuló en los siguientes términos:

No se darán diferencias significativas en la autorrealización medida con las puntuaciones de las dos escalas del POI (Tc: Competencia en el Tiempo Orientado ha-

cia si mismo) y la suma de estas dos escalas (Tc + I); entre el grupo control y el grupo experimental si se comparan las puntuaciones pretest (antes de iniciar el Grupo de Encuentro) con el postest (tres días después de finalizado), y el post-postest (3 meses después).

## METODOLOGÍA

### Participantes

Los sujetos de esta investigación eran 30 profesionales (18 mujeres y 12 hombres) del campo de la salud (psicólogos y médicos). Sus edades oscilaban entre 26 y 40 años, con una media de 31,03 años. La mitad (9 mujeres y 6 hombres) participaron en un grupo de encuentro, modalidad gestáltica, de 12 horas de duración, dirigido por este autor. La otra mitad pertenecía al grupo control.

Todos los sujetos (control y experimental) completaron el Personal Orientation Inventory (POI; Shostrom, 1966) en tres ocasiones: pretest (antes de iniciar el taller); postest (tres días después de finalizado el taller); y post-postest (tres meses después de finalizado).

### Descripción del instrumento

El POI (Shostrom, 1966) es un instrumento psicológico desarrollado para ofrecer una medida comprensiva de los valores, conductas, y creencias auto-perceptivas consideradas importantes en el desarrollo de la autorrealización. Con-

tiene 150 frases en pares opuestos y 12 escalas. Los ítems permiten dos evaluaciones: una, para las dos escalas principales (Tc; I) que incluyen todos los ítems que no se entrecruzan; y otra, para las restantes 10 escalas, midiendo cada una de estas últimas un aspecto relevante de la autorrealización.

#### Escalas principales del POI:

1. Competencia en el tiempo (Tc). Mide el grado en que la persona está orientada en el presente. En el aquí y el ahora.
2. Orientado hacia si mismo (I). Detecta cuando la energía está orientada más hacia uno mismo que hacia los otros. Predomina el autoapoyo vs. recibir apoyo de los otros, la motivación intrínseca más que las expectativas y las influencias externas.

#### Escalas secundarias del POI:

1. Valores autorrealizantes (Sav). Mide la afirmación de los valores que posee una persona autorrealizada
2. Existencialidad (Ex). Mide la habilidad para reaccionar existencialmente sin adherirse rígidamente a los principios.
3. Reacción emotiva (Fr). Mide la sensibilidad o respuesta a las propias necesidades y emociones.
4. Espontaneidad (S). Mide la libertad a reaccionar espontáneamente; ser uno mismo.
5. Auto-concepto (Sr). Mide la afirmación del Self, considerando su valor y fuerza.
6. Auto-aceptación (Sa). Mide la afirmación o aceptación del self a pesar de su debilidad o deficiencia.
7. Naturaleza del hombre (Nc). Mide el grado de la naturaleza constructiva del hombre; masculinidad/femineidad.
8. Sinergia (Si). Mide la habilidad para ser sinérgico (acción de dos o más causas cuyo efecto es superior a la suma de los efectos individuales); a trascender las dicotomías.
9. Aceptación de la agresividad (A). Mide la habilidad para aceptar la agresividad natural en oposición a estar a la defensiva, negar o reprimir la agresión.
10. Capacidad para establecer contacto íntimo (C). Mide la habilidad para desarrollar contacto íntimo en las relaciones con otras personas.

Tabla 2: Puntuaciones en la Escala POI (grupo control)

Sujeto	Tc			I			Tc + I		
	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post
16	16	17	17	65	67	68	81	84	85
17	16	16	19	88	84	87	104	102	106
18	18	18	21	88	92	91	106	110	112
19	19	17	18	93	97	101	112	114	119
20	12	14	13	66	68	68	78	82	81
21	19	22	21	88	91	93	107	113	114
22	15	16	16	70	73	71	85	89	87
23	18	21	21	86	90	90	104	111	111
24	16	18	17	69	71	74	85	89	91
25	20	20	22	106	108	111	126	128	133
26	18	21	20	96	96	97	114	117	117
27	16	17	18	96	97	99	112	114	117
28	19	19	20	74	79	73	93	98	93
29	19	19	20	101	103	104	120	122	124
30	16	17	16	91	94	93	107	111	109

**Tabla 3: Puntuaciones medias (x) y desviaciones estándar (SD) en la escala POI (grupo experimental)**

	Tc			I			Tc + I		
	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post
x	17,133	18,133	18,600	85,133	86,600	88,000	102,267	105,600	106,600
SD	2,100	2,200	2,473	13,174	13,059	13,964	14,621	14,192	15,615

En investigaciones anteriores (Kanpp, 1971), se menciona que las dos escalas principales del POI (Tc; I), proporcionan una evaluación significativa de la autorrealización, dados los altos coeficientes de fiabilidad y validez que se han obtenido con estas dos escalas del POI. Así mismo, la suma de ambas escalas (Tc + I) ha sido frecuentemente utilizada como una medida global de la autorrealización.

En una revisión de todas las Tesis Doctorales, producidas en EE UU en el periodo de 1971 a 1996 (Castanedo, 1998), el POI fue el instrumento de medida más utilizado: en 10 Tesis de un total de 136. Un dato aún más convincente de la aceptación recibida por este instrumento de diagnóstico, en medios académicos, es el siguiente: en EE UU desde su aparición en 1966 hasta 1978 el POI se había utilizado en 486 Tesis Doctorales (Shostrom, 1987, pp. 42-56).

**Procedimiento**

El autor (facilitador) siguió los principios de la Terapia Gestalt, centrándose en incrementar el darse cuenta de los participantes en su entorno y en el presente, el aquí y el ahora. Además, en el Taller se enfocó el incremento del auto-soporte y la responsabilidad; cerrar los asuntos inconclusos o Gestalt en incompletas del pasado; incrementar el fluir de la energía vital; y lograr la unidad mente-cuerpo. El facilitador del Taller «trabajó» con las personas del grupo que voluntariamente lo solicitaban. Una de las técnicas más utilizadas fue la silla vacía; la focalización se movía de una persona a otra a medida que las necesidades individuales o la energía del sistema grupal lo requería. No se utilizaron ejercicios estructurados.

**RESULTADOS**

Los resultados de este estudio fueron tabulados para cada sujeto de ambos grupos (experimental y control) en el pretest (antes de iniciar el Taller), postest (tres días después de finalizado), y post-postest (tres meses después), en las escalas Tc e I, y la suma de ambas (Tc + I).

Las Tablas 1 y 2 presentan las puntuaciones de los sujetos del grupo experimental y del grupo control en las escalas Tc, I, y Tc + I, en el pre, post, y post-post.

Las Tablas 3 y 4 reflejan las puntuaciones medias (x) y las desviaciones estándar (SD) de cada uno de los dos grupos, en los tres momentos de la evaluación (pre, post, post-post).

La Tabla 5 presenta las diferencias en las puntuaciones x y SD entre grupo control y experimental, respectivamente, en Tc, I, y Tc + I.

Se utilizó el paquete estadístico STATS de ordenador (Hernández, Fernández, y Baptista, 1991), para determinar la significación de los resultados se eligió la prueba estadística T de Student con un nivel de significación de .01.

En el pretest del grupo control, la puntuación x de la escala TC fue de 17,1 y la SD de 2,1. En el grupo experimental fue x = 16,6; y SD = 1,9. Comparando ambas medias no se obtienen diferencias signi-

ficativas (t= .629), lo que equivale a afirmar que los dos grupos son equivalentes en cuanto a la autorrealización se refiere.

Comparando (Tabla 4), el grupo control con el grupo experimental, las puntuaciones x de las tres mediciones (Tc, I, Tc + I), con los tres post (18,1 vs. 19,2, sin diferencia significativa; 86,6 vs. 103,6, t = 5,6; y 105,6 vs. 122,8, t = 5,2) se obtienen diferencias significativas, a nivel de .01, en la segunda (I) y la tercera (Tc + I). Diferencias que se mantienen comparando las puntuaciones medias de los dos grupos, en las dos mediciones (I, Tc + I) del postest (88,0 vs. 104,4, t = 5,1; 106,6 vs. 124,4, t = 5,0. Además, se da una diferencia significativa comparando las puntuaciones medias del grupo control y experimental en la escala (Tc) del post-post (18,6 vs. 20,0, t = 2,6), diferencia que como ha sido mencionado no se daba en el postest. En consecuencia, se puede deducir a la vista de estos resultados que tres días después de finalizado el Grupo de Encuentro, este no tiene efectos sobre los participantes, para incrementar las habilidades de vivir en el presente. Sin embargo, esta afirmación con apoyo empírico se modifica en el post-post (tres meses después de finalizada la experiencia), lo que sugiere que la Competencia en el Tiempo (Tc) requiere un tiempo antes de asentarse en los participantes de los Grupos de Encuentro.

Se pueden atribuir los cambios, en las puntuaciones de la escala POI (variable dependiente), a la variable independiente: el Grupo de Encuentro de orientación gestáltica.

**CONCLUSIÓN**

Este estudio concluye que la experiencia del Grupo de Encuentro facilita a los

**Tabla 4: Puntuaciones medias (x) y desviaciones estándar (SD) en la Escala POI (grupo experimental)**

	Tc			I			Tc + I		
	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post	Pre	Post	Post-post
x	16,667	19,200	20,000	93,067	103,600	104,467	109,800	122,800	124,467
SD	1,952	3,743	1,254	11,554	8,919	9,732	12,929	9,994	10,663

TEMES D'ESTUDI

Tabla 5: Diferencias de puntuaciones medias entre el grupo control (C) y el grupo experimental (E)

Grupo	Tc		I		Tc + I	
	Post	Post-post	Post	Post-post	Post	Post-post
C:						
x	18,1	18,6	86,6	88,0	105,6	106,6
SD	2,2	2,4	13,0	13,9	14,1	15,6
E:						
x	19,2	20,0	103,6	104,4	122,8	124,4
SD	3,7	1,2	8,9	9,7	9,9	10,6
t	NS	2,6**	5,6**	5,1**	5,2**	5,0**

\*\*p<.01

participantes cambios positivos significativos en los niveles de estar Orientado hacia si mismo (I), pocos días después de finalizada la experiencia. Cambios que no solamente persisten con el tiempo (follow-up tres meses después de finalizado el Grupo de Encuentro), sino que también se extienden a otra de las escalas que mide el estar orientado en el presente (Tc).

La autorrealización de la persona correlaciona con ser Competente en el manejo de tiempo (Tc). Esta correlación positiva se explica así en palabras de Shostrom (1968):

*«Tal vez la razón descansa en el hecho de que una persona autorrealizada vive más en el presente y confía más en su propio autosoporte que la persona que vive más en el pasado o futuro... Los problemas existen en el aquí y el ahora... y las soluciones se encuentran en el aquí y el ahora. Podemos recordar el pasado, anticipar el futuro, pero vivimos únicamente en el presente. Incluso cuando revivimos el pasado lo hacemos en el presente.»* (Shostrom, 1968, pp. 56-57).

La persona que se autorrealiza vive plenamente en el presente, utiliza el pasado y el futuro para hacer que el presente tenga un mayor significado. Comprende que la memoria y las expectativas son conductas del presente. En consecuencia, la figura es el presente que tiene como fondo el pasado y el futuro.

Para Shostrom (1968) la persona Orientada hacia si misma (I), que utiliza el autosoporte, ha incorporado muy pronto en su vida (infancia) un giroscopio que funciona dirigido por las influencias ejercidas por los padres y otras figuras signi-

ficativas. La persona Dirigida hacia los otros, desarrolla un sistema de radar que recibe señales de un círculo de personas más extenso que el de sus padres. El riesgo de la persona que busca el excesivo soporte de los otros es que manipula complaciendo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Castanedo, C. (1993). *Terapia Gestalt. El ahora y el cómo*. En C. Castanedo (Coord.). *Seis enfoques psicoterapéuticos*. (pp. 237-293). México, DF: Manual Moderno.

Castanedo, C. (1997a). *Terapia Gestalt. Enfoque centrado en el aquí y el ahora*. Barcelona: Herder. 4º ed.

Castanedo, C. (1997b). *Grupos de Encuentro en Terapia Gestalt*. De la «silla vacía» al círculo gestaltico. Barcelona: Herder. 3ª ed.

Castanedo, C. (1998). *La investigación en Terapia Gestalt: 26 años de Tesis Doctorales (1971 -1996)*. Ponencia presentada en el Primer Congreso Nacional de Terapia Gestalt. AETG. Barcelona, 22-25 octubre.

Damm, V.J. (1972). Overall measures of self-actualization derived from the Personal Orientation Inventory: A replication and refinement study. *Educational and Psychological Measurement*, 32, 485-489.

Foulds, M.L., y Hanigan, P.S. (1975). Gestalt marathon group: Does it increase self-actualization? *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 11, 426-431.

Guinan, J.F., y Foulds, M.L. (1970). The marathon group: Facilitator or personal growth? *Journal of Counseling Psychology*, 17, 145-149.

Hannigan, P.S. (1975). An investigation of the comparative effects of a 16 hour and a

24 hour Marathon Gestalt Workshop on a measure of self-actualization. Tesis Doctoral, University of Toledo, EE UU.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (1991). *Metodología de la investigación*. México, DF: McGraw-Hill

Kilball, R., & Gelso, C.J. (1974). Self-actualization in a Marathon Group: Do the strong get stronger? *Journal of Counseling Psychology*, 21, 32-42.

Knapp, R.R. (1971). *The measurement of self actualization and its theoretical implications*. San Diego: Educational and Industrial Testing Service.

Maslow, A.H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper.

Maslow, A.H. (1962). *Toward a psychology of being*. Princeton: Van Nostrand.

Maslow, A.H. (1971). *Press. The farther reaches of human nature*. New York: Viking

Perls, F. (1947). *Ego, hunger and aggression*. London: Allen & Unwin.

Perls, F. (1969). *Gestalt Therapy Verbatim*. Moah, UT: Real People Press.

Perls, F. (1973). *The Gestalt approach and eye witness to therapy*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.

Rogers, C.R. (1961). *On becoming a person*. Boston, MA: Houghton Mifflin.

Rogers, C.R. (1963). *The fully functioning person. Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 1, 17-26.

Salama, H., y Castanedo, C. (1991). *Manual de psicodiagnóstico, intervención y supervisión para psicoterapeutas*. México, DF: Manual Moderno.

Shostrom, E.L. (1966). *Manual. Personal Orientation Inventory*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.

Shostrom, E.L. (1968). *Man, the Manipulator. The Inner Journey from Manipulation to Actualization*. New York: Bantam.

Shostrom, E.L. (1987). *Manual. Personal Orientation Inventory. An inventory for the Measurement of Self-Actualization*. San Diego, CA: EdITS.

Yelasco Lafarga, Ma G. (1992). *Medición del cambio en los grupos de encuentro*. En J. Lafarga y J. Gómez (Comps.). *Desarrollo del potencial humano. Aportaciones de una psicología humanista*. (Vol. 4. pp. 134-139). México, DF: Trillas.