

TRABAJO FINAL DE LA ESPECIALIDAD EN APLICACIÓN DEL ANÁLISIS EXISTENCIAL Y LOGOTERAPIA

ALGUNAS PATOLOGÍAS DEL SIGLO XXI TOMANDO COMO BASE LAS PATOLOGÍAS PROPUESTAS POR VIKTOR FRANKL EN SU ÉPOCA

Castellón Ch. Ana María
Cisneros P. Daniel
Neuenschwander S. Verónica

Tabla de contenido

<i>TRABAJO FINAL DE LA ESPECIALIDAD EN APLICACIÓN DEL ANÁLISIS EXISTENCIAL Y LOGOTERAPIA.....</i>	<i>1</i>
Resumen	3
Summary	3
Palabras clave	4
Introducción	4
Contexto histórico de Frankl	4
Influencia del pensamiento de Viktor Frankl	6
Contexto actual.....	6
Definiciones básicas	7
Patologías en el campo de la salud mental en los siglos XX y XXI	7
Neurosis colectiva según Viktor Frankl.....	9
¿Aumento de la frecuencia en enfermedades neuróticas?.....	9
Justificación del trabajo	10
Las cuatro actitudes ante las patologías del siglo XX	11
1. Actitud provisional.....	11
2. Actitud fatalista	11

3. Actitud colectivista o pensamiento conformista	12
4. Actitud fanática	12
Ciberpatología: la quinta patología	13
Objetivos.....	14
Fases del trabajo	15
Discusión.....	15
Actitud provisional en nuestra época:	16
Actitud fatalista ante la vida en nuestra época	20
Actitud colectivista en nuestra época	21
Actitud fanática en nuestra época.....	25
Consecuencia inmediata de las cuatro patologías	27
Ciberpatología: la patología de la época	28
Orígenes y evolución de la ciberpatología	28
Respuesta de la logoterapia a las patologías del siglo XXI.....	30
Conclusión	31
<i>Bibliografía.....</i>	33

Resumen

Las descripciones hechas por Viktor E. Frankl acerca de algunas patologías de su época, siguen siendo un referente en el campo de la salud mental para comprender, desde una perspectiva existencial, los rasgos principales de determinados trastornos o comportamientos. A la vez, nos orientan para tener una perspectiva más clara e integral de nuevas patologías que con el paso de los años y el avance tecnológico han ido proliferando en la población mundial. Este ha sido el motivante principal para el siguiente trabajo, en el cual se revisarán las cuatro actitudes que se presentan en las neurosis colectivas del siglo XX planteadas por Frankl; para tratar de comprender cómo se viven hoy en día, en el siglo XXI. Por otro lado, las descripciones hechas por el fundador de la logoterapia servirán de base para analizar si la vida contemporánea y el avance tecnológico han suscitado nuevas patologías en el campo de la salud mental y cómo estas se podrían comprender desde la perspectiva frankleana. Para ello se revisará bibliografía actual de distintos logoterapeutas, tomando como base el libro “Logoterapia y Análisis existencial hoy” de Alexander Batthyány y Elisabeth Lukas, de modo que ésta nos ayude a profundizar y comprender aquellos desafíos que se presentan actualmente en el campo de la salud mental.

Summary

The descriptions made by Viktor E. Frankl about some pathologies of his time remain a reference in the field of mental health to understand, from an existential perspective, the main features of certain disorders or behaviors. At the same time, they guide us to have a clearer and more comprehensive perspective of new pathologies that have been proliferating with technological advancement in the world population over the years. This has been the main motivation for the following work, in which the main pathologies of the 20th century proposed by Frankl will be reviewed, to try to understand how they are experienced today in the 21th century. On the other hand, the descriptions made by the founder of Logotherapy will serve as a basis to analyze if contemporary life and technological advancement have led to new pathologies in the field of mental health and how these could be understood from the Franklean perspective. To do this, current bibliography from different logotherapists will be reviewed, taking as a basis the book "Logotherapy and Existential Analysis Today" by Alexander Batthyány and Elisabeth

Lukas, so that it helps us to delve deeper and understand those challenges that currently arise in the field of mental health.

Palabras clave

Logoterapia, patologías, salud mental, neurosis, sentido.

Introducción

Viktor Frankl habló de “patologías del espíritu de su época” (Frankl, La psicoterapia al alcance de todos, 2005, pág. 14), evidenciando cuatro actitudes muy extendidas en la sociedad, dentro de la clasificación de “neurosis colectivas” (Frankl, Logoterapia y Análisis Existencial, 2018, pág. 165), sobre todo en el período posterior a la Segunda Guerra Mundial, éstas son: la provisional, la fatalista, la colectivista y la fanática. Tomando como referencia lo dicho por el creador de la logoterapia, el presente trabajo analizará estas cuatro actitudes en el contexto del siglo XXI, además de profundizar en una quinta patología descrita por Batthyány y Lukas en su libro “Logoterapia y Análisis Existencial hoy”.

A lo largo de nuestro trabajo usaremos las palabras sentido y significado como sinónimos, pues en el lenguaje popular así se utilizan comúnmente, sin embargo, existe una pequeña diferencia, pues la palabra significado se entiende como algo más universal, mientras que la palabra sentido se utiliza de manera más individual. En la bibliografía consultada, a veces se utilizan estas palabras como sinónimos y otras veces con esa diferencia que hemos mencionado.

Pero, antes de profundizar más en el tema, es importante situarnos en el contexto histórico en que Frankl vivió y desarrolló lo que hoy conocemos como Logoterapia y Análisis Existencial.

Contexto histórico de Frankl

El creador de la Logoterapia vivió en un periodo de importantes conflictos y cambios sociopolíticos. La Primera Guerra Mundial, con sus devastadores impactos y el colapso de los imperios europeos, generó un ambiente de incertidumbre y desesperación. Posteriormente, la Segunda Guerra Mundial sumió al mundo en un conflicto aún más destructivo, con la persecución y exterminio de millones de personas por el régimen nazi y la detonación de las bombas nucleares de Hiroshima y Nagasaki. Estos eventos

históricos influyeron profundamente en la vida y trabajo de Frankl, llevándolo a desarrollar la teoría que venía elaborando, sobre la importancia de encontrar sentido y propósito en medio del sufrimiento. Frankl también experimentó de primera mano la deshumanización en los campos de concentración nazis, lo que reforzó su convicción de que incluso en las circunstancias más extremas, los individuos aún tienen la capacidad de encontrar significado en sus vidas (Ottawa Institute of Logotherapy, 2024).

En el contexto histórico mundial, durante la vida de Viktor Frankl, se destacan eventos significativos como la Primera y la Segunda Guerra Mundial, la Gran Depresión, el surgimiento de regímenes totalitarios en Europa, la Guerra Fría y los avances tecnológicos y científicos del siglo XX. Todo esto conformó un periodo de incertidumbre y cambios acelerados que marcaron profundamente al mundo en los años posteriores al conflicto. (Vilatella, 2024) Estos sucesos tuvieron un impacto profundo en la sociedad y la mentalidad colectiva, influyendo en el enfoque de Frankl hacia la búsqueda de sentido y la resiliencia en tiempos de adversidad. Además, la devastación causada por los conflictos y la opresión política en Europa motivó a Frankl a promover la importancia de la libertad individual y la responsabilidad personal como elementos fundamentales para la búsqueda de la felicidad y el bienestar psicológico (Velásquez, 2007).

En el contexto de los avances científicos del siglo XX, la psicología y la psiquiatría experimentaron un cambio notable con la aparición de enfoques como el conductismo, el psicoanálisis, la psicología humanista y la psicología transpersonal. Estos enfoques no solo ampliaron la comprensión de la mente humana, sino que también ofrecieron nuevas herramientas y perspectivas para el tratamiento de trastornos mentales. En particular, el enfoque humanista hizo hincapié en la importancia de la autorrealización y la búsqueda de significado en la vida, lo que marcó un cambio significativo en la forma en que se abordaban los trastornos mentales (Farina, 2023). Todo esto influyó en el desarrollo de la psicoterapia y la psiquiatría durante la vida de Viktor Frankl, quien se dedicó a estudiarlos y analizar las limitaciones de estas corrientes y desde allí elaborar una propuesta nueva.

Este ambiente de cambio e inestabilidad tuvo un impacto significativo en la psique colectiva de la población europea, marcando un antes y un después en la percepción del mundo y la vida diaria. Este escenario de transformación y confrontación ideológica fue el telón de fondo en el que Frankl desarrolló su teoría sobre el sentido en la vida y la importancia de encontrar propósito y significado incluso en las circunstancias más desafiantes. La obra de Frankl fue un grito de rebelión ante la oscuridad que se cernía en Europa y el mundo, diciendo “a pesar de todo sí a la vida” (Frankl, A pesar de todo, sí a

la vida, 2016). Así también, le permitió profundizar en lo que llamaría “neurosis colectivas” o “patologías de la época”, las cuales serán ampliamente abordadas en este trabajo.

Influencia del pensamiento de Viktor Frankl

Viktor Frankl fue prisionero en cuatro campos de concentración, donde pudo vivir en carne propia varias situaciones límites, además de llevar a la propia existencia la teoría que venía desarrollando acerca del sentido como aquello capaz de mover al hombre a pesar de cualquier circunstancia (Frankl, El hombre en busca de sentido, 2003). La teoría del sentido de Frankl ha demostrado ser una influencia duradera en el campo de la psicología, tanto en la terapia individual como en la terapia de grupo. Sus ideas continúan siendo discutidas y aplicadas en diversas áreas, desde la psicología clínica hasta la psicología social. La noción de encontrar sentido en la vida a través del sufrimiento ha demostrado ser especialmente relevante en tiempos de crisis y trauma. Además, individuos de diversas disciplinas han encontrado inspiración en la obra de Frankl, aplicando sus enseñanzas en campos tan diversos como el liderazgo empresarial, la educación y la filosofía práctica (Yalom, 1980, pág. 17).

La recapitulación hecha hasta aquí revela la estrecha relación entre el contexto social y político de la época de Viktor Frankl y el desarrollo de su teoría del sentido. La cultura de Viena y las experiencias personales del padre de la logoterapia, como sobreviviente del Holocausto, desempeñaron un papel crucial en la formación de sus ideas. Su legado se mantiene vigente en la psicoterapia moderna, proporcionando esperanza y orientación a través de la búsqueda de significado, y sigue siendo una inspiración para profesionales y académicos en la consejería y la atención de la salud mental. Frankl desafía la noción de la felicidad como objetivo final, proponiendo en su lugar la importancia del significado y el propósito para la salud mental y el bienestar emocional (Frankl, Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia, 2012, pág. 15)., destacando su libro "El hombre en busca de sentido" como un pilar en la difusión de estos enfoques humanistas y existenciales a nivel internacional.

Contexto actual

Es evidente que las cosas han cambiado radicalmente entre la Viena de las guerras mundiales y el mundo globalizado del siglo XXI. La época contemporánea se ve marcada

por la inmediatez y facilidad para alcanzar casi cualquier cosa, lo cual ha traído un relajamiento en las costumbres y los valores que pareciera marcada por la idea de que se tiene “derecho a ser feliz”, es decir a todo lo bueno y lo agradable, en contraposición con la felicidad de la que hablaba Frankl. De hecho, esta generación ha dejado de responder a lo que la vida le interpela, para pasar a ser cuestionadores de la vida (Batthyány, A.; Lukas, E., 2022, pág. 33).

De manera global, se podría decir que lo que caracteriza a los jóvenes de hoy es la actitud de “hago lo que me da la gana”. Según afirma Javier Ezlo, nunca como en este tiempo se ha visto una generación que quiera crear todas sus reglas. Esto se debe a que la sociedad ya no tiene un modelo referencial que mostrar y en el cual sostenerse (Ezlo, 2015, pág. 29).

Además, se podría agregar que este factor podría ser la causa de distintas actitudes que encontramos comúnmente en la sociedad de hoy: falta de responsabilidad y una creciente falta de gratitud, una incapacidad de enfrentar aquello inevitable y un egocentrismo tan grande que aleja los sentimientos naturales de compasión y preocupación por los demás, así como una creciente exigencia, pérdida de tolerancia y aun aumento de la mentira y autoengaño (Batthyány, A.; Lukas, E., 2022, pág. 33; 36).

Definiciones básicas

Antes de adentrarnos en el meollo del trabajo, consideramos importante definir algunas nociones básicas, para comprender dónde nos situamos al hablar tanto de patologías como en lo que Frankl definió como neurosis colectivas.

Patologías en el campo de la salud mental en los siglos XX y XXI

El término “patología”, sinónimo de anatomía patológica, tiene dos raíces, la palabra deriva del griego pathos y logos, que significan “enfermedad” y “estudio de”, respectivamente (Rodríguez, s.f.).

El diccionario de la Real Academia Española (RAE) le atribuye al concepto de patología dos significados: uno lo presenta como la rama de la medicina que se enfoca en las enfermedades del ser humano y, el otro, como el grupo de síntomas asociadas a una determinada dolencia. (Española, 2024) La patología, dicen los expertos, se dedica a estudiar las enfermedades en su más amplia aceptación, como estados o procesos fuera

de lo común que pueden surgir por motivos conocidos o desconocidos (Definición.de, s.f.).

La patología ha sido fundamental en la medicina desde sus inicios en el siglo XVIII, ya que se encarga de estudiar la vida en su forma anormal. A pesar de los avances tecnológicos en diagnósticos y la identificación de causas, sigue siendo esencial en la práctica médica y es crucial para diagnosticar diversas enfermedades.

La patología evidencia que algo no está funcionando bien. Esto, que podría parecer tan evidente, da muchas pistas acerca de la sociedad y el contexto en el que los trastornos se desarrollan y cobran fuerzas. Los eventos que afectan a la población en general, pueden causar que distintos trastornos mentales se generalicen, por lo que se puede hablar de “patologías de cada época”.

Lo curioso de nuestro tiempo es que, paradójicamente, gracias a los avances tecnológicos y científicos, nos encontramos con un ser humano cuyo dimensionamiento de los problemas cotidianos y vitales muchas veces desencadena en una depresión, trastornos de ansiedad o crisis personal.

Queremos aclarar que sería un reduccionismo relacionar las patologías que se expondrán, exclusivamente con una época determinada, pues a lo largo de la historia de la humanidad se podría encontrar vestigios de las mismas. A pesar de que resulta difícil realizar un análisis epidemiológico en el campo de la salud mental, es significativo encontrar una predominancia de ciertos trastornos mentales relacionados a determinadas épocas por los problemas que tienen que ver con las adversidades ambientales que afectan a la población (Martínez, 2014, pág. S47).

No cabe duda que las circunstancias mundiales han variado mucho del siglo XX al XXI, por lo que cabe preguntarse si las patologías del siglo pasado corresponden con las del presente. Tomando como referencia las cuatro categorías en las que Frankl categorizó las patologías del espíritu de su época, Batthyány y Lukas se atreven a agregar una quinta actitud, en la que el miedo ya no es un factor central (Batthyány, A.; Lukas, E., 2022, págs. 29-35). Lukas ha relacionado esta quinta patología con la influencia de las herramientas cibernéticas que hoy en día se encuentran a la mano de todos (Batthyány, A.; Lukas, E., 2022, pág. 36)

Para profundizar en nuestro objeto de estudio, hay que comprender lo que propone Viktor Frankl acerca de las patologías más comunes de su época como la neurosis de ansiedad, la neurosis obsesiva y la histeria. Podríamos centrarnos también en otras patologías como obsesiones, trastornos bipolares, fobias, etc. sin embargo, no es el

objetivo del presente trabajo evaluar los detalles de las patologías del siglo XXI, sino profundizar en las neurosis colectivas del siglo XX, cuál fue la propuesta de clasificación hecha por Frankl y cuánto en común podría tener una quinta actitud propuesta por Batthyány y Lukas.

Neurosis colectiva según Viktor Frankl

Para comprender lo que Frankl entiende por “neurosis colectiva” y poder así entrar en las cuatro actitudes que responden a las patologías de su época, hemos tomado como referencia las propias descripciones del fundador de la logoterapia, de su libro “Teoría y terapia de las neurosis” en el capítulo nueve llamado precisamente “Neurosis Colectivas” (Frankl, Teoría y terapia de las neurosis, 1992, pág. 146), así como en el libro “Logoterapia y Análisis existencial” en el capítulo dos de la segunda parte, llamado “Análisis existencial como terapia de las neurosis colectivas” (Frankl, Logoterapia y Análisis Existencial, 2018, pág. 321).

En primer lugar, la neurosis es definida como una enfermedad psicógena. Éstas pueden entenderse en un sentido paraclínico, entre las que estarían comprendidas las neurosis colectivas, a las que define como “cuasineurosis”. Estas neurosis no han crecido hasta venir a ser colectivas, y no implican sólo un conflicto psíquico, sino también espiritual y ético, por ejemplo, cuando un conflicto de conciencia se deriva en una neurosis que puede ser tratada como una neurosis noógena. Para ejemplificar esto, Frankl muestra que un fanático político, por ejemplo, al ser capaz de escuchar la voz de su conciencia o sufrir a causa de ella, puede ser capaz de dar el salto de conciencia necesario que lo llevará a superar la neurosis colectiva.

Según el autor, estas neurosis se pueden clasificar en cuatro actitudes que se describirán más adelante, pero que vale la pena dejar mencionadas: actitud provisional, fatalista, colectivista y fanática.

¿Aumento de la frecuencia en enfermedades neuróticas?

Para cumplir con el objetivo de nuestro trabajo y saber si podrían surgir nuevas actitudes en las neurosis colectivas ante las distintas épocas, encontramos la necesidad de determinar si la época contemporánea y el frenesí de la vida pueden traer un cambio o aumento en las neurosis y el sentimiento de angustia en general. La respuesta la

encontramos en el mismo Frankl, quien hace un exhaustivo análisis en su libro “Teoría y terapia de las neurosis”, cuyo capítulo nueve sintetizamos a continuación (Frankl, Teoría y terapia de las neurosis, 1992, págs. 142-147):

Frankl cita a varios autores de la época, incluido Freud, para demostrar que no existe un aumento en las neurosis de la época sino sólo un aumento en la necesidad de acudir a psicoterapia. Un mayor conocimiento acerca de las enfermedades mentales ha hecho que el cuadro clínico y la sintomatología de las neurosis y psicosis han cambiado, pero no por ello es correcto afirmar que el ritmo acelerado de la vida moderna sea causa de un aumento de esta patología. Frente a esta evidencia, el autor de la logoterapia propone la frustración existencial como la mayor causa de neurosis colectiva y sentimientos de angustia del siglo XX. Esta frustración se manifiesta de diversas maneras, incluyendo la neurosis del domingo, el aburrimiento y el suicidio; lo cual se intenta enmascarar con la búsqueda de poder, placer o trabajo. De modo que el llevar una vida acelerada sería la consecuencia de que el hombre haya ido perdiendo sus valores hasta caer en una profunda crisis de sentido.

En concordancia con lo expuesto por Frankl, nos parece correcto afirmar que no ha habido un aumento en lo que entendemos por trastornos neuróticos, tampoco en el siglo XXI, sino que el hombre de hoy se mantiene en esa frustración existencial y sensación de vacío, lo cual, al igual que en el siglo pasado le lleva a evadir su responsabilidad y a confundir la libertad con un creciente libertinaje. A esto se le debe incluir el hecho de que la era digital ha puesto en las pantallas que todos tenemos en la mano, un nuevo medio de evasión, por lo que, sin contradecir al padre de la logoterapia, nos unimos a la propuesta de su discípula principal, Elisabeth Lukas, ante la afirmación de que la *Ciberpatología* podría representar una nueva patología de la época (Batthyány, A.; Lukas, E., 2022, pág. 36).

Justificación del trabajo

Coincidiendo con la exposición, hecha en los apartados cinco y seis del primer capítulo, de Batthyány y Lukas en su libro “Logoterapia y Análisis Existencial hoy”, creemos que las cuatro patologías planteadas por Frankl se viven actualmente, pero de otra manera, con otras manifestaciones, porque la época ha cambiado, sobre todo a nivel de uso de tecnología. Para evitar que la logoterapia se “fossilice”, quedándose limitada a lo dicho por su autor, nos parece importante apoyar los trabajos que desarrollen aquello

que ya ha sido expuesto por Frankl y lo lleven a contextos actuales. Es por eso que esta publicación de Batthyány y Lukas resulta de tanto interés y puede ser un motivante para quienes nos sumergimos en el mundo de la logoterapia, a continuar con la labor que Viktor Frankl comenzó.

A continuación, y para alcanzar los objetivos de este trabajo, expondremos las cuatro actitudes en las que Frankl clasificó las neurosis colectivas de su época:

Las cuatro actitudes ante las patologías del siglo XX

En la Conferencia en la universidad de Princeton (Frankl, Psicoterapia y existencialismo, 2001, pág. 119) Viktor Frankl habló sobre las neurosis colectivas y cómo afectan a la sociedad en su conjunto. Explicó que estas neurosis surgen cuando la sociedad prioriza el confort y el éxito material por encima de los valores espirituales y la búsqueda de sentido en la vida. Frankl destacó la importancia de buscar el sentido de la vida como una forma de prevenir y superar las neurosis colectivas, dejando así en evidencia la relación inversamente proporcional de las neurosis colectivas y las neurosis noógenas (Frankl, Logoterapia y Análisis Existencial, 2018, pág. 165).

Frankl se atreve a afirmar que las neurosis colectivas de su época están caracterizadas por cuatro síntomas que exponemos a continuación según sus propias descripciones:

1. Actitud provisional

Abandonando la planificación del futuro o la organización de la propia existencia en torno a un propósito bien definido, parecería que el hombre del siglo XX sólo vive “al día y para el día” (Frankl, Teoría y terapia de las neurosis, 1992, pág. 146) , sin ser conciente de lo que se pierde y preocupado “mirando de soslayo a la futura bomba atómica” (Frankl, Logoterapia y Análisis Existencial, 2018, pág. 165)

2. Actitud fatalista

Esta actitud, al igual que la anterior es también provisional y se da en quienes no toman el futuro en sus manos, ni quieren actuar sobre su propio destino porque piensan que “nada sería posible en lo absoluto” ya que habría poderes del destino (un tanto supersticiosos) que se encargarían de determinar las cosas (Frankl, Teoría y terapia de las

neurosis, 1992, pág. 146). La diferencia con la actitud provisional es que, mientras el primero cree que no es necesario tomar las riendas de su vida, el segundo no cree que sea posible hacerlo (Frankl, Logoterapia y Análisis Existencial, 2018, pág. 165).

3. Actitud colectivista o pensamiento conformista

A quienes se sumergen en esta actitud, les basta pasar por la vida desapercibidos y sumergidos en la masa para perderse a sí mismos y de este modo evitar la responsabilidad. Aquí se nota claramente la influencia de la situación histórica, especialmente en los países del Este Europeo, por la cual se pierde de vista a la persona como individuo único e irrepetible. Es decir que el hombre es “incapaz de captarse a sí mismo y a los demás en cuanto personas” (Frankl, Teoría y terapia de las neurosis, 1992, pág. 146)

4. Actitud fanática

Esta actitud también se ve muy marcada como una “patología de la época” si nos situamos en el contexto histórico de los grandes regímenes totalitarios y la fuerza que tuvo la Unión Soviética. En contraposición con la actitud anterior, el fanático no ignora su personalidad, sino la del otro que piensa distinto que él (Frankl, Logoterapia y Análisis Existencial, 2018, pág. 165). Al fanático no le interesa atender a ninguna opinión distinta a la suya (aunque en verdad carece de opinión propia y simplemente expresa la opinión pública que ha asumido), es decir, a quien tiene esta actitud “lo único que le importa es su propia opinión” (Frankl, Teoría y terapia de las neurosis, 1992, pág. 146)

Muchos comportamientos humanos, atribuidos a una época y a un contexto concretos, persisten en la actualidad sin recibir un tratamiento demasiado diferente al prescrito por Frankl en los años cincuenta del pasado siglo. En concreto, nos referimos a patologías tales como la despersonalización, la masificación, el conformismo, la falta de sentido, entre otras. Pero, antes de ahondar en este asunto vale la pena cuestionarse si las patologías siguen siendo las mismas o han evolucionado o cambiado con el paso del tiempo.

Ciberpatología: la quinta patología

Tomando como referencia el desarrollo de la logoterapia en este tiempo, en concordancia con Lukas y Batthyány (Batthyány, A.; Lukas, E., 2022, págs. 29-42), se ha identificado un nuevo síndrome colectivo que surge de la combinación de muchas posibilidades y una disminución del sentido de responsabilidad. Personas con seguridad económica muestran una actitud exigente hacia la vida y los demás, pero a su vez carecen de reconocimiento de lo bueno y no aceptan los aspectos negativos de la existencia. Esta falta de respeto por lo que tienen y por lo que deben a la vida y a los demás es el reflejo de un desequilibrio entre la libertad y la responsabilidad.

Este nuevo síndrome se distingue por un temor al futuro y a la amenaza, por lo que puede ser analizado desde las cuatro actitudes ya descritas por Frankl. Las personas afectadas por la mentalidad provisional no se comprometen con nada ni nadie porque temen que todo pueda desaparecer en cualquier momento. La mentalidad fatalista cree en la imposibilidad de luchar contra el destino y el miedo en el fatalista proviene de la creencia en un destino inevitable y supersticiones como símbolos de mala suerte. El pensamiento colectivista simplifica y estereotipa, el miedo en este contexto se relaciona con la idea de un enemigo, aquellos con ideales o rasgos diferentes al propio grupo. La mentalidad fanática se caracteriza por el miedo a las dudas y a la validez de otras opiniones, lo que lleva a reafirmar radicalmente las propias creencias, el miedo se vuelve secundario, ya que se percibe una falta de preocupación frente a la libertad y la responsabilidad, esta actitud existencial busca evitar los desafíos y las pruebas de la vida.

Según encuestas, la mentalidad actual se caracteriza por la exigencia y la falta de gratitud, capacidad de aceptar el destino, compasión y disposición para asumir responsabilidades. La falta de responsabilidad parece ser un denominador común en las actitudes preocupantes de la época.

E. Lukas, destaca la importancia de abordar la *ciberpatología* como una quinta corriente preocupante del espíritu de la época en la sociedad actual. Se refiere a la adicción colectiva a la tecnología. E. Lukas identifica características comunes en los adictos, como una actitud exigente, escasa gratitud, falta de responsabilidad y propensión al engaño y autoengaño. Los adictos son conscientes de que su adicción los está perjudicando a nivel humano, psíquico, social y económico, pero les falta la fuerza para detenerse. Por otro lado, no valoran adecuadamente su propia vida y los recursos que tienen a disposición.

En resumen, E. Lukas destaca la importancia de abordar la ciberpatología como un problema real en la sociedad actual, enfatizando la necesidad de abordar la adicción a la tecnología y promover una mayor reflexión y valoración de la propia vida y recursos disponibles, destacando la importancia de manejar de forma responsable las innovaciones. Se menciona que el espíritu humano es dinámico y está en constante avance, mientras que la condición humana, con sus emociones y cogniciones, puede obstaculizar dicho progreso. Se destaca la preocupación de Viktor Frankl sobre la desorientación moral en la sociedad actual, donde las tradiciones y los instintos no son suficientes para guiar a las personas en un mundo de rápidos avances tecnológicos.

Se plantea que, si la conciencia no controla adecuadamente la tecnología, esta podría convertirse en una amenaza para la humanidad. Por lo tanto, se hace un llamado a utilizar la tecnología de manera responsable y ética, evitando que se convierta en un peligro para la propia existencia.

El ciberespacio puede ser tentador al ofrecer un escape de la realidad, ya que gran parte de lo que encontramos en él es pura ficción y fingimiento. Esto puede llevar a situaciones peligrosas donde la frontera entre la fantasía y la realidad se difumina, disminuyendo la veracidad de las noticias y desviando la atención de lo importante. La conciencia de las personas se ve afectada por la influencia del ciberespacio, sumergiéndolas en un mundo donde la verdad y la ficción se entremezclan.

A pesar de los peligros, el progreso tecnológico también ofrece grandes ventajas, como el acceso instantáneo a un caudal de conocimiento y la posibilidad de comunicarse con personas en cualquier parte del mundo. Sin embargo, el uso excesivo de la tecnología puede llevar a una dependencia nociva, afectando las relaciones sociales y deteriorando la empatía y la consideración mutua entre las personas, especialmente en las generaciones más jóvenes.

Objetivos

Los objetivos de este trabajo son:

- Revisar las patologías planteadas por Viktor Frankl y ver cómo se viven hoy en día.
- Profundizar en la quinta patología (ciberpatología) propuesta por Elisabeth Lukas y su impacto en la cultura actual.
- Analizar cómo la logoterapia responde a las patologías del siglo XXI.

Fases del trabajo

Se empezó este trabajo buscando bibliografía en la que se pudiera encontrar lo que Viktor Frankl dijo sobre este tema, para esto se usaron tres libros de Viktor Frankl: “Psicoterapia y Existencialismo”, “Logoterapia y Análisis existencial” y “Teoría y terapia de las neurosis” Además, se tomó el libro “Logoterapia y Análisis existencial hoy” de A Batthyány y E Lukas para tener una actualización de la logoterapia.

Para comenzar se situó el contexto histórico y la influencia del pensamiento del padre de la logoterapia y se realizó una investigación sobre lo dicho por Frankl sobre las cuatro patologías de la época. Luego de lo cual se pasó a investigar si existía determinada continuidad con lo dicho respecto al siglo XX en el siglo XXI, o si las patologías habían cambiado. Finalmente se compararon los resultados obtenidos en la investigación con la exposición hecha por Batthyány y Lukas en su libro sobre la logoterapia hoy en día.

El conjunto de lo que hemos podido investigar y observar en nuestra práctica profesional en consulta nos ha permitido levantar una discusión contundente con los siguientes resultados y conclusión que exponemos a continuación:

Discusión

Podríamos decir que las cuatro patologías planteadas por Viktor Frankl en su época se siguen viviendo en la nuestra, pero esta vez con un rostro diferente, por un lado, vemos como:

“El mundo de hoy ofrece muchas veces mentiras que se asumen como verdades sin mucha conciencia crítica. De caer en ellas no está libre ni la gente sencilla de la calle ni tampoco las personas formadas. Poco a poco, al asumir como verdad las ideas que se proponen con fuerza a través de los medios de comunicación o el “ambiente” nos vamos distanciando del verdadero sentido que tiene la felicidad. ¿Qué nos propone la cultura actual con toda su carga de antivalores? Que el “tener”, el “poseer – placer” y el “poder” nos traen la felicidad. (Perazzo, 2016, pág. 55)

Pero depende también de la forma en la que se ha estructurado la sociedad, en palabras de Ma. Ángeles Noblejas y Gerónimo Acevedo:

“Cuando la organización socioeconómica y política de una sociedad se estructura al margen o, más aún, a expensas del *encuentro o de las relaciones de reciprocidad*, poniendo en el centro, o incluso, venerando, el dinero, la técnica, el afán de sobresalir y el poder, etc., la utilidad social que las personas pueden tener en relación con la comunidad pierde el único criterio de valor al que nunca debería renunciar: la dignidad personal. (Acevedo & Noblejas, 2021, pág. 101)

A continuación, vamos a realizar un breve análisis acerca de algunas actitudes que se viven en nuestra época y cómo éstas pueden entrar en la clasificación dada por Frankl:

Actitud provisional en nuestra época:

- Presentismo

El presente, es el punto de encuentro entre el pasado y el futuro, tiene una relevancia significativa en la logoterapia. Enfocarse en el aquí y ahora es una premisa fundamental para la búsqueda y construcción de sentido en la vida. El presente se convierte en el espacio donde la persona ejerce su libertad de elección y toma decisiones que influyen en su vida y construyen su futuro. El presente se revela como el momento en el que el ser humano puede conectarse con sus valores más profundos y dar dirección a su existencia.

Sin embargo, vemos en la actualidad que se vive un presentismo, que es esa tendencia a dar excesiva importancia al presente, relegando el pasado y el futuro. Este fenómeno se manifiesta en la sociedad actual a través de la inmediatez, la búsqueda constante de gratificación instantánea y la dificultad para proyectarse a largo plazo. Los sujetos lo quieren todo aquí y ahora, sin demora. Los deseos se deben saciar con facilidad y rapidez. El individuo posmoderno tiene poca paciencia y tiene dificultades para concentrarse. El ser humano está instalado constantemente en la incertidumbre (Fort, 2022).

Se observa en la falta de planificación y en la dificultad para postergar la satisfacción de deseos, lo que impacta en la toma de decisiones, en la vida laboral y en las relaciones interpersonales. La tecnología, si bien aporta grandes beneficios, ha propiciado un escenario en el cual la disponibilidad y la respuesta rápida son valoradas por encima de la reflexión y la profundidad. En palabras de Frankl “Al degradar el mundo a mero instrumento técnico, el ser humano acaba pasando por alto sus fines posibles y necesarios. No podemos extrañarnos, pues, del giro que tiene lugar en nuestro siglo: la reflexión sobre lo inmediato.” (Frankl, Llegará un día en el que serás libre. Cartas, textos y discursos inéditos., 2021, pág. 175). Esto impacta en la calidad de las interacciones humanas, generando estrés, ansiedad y una sensación de insatisfacción constante. Asimismo, se manifiesta en la dificultad para disfrutar y valorar el momento presente, ya que la mente está constantemente enfocada en el próximo estímulo o distracción (Colla, 2021).

- La miopía existencial

Es la incapacidad para ver más allá de uno mismo y de las circunstancias inmediatas, lo que limita la percepción de la vida en su totalidad. Es vivir en un estancamiento, falta de propósito y una elevada preocupación por la propia existencia, sin considerar el contexto más amplio. “No se tiene una visión realista de la vida, sino que se centra en problemas superficiales y carente de una comprensión profunda de la esencia de la vida.” (Pinillos Díaz, 2024)

Algunos síntomas de la miopía existencial pueden ser: emociones de vacío, falta de propósito y desesperanza en la vida. Estos síntomas pueden manifestarse de diversas maneras: conductas evitativas, adicciones, depresión, ansiedad, entre otros. Esto impacta directamente en la calidad de vida y el bienestar emocional de la persona, lo que afecta también en su actuar diario y sus relaciones con los demás.

- La exhibición continua

La exposición constante en la era digital es un fenómeno que ha ganado importancia con el auge de las redes sociales y las plataformas de streaming en tiempo real. Este comportamiento se caracteriza por la necesidad constante de compartir en vivo las actividades diarias, lo que conlleva a una exposición continua de la vida personal ante una audiencia virtual. Esta situación plantea una serie de preguntas sobre sus repercusiones psicológicas, sociales, éticas y legales, así como su influencia en la formación de la identidad en la cultura digital.

Esta práctica, potenciada por la accesibilidad tecnológica, implica una transmisión constante en vivo de experiencias, pensamientos, opiniones y eventos. La definición de esta fenómeno abarca desde la autoexpresión y autoafirmación, hasta dilemas éticos relacionados con la privacidad y el impacto en la autoimagen y la autoestima en la sociedad digital contemporánea.

Este fenómeno posibilita una conexión instantánea y genuina con la audiencia, provocando interacción en tiempo real. La transmisión en directo brinda la oportunidad de compartir experiencias, opiniones y habilidades al instante, lo que ha modificado la manera en que nos comunicamos y consumimos contenido digital.

La exhibición constante en la era digital puede tener diferentes efectos psicológicos y sociales, como el aumento de la ansiedad y la necesidad constante de validación. El impacto en la autoimagen y la autoestima puede ser significativo, ya que las personas pueden sentir la presión de mostrar una vida idealizada y obtener la aprobación de los

demás. Además, la comparación constante con imágenes idealizadas en las redes sociales puede generar sentimientos de insuficiencia y baja autoestima.

La idea de fondo atrás de esta conducta es que lo que realmente importa es transmitir en vivo lo que uno está haciendo, no importa si realmente lo sea o si más bien es algo cotidiano sin mayor significado. Sentir la presión de mantener una imagen pública siempre positiva puede provocar conflicto interno y una sensación de desconexión entre la identidad real y la proyectada. Esto plantea dudas sobre la autenticidad y la percepción de uno mismo, y cómo afecta la salud mental y bienestar emocional de quienes participan en esta exhibición constante (Hogan, 2010).

- Cultura del like

En la actualidad, la interacción en redes sociales es parte de la vida diaria, y el impacto psicológico de buscar aprobación y likes en tiempo real es muy relevante. La constante evaluación de las publicaciones y la dependencia de la respuesta inmediata pueden generar ansiedad, baja autoestima y una percepción distorsionada de la realidad. Este problema tiene implicaciones a nivel individual, social y cultural.

"La necesidad de aprobación social es una tendencia inherente a los seres humanos, que impulsa la búsqueda de reconocimiento y validación por parte de los demás. En el contexto de las redes sociales, esta necesidad se intensifica, ya que las interacciones se vuelven públicas y cuantificables a través de likes y comentarios. Esta búsqueda constante de aprobación puede generar un impacto psicológico significativo, especialmente cuando se vuelve una prioridad en la vida diaria" (Carrión, 2023)

Vivir constantemente buscando la aprobación puede tener un impacto negativo en la salud mental. "*Me vierto al público, me sitúo ante el escaparate para que todos puedan ver y conocer mi información y así obtener su me gusta*" (Acevedo & Noblejas, 2021, pág. 102).

Esto puede llevar a sentimientos de ansiedad y estrés, ya que la preocupación constante por obtener likes y aprobación en tiempo real puede generar presión y un estado de alerta elevado. Estos síntomas pueden desencadenar ansiedad y estrés crónicos, teniendo un efecto negativo en el bienestar emocional. Es crucial comprender y abordar estos efectos para promover la salud mental en un mundo digitalmente conectado.

- El yo desparramado (Manglano, 2014)

Esta actitud ha sido tomada del autor José Pedro Manglano, quien en su libro “Apertura, el arte de la infiltración” habla de diversas actitudes que se viven en el presente y nos dan la idea de seres desparramados, que van por la vida como sin nada que los contenga. Se trata de personas absorbidas por lo superficial, desvinculadas del mundo, tanto interior como exterior, que pasan por las experiencias de la vida aunque sin vivirlas en profundidad, que se aburre cuando no tiene cosas nuevas constantemente y que no es dueño de sus propios actos (Manglano, 2014, pág. 17).

Estas personas se caracterizan por ser solitarios, siendo la soledad el mayor problema que se vive actualmente. Paradójicamente podemos afirmar por la experiencia cotidiana, que la tecnología nos permite estar conectados con todo el mundo, pero el mismo hecho de que las relaciones se vivan a través de una pantalla, evita el contacto real que da paso a la verdadera intimidad. Manglano habla de distintos “tipos de personas” que encajan con estas características y los clasifica en distintos grupos (Manglano, 2014, págs. 29-39): el primer grupo se trata de personas vacías, que viven absorbidas en lo de fuera. Se trata de vidas que se quedan en la superficie, entretenidas con miles de contactos y experiencias, pero que no se abre a la profundidad de nada ni de nadie, limitándose a capturar bellos momentos con una buena foto en lugar de vivirlos y disfrutarlos en plenitud. Están también las personas egocéntricas que gozan de dirigir toda la atención hacia ellas, estas personas son expertas en la manipulación. Encontramos también a quienes el autor llama “moluscos” por ser personas que se esconden en sí mismas y crean una coraza o caparazón para evitar que el mundo y los demás puedan lastimarlos.

Asimismo, clasifica a la mayor parte de la juventud actual como seres a los que denomina “yo paso”, pues son gente que pasan de todo y se sumergen en el aburrimiento. Son quienes han perdido la capacidad de asombro y aunque puedan distraerse o divertirse en determinados momentos, se satisfacen en cierto sentido, pero sin encontrar en nada un sentido. A este grupo se le reconoce fácilmente porque ante casi cualquier asunto que deban decidir responderán “me da igual”.

Actitud fatalista ante la vida en nuestra época

- Sobredosis de positividad

El pensamiento positivo se centra en la idea de enfocarse en lo bueno, lo constructivo y lo optimista. Se trata de adoptar una mentalidad proactiva y buscar soluciones en lugar de centrarse en los problemas. En la actualidad, existe una presión social y cultural cada vez mayor para adoptar el pensamiento positivo como respuesta a todos los problemas. Busca enfocarse únicamente en promover emociones positivas, se ignora la realidad de que las personas experimentan una amplia gama de emociones, tanto positivas como negativas. Esta limitación puede llevar a desestimar las emociones negativas y presionar a las personas para mantener una actitud positiva en todo momento, esto hace que se construya una visión irrealista y poco sostenible al tratar de mantener siempre una actitud positiva.

Se ha observado una falta de empatía y distanciamiento emocional hacia aquellos que enfrentan dificultades, ya que se considera que su situación es exclusivamente responsabilidad de sus pensamientos y actitudes. Este enfoque puede contribuir a la desigualdad social y minimizar los factores estructurales que afectan la vida de las personas (Gruber, Mauss, & y Tamir, 2011).

- Esclavos de las tendencias

La historia de las tendencias culturales se remonta a tiempos antiguos, donde las sociedades ya mostraban preferencias y comportamientos que influían en el arte, la moda, la música y otras expresiones. Con el paso del tiempo, estas tendencias han evolucionado y se han transformado, adaptándose a los cambios sociales, políticos y tecnológicos.

Desde la era de las cavernas hasta la actualidad, las tendencias han reflejado la realidad de cada época, marcando así la evolución de la cultura y la sociedad en general.

Las redes sociales han cambiado completamente la forma en que las tendencias culturales se originan y se difunden en la sociedad moderna. Plataformas como Instagram, Twitter, Facebook y TikTok han creado un espacio para compartir estilos de vida, ideas, productos y opiniones a una escala masiva. A través de la viralización de contenidos, hashtags y desafíos, las redes sociales tienen la capacidad de influir en las preferencias, comportamientos y valores de las personas, generando una intensa interacción entre los usuarios y una rápida propagación de las tendencias.

La presión social para seguir las tendencias culturales puede tener un impacto significativo en la sociedad contemporánea. Muchas personas experimentan altos niveles de estrés y ansiedad al tratar de cumplir con las expectativas impuestas por la sociedad en relación con la adopción de las tendencias actuales. La presión social por seguir las tendencias puede afectar el bienestar general de las personas, ya que se sienten constantemente juzgadas y en competencia con otros. “La gran tragedia del ser hombre actual es que se siente atrapado y ahogado (“vaciado”). Los medios de comunicación cada día nos proponen héroes que son inalcanzables, pero al mismo tiempo tienen los pies de barro. No resisten el mínimo análisis serio” (Rocamora, 2017, pág. 18).

- El voluntarismo

El voluntarismo es un término que ha sido objeto de estudio e interés en varias áreas del conocimiento. Se enfoca en la importancia de la voluntad en la toma de decisiones y la realización de acciones. Este enfoque destaca el papel activo de la voluntad de las personas en la configuración de su vida y en su influencia en su entorno. Por lo tanto, el voluntarismo es un tema relevante en la filosofía, ética, psicología, educación y reflexión sobre la vida humana.

El voluntarismo puede llevar a una visión simplista y reduccionista de la vida y la conducta humana, al centrarse en la voluntad como el único factor determinante para actuar. Muchas veces tiene a pasar por alto otros elementos importantes que influyen en la toma de decisiones como son el contexto social, cultural, económico y biológico, lo que limita su aplicabilidad para comprender la complejidad del comportamiento humano.

Entre las limitaciones del voluntarismo se encuentra su dificultad para explicar de manera exhaustiva fenómenos como la adicción, la depresión u otros trastornos mentales que afectan la voluntad y la toma de decisiones. Esta visión termina siendo reduccionista (Aguiló, 2000).

Actitud colectivista en nuestra época

Al hombre le gustaría sumergirse en la masa. Las personas van adaptando el propio comportamiento a los usos habituales y/o políticamente correctos del grupo de referencia o adhesión. Van incorporando un *pensamiento colectivista*, renunciando a la auténtica personalidad (Acevedo & Noblejas, 2021, págs. 103-104).

Actualmente el ser humano se ha ahogado en el interior de las masas; ha renegado de su libertad y su responsabilidad. A continuación, mencionaremos algunas formas en las que se vive este colectivismo:

- La post-verdad

La post-verdad es un concepto que se refiere a una situación en la que los hechos objetivos y la verdad son menos influyentes en la formación de la opinión pública que las apelaciones a las emociones y las creencias personales. En una era de post-verdad, las afirmaciones que resuenan emocionalmente o que refuerzan creencias preexistentes pueden ser aceptadas como verdad, incluso si carecen de evidencia factual.

La palabra posverdad fue utilizada por primera vez en la prensa norteamericana en 1992, en un artículo de Steve Tesich para la revista The Nation. Tesich, al escribir sobre los escándalos de Watergate y la guerra de Irak, indicó que ya en ese momento habíamos aceptado vivir en una era de la posverdad, en la que se miente sin discriminación y se ocultan los hechos. Sin embargo, fue en el libro The Post-Truth Era (2004), de Ralph Keyes, cuando el término encontró un cierto desarrollo conceptual (Montoya, 2019).

Algunas características claves de la post-verdad:

Emociones sobre Hechos: En la post-verdad, las emociones y las opiniones personales tienen más peso que los hechos objetivos. Las personas tienden a aceptar información que confirma sus creencias y desestimar lo que las contradice, independientemente de la veracidad. La noción de verdad parece haber desaparecido del horizonte y las personas nos movemos como si todo pudiera ser definido según nuestros gustos y disgustos. Con criterios alimentados por esta visión de la vida es imposible ser feliz, ya que la misma felicidad descrita arbitrariamente puede ser falsa o verdadera (Rodríguez, 2007, pág. 13).

Desinformación y Fake News: La proliferación de desinformación y noticias falsas es una manifestación de la post-verdad. Los medios digitales y las redes sociales facilitan la difusión rápida y amplia de información falsa o engañosa.

Relativismo y Desconfianza: En la era de la post-verdad, hay una tendencia al relativismo, donde todas las opiniones se consideran igualmente válidas. Esto puede generar desconfianza en las instituciones tradicionales, como los medios de comunicación, la ciencia y el gobierno.

Polarización: La post-verdad contribuye a la polarización política y social, ya que las personas se agrupan en "burbujas" de información donde solo se encuentran con ideas que refuerzan sus propias creencias y rechazan cualquier evidencia contraria.

Manipulación Política: Los líderes políticos y otros actores pueden aprovechar la post-verdad para manipular la opinión pública, utilizando la retórica emocional y las afirmaciones engañosas para ganar apoyo.

La post-verdad plantea desafíos significativos para la democracia y el discurso público, ya que socava la base de hechos compartidos necesarios para un debate informado y una toma de decisiones racional. Combate este fenómeno requiere promover la alfabetización mediática, la educación crítica y la responsabilidad en la difusión de información.

- El pensamiento líquido

Esta teoría fue desarrollada por el sociólogo Zygmunt Bauman, quien plantea que vivimos en una sociedad líquida caracterizada por la falta de estructuras sólidas y duraderas. Bauman se basa en conceptos como la modernidad líquida y la sociedad de consumo para explicar este fenómeno (Bauman, 2000).

La modernidad líquida describe un estado de constante cambio y fluidez en la sociedad contemporánea, caracterizado por la falta de estructuras permanentes y la inestabilidad en diversos aspectos de la vida, como las relaciones, el trabajo y la identidad.

Algunas características del pensamiento líquido:

Incertidumbre y Ambigüedad: Aceptar y manejar la incertidumbre y la ambigüedad es una parte fundamental del pensamiento líquido. En lugar de buscar certezas absolutas, estas personas pueden vivir y tomar decisiones en contextos donde la información es incompleta o contradictoria (Rivera, s.f.).

Relaciones Temporales: En la modernidad líquida, las relaciones personales y profesionales tienden a ser más transitorias y menos estables.

Identidad Fluida: Las personas pueden redefinir quiénes son a lo largo del tiempo, adoptando nuevas identidades y roles según las circunstancias. El pensamiento líquido es una forma de adaptarse y navegar en una sociedad caracterizada por la constante transformación y la falta de estructuras permanentes.

Byung-Chul Han es un filósofo y ensayista surcoreano-alemán, conocido por sus agudas críticas a la sociedad contemporánea y su análisis de fenómenos sociales y culturales en la era de la globalización y el capitalismo avanzado. Nacido en Seúl, Corea del Sur, en 1959. Han emigró a Alemania en la década de 1980, donde estudió filosofía, literatura alemana y teología católica en la Universidad de Friburgo y en la Universidad

de Múnich. Actualmente, es profesor en la Universidad de las Artes de Berlín. Han ha escrito extensamente sobre temas como el poder, la tecnología, la cultura, la psicología y la política. Algunas de sus obras más conocidas incluyen:

- "La sociedad del cansancio": En este libro, Han argumenta que la sociedad contemporánea se caracteriza por una presión constante para rendir y ser productivos, lo que lleva a una epidemia de agotamiento y trastornos mentales como la depresión y el síndrome de burnout.
- "La agonía del Eros": Aquí, Han analiza cómo la obsesión con la transparencia y la comunicación en la sociedad moderna erosiona la capacidad de experimentar el deseo y el amor profundo, sustituyéndolos por una superficialidad emocional.
- "En el enjambre": Este libro examina cómo la digitalización y las redes sociales transforman la esfera pública y la comunicación, criticando la superficialidad y el narcisismo que proliferan en la cultura digital.
- "Psicopolítica": Han estudia cómo el poder se ejerce en la era neoliberal, a través de técnicas de control psicológico y autoexplotación, en lugar de la represión directa.
- "El aroma del tiempo": En este texto, Han reflexiona sobre la crisis temporal en la modernidad tardía, donde el tiempo se experimenta como acelerado y fragmentado, afectando la capacidad de las personas para encontrar significado y propósito. El autor señala que la aceleración supone una dirección, que es de lo que carece la sociedad adolescente:
"El tiempo se precipita como una avalancha porque ya no cuenta con ningún sostén en su interior. Cada punto del presente, entre los cuales ya no existe ninguna fuerza de atracción temporal, hace que el tiempo se desboque, que los procesos se aceleren sin dirección alguna, y precisamente por no tener dirección alguna no se puede hablar de aceleración" (Byung-Chul, 2019, págs. 18-19).

El pensamiento de Byung-Chul Han es conocido por su estilo accesible y su capacidad para combinar ideas de diferentes disciplinas para ofrecer una crítica incisiva

de la sociedad contemporánea. Sus obras han tenido una amplia influencia en el debate académico y público sobre los desafíos y las patologías de la era moderna.

Actitud fanática en nuestra época

En cuanto a los rasgos de la sociedad actual que facilitan el incremento del fanatismo en diversos ámbitos, se pueden destacar algunas actitudes como el individualismo, relativismo axiológico que sostiene que no existen valores universales y que cada individuo tiene su propia perspectiva subjetiva lo que puede conducir a la intolerancia y al rechazo de cualquier norma o valor compartido, el desencanto con los sistemas sociales, populismo, ciberespacio y secularización radical. Es importante comprender que la complejidad de este fenómeno no se limita a estos factores mencionados, sino que involucra una amplia gama de variables socioeconómicas y culturales, todos ellos quedan interrelacionados, para poder analizarlos mejor, los presentamos de manera separada, pero el fanatismo en la sociedad contemporánea es el resultado de una interacción compleja entre diferentes factores.

- **Fanatismo religioso:** La secularización radical ha contribuido a la creciente polarización y radicalización de la sociedad contemporánea. A medida que las estructuras religiosas tradicionales pierden influencia, algunas personas buscan llenar ese vacío espiritual con ideologías extremistas. Esta radicalización se nutre de la necesidad humana de encontrar sentido y propósito, y puede llevar a acciones violentas en nombre de la ideología adoptada. Existen varios casos de fanatismo religioso en la actualidad, como, por ejemplo, grupos extremistas que justifican la violencia en nombre de su fe, como ISIS o Al-Qaeda.
- **Fanatismo Político:** Es una postura extremadamente apasionada e irracional hacia una ideología política, un partido político o un líder político, lo que conduce a una adhesión inquebrantable a estas creencias y a la defensa ferviente de las mismas, incluso a costa de la lógica y la evidencia contraria. Esta actitud puede generar intolerancia, hostilidad hacia quienes no comparten las mismas ideas políticas y una falta de apertura para considerar otros puntos de vista. El fanatismo político es peligroso y perjudicial para la sociedad, ya que impide el diálogo, la argumentación y la búsqueda de acuerdos entre diferentes posturas políticas. Además, el fanatismo político lleva a la

polarización y al odio entre las personas, generando conflictos y divisiones en la sociedad. El populismo es una manifestación de este fanatismo político, se aprovecha del malestar social para promover una agenda simplista y polarizadora. Mediante la exaltación de líderes carismáticos y la promesa de soluciones rápidas a problemas complejos, el populismo es capaz de canalizar la frustración generalizada y radicalizar a amplios sectores de la sociedad.

- Fanatismo deportivo: Los deportes han sido creados con la intención de mantener en forma nuestro físico y tener un sano entretenimiento, pero resulta paradójico que produzcan en la atmósfera una exaltación de locura. Esta es la señal concreta del fanatismo y la fascinación que produce en la multitud. El fanatismo por un equipo en particular provoca comportamientos perjudiciales como peleas entre seguidores de diferentes equipos, actos vandálicos, grafitis, bloqueos de calles entre otros. Mucho de este comportamiento se debe a la manipulación que se da a través de los medios de información, que utilizan titulares sensacionalistas que suelen influir en la conducta de los seguidores del deporte al establecer una constante conexión entre el periodista y el aficionado, quienes intercambian opiniones sobre temas de interés de manera indirecta. Los periodistas deportivos, encargados de informar con la verdad sobre lo ocurrido, lamentablemente no siempre lo hacen y prefieren hablar desde sus preferencias o posturas, desde sus emociones más que desde los hechos en sí mismos, lo cual termina siendo una visión sesgada de la realidad que influye en sus seguidores u oyentes.

“Los periodistas son quienes siempre mantienen informados a los fanáticos por su análisis que brindan antes y después de un encuentro deportivo, donde a través de diferentes lenguajes como es el bélico, busca la forma de acaparar la mayor atención del público. Además del sensacionalismo quién es considerado como un facilismo por el no uso de un ejercicio comunicacional hace crear titulares amarillistas que logran atraer a nuevos seguidores”. (Vega, J. 2022, p.51)

- Fanatismo en redes sociales: El ciberespacio, como plataforma virtual de comunicación global, ha abierto nuevas posibilidades para el surgimiento y propagación del fanatismo. Internet se ha convertido en un caldo de cultivo para la difusión de ideas extremistas, permitiendo que grupos radicales recluten seguidores y difundan su mensaje violento de manera rápida, eficiente y a escala mundial. La falta de regulaciones efectivas en el ciberespacio ha facilitado la creación de "cámaras de eco" virtuales, en las que las personas solo interactúan con aquellas que comparten sus

mismas creencias, lo que refuerza y amplifica sus convicciones extremistas. Además, la creciente dependencia de las tecnologías digitales y la conectividad global ha intensificado la influencia del ciberespacio en la radicalización de las personas. Los algoritmos y la inteligencia artificial utilizados por las plataformas en línea han creado entornos altamente personalizados, en los que cada individuo es expuesto a contenido que refuerza sus propias convicciones, sin tener que enfrentarse a puntos de vista divergentes. Esto ha llevado a una polarización aún mayor en la sociedad, ya que las personas se encuentran cada vez más encerradas en burbujas ideológicas, sin la exposición necesaria a perspectivas diferentes.

- **Fanatismo en la música y el entretenimiento:** Algunos fans de artistas, bandas musicales, fans de las historietas y series animadas como las japonesas son algunos ejemplos de comportamientos fanáticos de nuestra época, pudiendo llegar a comportarse de manera agresiva, acosando a otros fans que no comparten sus gustos o defendiendo a su ídolo de manera excesiva. Los seguidores suelen compartir similitudes entre ellos y con respecto a sus ídolos. Algunos aficionados llegan incluso a establecer vínculos emocionales con los protagonistas, esto gracias a las redes sociales que permiten que uno “siga” a sus ídolos en su día a día o incluso los ayuden a promover sus nuevas películas, canciones, lanzamientos de productos, etc. *“Sobre la base de los objetos de la cultura de masas y la pasión que les generan o los vínculos afectivos que entablan con y a partir de ellos, los fans pueden configurar culturas y construir identidades personales y comunitarias diferenciales”* (Gandolfi, s.f.).

Consecuencia inmediata de las cuatro patologías

Una consecuencia inmediata que podemos concluir de las cuatro actitudes descritas por Frankl y que observamos aún en nuestros días es la incapacidad de escuchar a la propia conciencia, que como sabemos en logoterapia es el “órgano de sentido” (Frankl, Ante el vacío existencial, 2003), el cual implica una dimensión tan personal que se podría decir que es “el recinto del encuentro del hombre con el misterio” (Noblejas, 2000). En palabras de Acevedo y Noblejas: *“Estas cuatro actitudes, provisionalidad, fatalismo, colectivismo y fanatismo, alejan a la persona de poder escuchar y desarrollar su propia consciencia: por ello, no se da verdaderamente cuenta de su alienación y*

consecuentemente no pone en marcha estrategias para salir de la situación” (Acevedo & Noblejas, 2021, pág. 105).

Ciberpatología: la patología de la época

Elisabeth Lukas menciona la Ciberpatología como una patología de nuestro tiempo. Es por eso que tomando en cuenta sus observaciones es que pasamos a explicar un poco más este concepto tan importante.

Frankl habló algo de este tema, nos decía “la técnica y la ciencia no hay que anularlas, sino que hay que introducir “el factor transnacional”, ya que la técnica y la ciencia no lo es todo. Si no lo que consigue es que el hombre sea infeliz, por esto en la sociedad del bienestar se es más infeliz” (Frankl, En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano, 1982, pág. 40). Con esto, Frankl nos evidencia, como un destello visionario, lo que ahora vemos con mayor claridad, y es que los avances tecnológicos no necesariamente nos han traído más felicidad.

La ciberpatología se refiere al estudio de las enfermedades y trastornos relacionados con el uso de la tecnología en la sociedad. En esta disciplina se analizan los efectos negativos que pueden surgir a nivel psicológico, emocional y social debido a la interacción con las herramientas y dispositivos digitales. Asimismo, se investiga la influencia de las redes sociales, los videojuegos y otros aspectos de la cultura digital en la salud mental de las personas. Esta área de estudio surge en respuesta al rápido avance de la tecnología y su creciente impacto en nuestras vidas cotidianas (Clara Zafra, Sainz Barajas, Chiñas Valencia, & Aguirre Alemán, 2023).

Esto incluye patologías como la adicción a internet, el ciberbullying, la ansiedad por el uso excesivo de redes sociales, entre otros. Además, es necesario entender conceptos como el bienestar digital, que se refiere a mantener una relación saludable y equilibrada con la tecnología, y la ciberresiliencia, que implica la capacidad de adaptarse y recuperarse ante los desafíos y dificultades surgidas en el entorno digital.

Orígenes y evolución de la ciberpatología

La ciberpatología tiene sus orígenes en la década de los noventa, cuando empezaron a surgir preocupaciones sobre los posibles efectos negativos de la tecnología en la salud mental. Con el avance de internet y la expansión de las redes sociales, la

atención se ha centrado cada vez más en los trastornos relacionados con el uso de estas plataformas.

En la actualidad, la ciberpatología se ha vuelto cada vez más relevante debido al aumento del tiempo que las personas pasan en línea y al crecimiento de la cultura digital en la sociedad.

En el Blog de Nuria Chinchilla, encontramos un artículo en el que se comenta los efectos que está teniendo la tecnología en los niños cuando no se les enseña cómo utilizarla, cuando no se les ayuda a poner límites:

“Anna PLans, Directora de imagen y comunicación en Contel, politóloga y gestora de procesos, marketing y personas, nos habló de “Padres perdidos, hijos conectados. ¿Qué hacer con las tecnologías?” Tras su exhaustivo trabajo de investigación, para ella se hizo evidente que nuestros hijos no son solo nativos, sino también en muchos casos huérfanos digitales, porque como padres hemos abandonado la responsabilidad de estar con ellos en las redes. Como es evidente que no podemos ir de la mano con ellos, no nos lo permitirían, Anna nos ofreció una serie de datos y puntos de reflexión de las que os recuerdo algunas aquí:

- *Pornografía: el mayor grupo de consumidores en internet es de entre 12 y 17 años. Los adolescentes «aprenden» relaciones sexuales en internet a los 14 años: la mayoría no ha dado aún su primer beso. Se observa una sexualización precoz de las niñas.*
- *¡Depredadores sexuales de 14 años!*
- *Ciberacoso: 82.000 menores de 16 años, alumnos de colegios e institutos públicos, han sufrido cyberbullying.*
- *Suicidios de adolescentes y jóvenes tras acoso o exposición sexual en las redes.*
- *Niños menores de 7 años ya involucrados en sexting, o envío de mensajes con imágenes sexuales.*
- *Groomers: Adultos que se hacen pasar por menores para conseguir fotos comprometedoras y chantajear.*

Como veis, el panorama no puede ser más alarmante. Nos llegan avisos de los colegios de nuestros hijos, policías y otros expertos les dan charlas sobre estos temas, y así pensamos que están protegidos. No es así. Puede que estemos haciendo de nuestros hijos unos huérfanos digitales” (Chinchilla, 2017).

Es importante destacar que la ciberpatología también contribuye al desarrollo de políticas y marcos éticos que garanticen la protección de los derechos y la privacidad en el entorno digital. *“No se trata de negar la tecnología, ni negar el avance digital, sino de saber introducirla de forma sensata y escalonada en la vida de los niños y adolescentes, enseñándoles a ellos mismos a controlar el acceso a las aplicaciones y a los contenidos” (Rojas, 2019, pág. 197).*

La aplicación de la logoterapia en la ciberpatología se centra en el uso de las enseñanzas de Viktor Frankl para abordar los desafíos psicológicos derivados del uso de la tecnología. Se busca promover el sentido de la vida y la responsabilidad personal en un entorno digital, brindando herramientas para enfrentar la ansiedad, la soledad, la

adicción a las redes sociales y otros problemas psicológicos asociados con la ciberpatología. La logoterapia proporciona un marco teórico sólido y estrategias prácticas para ayudar a las personas a encontrar significado y propósito en sus vidas. Las intervenciones y estrategias de logoterapia aplicadas a la ciberpatología incluyen técnicas como la búsqueda de sentido, la asunción de responsabilidad, el trascender las circunstancias y el amor como la máxima expresión de la existencia. Estas herramientas buscan fortalecer la voluntad de sentido de los individuos, promover la autoconciencia y el autodescubrimiento, y fomentar la conexión con los valores personales. Además, se enfocan en ayudar a las personas a encontrar sentido incluso en situaciones de sufrimiento generado por el uso inapropiado de la tecnología, promoviendo el crecimiento personal y el bienestar psicológico.

Respuesta de la logoterapia a las patologías del siglo XXI

La logoterapia propone un trabajo profundo desde las tres dimensiones del ser humano: la dimensión física, la dimensión psíquica y la dimensión espiritual en busca de la plenitud y el sentido de la vida.

La búsqueda de sentido se ha posicionado como una respuesta esencial para abordar las diversas patologías mencionadas anteriormente.

En una sociedad tan individualista y egocéntrica como la que vivimos actualmente, la autotranscendencia se convierte en una poderosa fuente de sentido y significado en nuestra existencia. A medida que nos alejamos de nosotros mismos, descubrimos que nuestro Yo tiene la capacidad de crear un espacio profundamente valioso, no solo para beneficiarse, sino también para que el "tú" independiente de nosotros también se beneficie.

La importancia de crear vínculos, y de dialogar, es fundamental para la logoterapia, lo cual ayuda mucho en una sociedad tan egocéntrica e individualista como la que vivimos hoy, la interacción entre las personas otorga una condición de ser personal al otro individuo, reconociendo su propia existencia y valor. Aquí es donde se encuentra la plenitud, la conexión con el otro y el crecimiento compartidos.

En un mundo marcado por el vacío existencial, la ansiedad y la depresión, la logoterapia ofrece una perspectiva que promueve la resiliencia y el crecimiento personal a través del descubrimiento del sentido, de la trascendencia, del forjar vínculos. La

logoterapia da valiosas herramientas y principios para ayudar a las personas a encontrar significado y propósito en un mundo cada vez más complicado y difícil.

Por lo tanto, la logoterapia sigue siendo relevante y necesaria en el contexto actual. Recordando estas palabras de Viktor Frankl: “*en todo momento el hombre debe decidir, para bien o para mal, cuál será el monumento de su existencia*” (Frankl, El hombre en busca de sentido, 2003, pág. 147), podemos decir que se aplican muy bien a nuestro tiempo.

Las perspectivas futuras para la investigación y aplicación de la logoterapia son prometedoras, ya que su enfoque en el sentido de vida ofrece un camino para abordar las enfermedades de la época. Es crucial continuar investigando y desarrollando técnicas terapéuticas basadas en la logoterapia, así como ampliar los estudios de casos para comprender su aplicación en diferentes contextos y culturas. Además, la integración de la logoterapia con otras corrientes terapéuticas puede enriquecer su aplicación y resultados. En definitiva, las perspectivas para la logoterapia apuntan hacia un mayor reconocimiento de su importancia en la salud mental y su potencial para contribuir al bienestar de las personas en el futuro. Es crucial seguir profundizando en el estudio de la logoterapia y su aplicación en el contexto actual, para ofrecer respuestas efectivas a las enfermedades de nuestro tiempo.

Conclusión

Cuando hablamos de las patologías y desafíos que enfrenta el hombre en la sociedad actual, nos hemos enfocado en algunas que son específicas de este tiempo y hemos reconocido la importancia y la base que nos dejó Viktor Frankl al hacer un análisis de las patologías de su época.

En este trabajo hemos mencionado algunos ejemplos de actitudes contemporáneas relacionadas a las patologías planteadas por Frankl en su época, que observamos con frecuencia en nuestro trabajo como psicólogos y acompañantes logoterapéuticos, pero no hemos pretendido abarcar todas las actitudes existentes, pues eso sería algo imposible.

Sin embargo, podemos confirmar, tras lo investigado y en base a nuestra experiencia profesional, que existe una cierta continuidad y evolución de las problemáticas que Viktor Frankl identificó hace casi un siglo. Su enfoque y clasificación de las patologías en las cuatro actitudes que se han analizado, nos permite entender que, aunque puedan haber cambios históricos y culturales, las necesidades humanas y la

búsqueda de sentido y propósito siguen siendo la clave para una salud mental equilibrada, a pesar de cualquier situación adversa por la que se atraviese.

En una era de tan rápido avance tecnológico, globalización y constante presión social por medio de las redes sociales, el vacío existencial se está manifestando de maneras complejas, al punto de poder confirmar lo expuesto por Lukas, afirmando que se puede hablar de una quinta patología del espíritu a la que bien se puede denominar “*ciberpatología*”.

En resumen, el análisis de las patologías de la época a través de la logoterapia nos brinda una mejor comprensión de las diferentes manifestaciones del vacío existencial, la ansiedad, la depresión en la sociedad contemporánea, así como de varias situaciones por las que atraviesa la humanidad hoy en día, especialmente los jóvenes. También nos lleva a reflexionar sobre la importancia del sentido y la búsqueda de significado en la vida como elementos esenciales para la salud mental. A través de la logoterapia, se resalta la necesidad de dirigir la terapia hacia el sentido, fortaleciendo la capacidad de encontrar, justamente, sentido en medio de los retos que nos plantea el mundo actual y la fuerza ejercida por la tecnología.

Bibliografía

- American Psychiatric Association. (2014). *Guía de consulta de criterios diagnósticos del DSM-5*. Chicago: American Psychiatric Publishing.
- Acevedo, G., & Noblejas, M. (2021). *Aprendiendo a vivir con sentido*. Salamanca: Fundación Emmanuel Mounier.
- Aguiló, A. (16 de junio de 2000). Voluntarismo. *Hacer familia*, no 76, 1.VI.2000.
- Batthyány, A.; Lukas, E. (2022). *Logoterapia y análisis existencial hoy*. Barcelona: Herder.
- Bauman, Z. (2000). *Modernidad líquida*. México: Fondo de cultura económica.
- Byung-Chul, H. (2019). *El aroma del tiempo*. Barcelona: Herder.
- Carrión, M. (2023). Adicción a las redes sociales y sensibilidad al rechazo interpersonal en jóvenes de Lima. *Repositorio académico UPC*, https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/673399/Carri%20c3%b3n_MM.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Chinchilla, N. (16 de 02 de 2017). *¿Nativos o huérfanos digitales?* Obtenido de Valores y ecología humana: <https://blog.iese.edu/nuriachinchilla/2017/02/nativos-o-huerfanos-digitales/>
- Clara Zafra, M., Sainz Barajas, M., Chiñas Valencia, J., & Aguirre Alemán, M. (2023). Estudio sobre ciberpatologías en estudiantes universitarios: antes y después de la covid-19. *RIDE. Revista Iberoamericano para la investigación y el Desarrollo Educativo*, 13 (26).
- Colla, M. (2021). The Spectre of the Present: Time, Presentism and the Writing of Contemporary History. *Contemporary European History, Cambridge University Press*, Volume 30 Issue 1.
- Definición.de. (consultado el 22 de junio de 2024 de s.f.). *Definición de patología*. <https://definición.de/patologia/>
- Ezlo, J. (2015). Entrevista a Javier Elzo. Padres y Maestros. <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/14766>.
- Farina, S. (03 de 01 de 2023). *Psicología Humanista: un enfoque centrado en el individuo y sus emociones*. Obtenido de Psicología y mente:

<https://psicologiaymente.com/psicologia/psicologia-humanista-enfoque-centrado-individuo-emociones>

- Fort, J. T. (2022). El acoso escolar en España.¿ Y si la solución fuese integrar la compasión en los centros educativos. *Research, Society and Development*, , 11(4).
- Frankl, V. (1982). *En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano*. Barcelona: Paidós.
- Frankl, V. (1992). *Teoría y terapia de las neurosis*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2001). *Psicoterapia y existencialismo*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2003). *Ante el vacío existencial*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2003). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2005). *La psicoterapia al alcance de todos*. Versión digital: Herder.
- Frankl, V. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2016). *A pesar de todo, sí a la vida*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Frankl, V. (2018). *Logoterapia y Análisis Existencial*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2021). *Llegará un día en el que serás libre. Cartas, textos y discursos inéditos*. Barcelona: Herder.
- Gandolfi, F. (s.f.). Fanatismos, posmodernidad y cultura de masas. Consumos, prácticas e identidades de jóvenes fans de las historietas y series animadas japonesas en Argentina.
- https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=http%3A%2F%2Fsociales.unq.edu.ar%2Fwp-content%2Fuploads%2Fbyt2015%2Fponencias%2Feje04%2FALVAREZ_GAN_DOLFI_FEDERICO_PONENCIA.doc&wdOrigin=BROWSELINK.
- Gruber, J., Mauss, I., & y Tamir, M. (2011). A Dark Side of Happiness? How, When, and Why Happiness Is Not Always Good. *Perspectives on Psychological Science*, Volume 6, Issue 3 , 222-233.
- Hogan, B. (2010). The Presentation of Self in the Age of Social Media: Distinguishing Performances and Exhibitions Online . *Sage Journals, Bulletin of Science, Technology & Society, University of North Florida, Volume 30, Issue 6* , 377-386.
- Manglano, J. (2014). *Apertura, el arte de la infiltración*. España: Freshbook.
- Martínez, C. (2014). La salud mental a principios del siglo XXI. *Rev. Facultad Nacional Salud Pública*, S44-S54.

- Montoya, M. (2019). *La era de la posverdad, la posveracidad y la charlatanería*. Universidad de Navarra. <https://www.unav.edu/web/ciencia-razon-y-fe/la-era-de-la-posverdad-la-posveracidad-y-la-charlataneria>
- Noblejas, M. (2000). *Palabras para una vida con sentido*. Bilbao: Desclee de Brower.
- La Segunda Guerra Mundial y el Holocausto*. (15 de Junio de 2024). Obtenido de Enciclopedia del Holocausto: <https://encyclopedia.ushmm.org/content/es/animated-map/world-war-ii-and-the-holocaust>
- Ottawa Institute of Logotherapy. (04 de junio de 2024). *Viktor E. Frankl biography*. Obtenido de Ottawa Institute of Logotherapy: <https://logotherapy.ca/logotherapy/viktor-frankl-biography/>
- Perazzo, P. (2016). *Yo también quiero ser feliz*. Lima: Columba.
- Real Academia Española (Patología en Diccionario de la lengua española de 2024). Obtenido de <https://dle.rae.es/patologia>
- Rivera, M. (s.f.). *La única certeza es la incertidumbre*. Obtenido de Revista Colegio: <https://revistacolegio.com/editorial-la-unica-certeza-es-la-incertidumbre/>
- Rocamora, A. (2017). *Cuando nada tiene sentido*. Bilbao: Desclee De Brower.
- Rodríguez, A. (Consultado el 22 de junio de 2024 de s.f.). *Definición de patología y su campo de estudio*. Obtenido de Access Medicina: <https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookId=1493§ionId=102867681>
- Rodriguez, J. (2007). *Familia hoy*. Lima: Lettera Gráfica.
- Rojas, M. (2019). *Cómo hacer que te pasen cosas buenas*. Lima: Planeta.
- Vega, J. (2022) *Medios deportivos transmedia y su narratividad ante la conducta del fanático deportivo. Proyecto de investigación previo a la obtención del título de licenciado en periodismo Universidad laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil*. Guayaquil.
- Velásquez, L. F. (2007). Viktor Emil Frankl: el médico y el pensador de una vida con sentido. *Iatreia vol.20 no.3*.
- Vilatella, X. (29 de marzo de 2024). *Las causas, fechas clave y consecuencias de la Segunda Guerra Mundial*. Obtenido de La Vanguardia: <https://www.lavanguardia.com/historiayvida/mas-historias/20240329/9583487/causas-fechas-clave-consecuencias-segunda-guerra-mundial.html>

Yalom, I. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic books.