

EXTRACTO: LA LOGOTERAPIA EN EL ÁMBITO DE LA TENDENCIA HUMANÍSTICO-EXISTENCIAL

Eugenio Fizzotti

Un abanico de consideraciones sobre la situación de la logoterapia en el ámbito de la tendencia humanístico-existencial requeriría una profundización tanto de la psicoterapia como de toda el área filosófica-antropológica que se ha ido desarrollando en los últimos decenios. Esta tarea supera los límites de la presente guía. Nos limitaremos, por consiguiente, a algunos puntos generales con el fin de recoger la problemática existente en el ámbito de la psicoterapia, encuadrando la <logoterapia> en el marco de los métodos y de las técnicas destinadas a la persona enferma con vistas a una curación.

Tendencia fenomenológico-existencial

Esta tendencia se ha desarrollado a partir de las proposiciones y de los conceptos filosóficos de Hesserl, Heidegger, Buber, Sastre. Una aplicación directa de tales orientaciones a la psicología y psiquiatría, aunque con notables diferencias entre cada investigador, ha sido hecha por Binswanger, Minkowski. Strauss, Merleau-Ponty, Frankl y Rollo May.

La fenomenología existencial no se dirige a los problemas cuantitativos objetivantes o interpretativo-causales de las disciplinas naturales y de las doctrinas psicodinámicas, no tiene en cuenta el “por qué” o el “cuándo” o el “qué” de la patología psíquica, sino su “como”; no se interesa por el conocimiento objetivo, sino por aquel tipo de conocimiento que es la intuición supracategorial, intentando captar aspectos cualitativos, modalidades de ser y de expresión significativamente originales y peculiares de determinadas condiciones psicopatológicas y de cada persona.

No se trata de un descripcionismo más o menos pintoresco y minucioso, ni de un subjetivismo exasperadamente personal y, por tanto, poco o nada comprensible (dos defectos de la producción “existencialista”), sino de un modo de acercamiento y de realce de la existencia psicomorbose que trasciende la realidad objetiva y la explicación causal, se califica como un encuentro empático y una intuición específicamente del enfermo mental. El modo de ser de éste en el mundo, su forma de colocarse en el espacio y en el tiempo, el estilo de todas sus expresiones comunicativas (verbales, gráficas, etc.), su forma de relaciones con los demás, son sólo algunos aspectos hacia los cuales se inclina la investigación fenomenológico-existencial en psiquiatría (característicamente definida por Cargnello como antropoanálisis).

Se explica, pues, la necesidad de recoger de los pacientes los testimonios más amplios de su vida interior y el empleo del lenguaje extraordinariamente rico articulado de expresiones cualitativas, de adjetivaciones singularmente originales y representativas, como se encuentra en los escritos de los psiquiatras fenomenológicos.

El interés y los valores de esta corriente de pensamiento y de psiquiatría especulativa se encuentren en la posibilidad de presentar y comunicar aspectos cualitativos

esenciales y característicamente humanos del enfermo psíquico, no observables por las metodologías cuantitativas y causales.

Precisamente por su esencia, la fenomenología antropológica no tiene y no puede tener – en general – aplicaciones prácticas, ni ha introducido obviamente, nuevos métodos diagnósticos y terapéuticos, pero ha proyectado una original dimensión moral de comprensión del hombre enfermo y de enriquecimiento “humanístico” con la experiencia de un “encuentro” que trasciende (al ser más global y omnicomprendivo) los límites de la relación interpersonal y de la técnica psicoterapéutica (psicoanálisis existencial).

La Logoterapia: psicoterapia de tendencia existencial

Tal como hemos señalado, existen muchas psicoterapias. Pueden diferenciarse ya por las afirmaciones teóricas, ya por sus técnicas. Hay psicoterapias empíricas dictadas por el buen sentido y por la intuición, y psicoterapias que son verdaderas construcciones doctrinales. Hay psicoterapias que consideran el futuro del enfermo condicionado por el pasado (tendencia mecanicista) y otras en las que el paciente puede convertirse en el arquitecto de su propio futuro (tendencia existencial).

Frankl sostiene que “la psicoterapia actual se caracteriza por el surgimiento de la psiquiatría existencial” (1977^a, 15). Comparte su pensamiento Rollo May, quien afirma: “Los términos de la psicología existencial han entrado definitivamente en nuestro lenguaje: “crisis existencial” es un término común ahora para indicar el punto crítico en la psicoterapia” (1970, 7).

Resulta evidente que este tipo de psicoterapia por el hecho de estar plasmada según la visión existencialista, se centre en la persona *existente y exalte* al ser humano en el *acto de surgir, de devenir*. Esto no significa negar los condicionamientos del hombre debidos a las pulsiones, sólo que la psicología existencial sostenga que nunca podemos explicar o comprender a un ser humano completo con esta sola base. El término “existencial” ¿en que sentido debe ser comprendido? “En psicología y en psiquiatría – afirma Rollo May – el término indica una *actitud*, una visión del hombre más bien que una escuela o un grupo particular. Es dudoso que se pueda hablar de “un psicólogo o un psicoterapeuta existencial” en contraposición a otras escuelas. El existencialismo no es un método terapéutico, sino una actitud ante la terapia. Aunque hay dado lugar a muchos progresos técnicos, no constituye por sí misma un complejo de nuevas técnicas, sino una tentativa de comprender la estructura del ser humano y de su experiencia sobre la cual deben basarse todas las técnicas. Por esto podemos decir, aun con el riesgo de ser mal comprendidos, que todo psicoterapeuta es existencialista en la medida en que es un buen terapeuta” (1970, 20).

La metodología adoptada es la fenomenológica, caracterizada por la aprehensión del fenómeno tal como se presenta, esforzándose el terapeuta en captar la realidad sin ideas preconcebidas para llegar a comprender a la persona en toda su plenitud existencial. Concretamente, en la práctica consistiría en penetrar la *Weltanschauung* del ser humano concreto y ser capaz de ver su mundo a través de sus ojos.

Este método de psicología existencial abre horizontes e ilumina con nueva luz cuestiones como el problema del yo, de la voluntad, de la decisión; el concepto y la experiencia de estar-en-el-mundo; el significado del tiempo, etc.

Entre las nuevas formas de psicoterapia, existentes en el campo más general de la psicología existencial, se encuentra la logoterapia de V. E. Frankl.

La revolución frankliana en la psicoterapia

La insatisfacción por un planteamiento mecanicista-casual de la psicoterapia, la afirmación inequívoca de la necesidad de tomar en consideración la “globalidad” del hombre y la necesidad de comprender la “naturaleza” de esta globalidad hicieron madurar en Frankl la idea de dar la vida a una nueva tendencia en el campo psicoterapéutico. Esta nueva tendencia tenía que completar, sobre todo, las anteriores formulaciones freudianas y adlerianas tanto en lo referente a la interpretación de la vida psíquica como a la concepción doctrinal del hombre.

Frankl reconoce el valor del psicoanálisis porque no hay duda de que en el estudio de la neurosis y de sus causas Freud ha aportado una contribución precisa, pero al mismo tiempo afirma que “tendrá que compartir el destino de cualquier fundamento, es decir, hacerse invisible en la medida en que el edificio se levanta sobre él” (1977^a, 21). Es verdad que Freud hizo posible que la psicología se aliena entre las ciencias de la naturaleza; sin embargo su “valencia” resbaló al reducir al hombre a una pura factibilidad psicofísica, considerando toda la actividad psíquica y sus consiguientes manifestaciones como derivaciones; por otra parte inconscientes de fuerzas primitivas también inconscientes y latentes.

Estas energías primitivas están representadas en gran parte por los instintos entre los cuales Freud sitúa como predominante el instinto sexual.

Esta concepción fundamental, de la que deriva el psicoanálisis, subraya una visión del hombre *mecanicista, atomista, energética* en la que, según Frankl, “la libertad humana verdadera y propia, la capacidad del hombre de situarse libremente frente a todas estas determinaciones, libertad que precisamente fundamenta la esencia humana, queda totalmente ignorada” (1977b, 57). He aquí porque el psicoanálisis no ve en el hombre nada más que el automatismo de un aparato psíquico dirigido por el ello y acaba por descuidar e ignorar la humanidad de los fenómenos.

Es evidente que para el psicoanálisis, al tener éste como base antropológica al absolutión del inconsciente, el centro de las neurosis está situado en la remoción, o sea en la tentativa de negar un hecho, una idea, unas experiencias que tienen una carga afectiva particularmente indeseable, desagradable o penosa y que el síntoma neurótico es considerado como una amenaza al yo consciente y que la finalidad del método psicoanalítico consiste en lograr la eliminación de los trastornos en cuestión. Por eso se trata de explorar el *inconsciente para hacer conscientes* los elementos perturbadores que se agitan el paciente sea consciente de las motivaciones de su conducta en general.

Por tanto Freud, además de haber quedado atrapado en el modelo mecanicista de su tiempo, se equivocó también en lo relativo a la teología, que dirige la vida psíquica, porque el psicoanálisis lo reduce todo al principio del placer.

Alfred Adle, pro el contrario, habla de psicología individual y ésta denominación expresaba su concepción del hombre que tiene que ser condicionado como un individuo único e indivisible; ninguna manifestación vital puede ser estudiada y comprendida aisladamente, sino que debe ser estudiada y comprendida siempre en función del conjunto de la personalidad, que le confiere significado. Aunque con la doctrina adleriana se da un paso respecto de Freud, se permanece en una visión reduccionista, dado que la voluntad de poder permanece absolutizada. Por lo cual, si el individuo no alcanza su fin, *hace valer* toda su personalidad, entra en un malestar psíquico, provocando el surgimiento de la neurosis. La neurosis no sería otra cosa que una reacción morbosa contra el sentimiento de inferioridad provocada por la frustración de la propia voluntad de poder.

La tarea de psicoterapeuta consiste entonces en llevar al paciente hacia el futuro, haciéndole consciente de los propios síntomas, capaz de adaptación y de un esfuerzo reconstructor de la propia personalidad con el fin de que se afirme a nivel de la comunidad.

Ahora bien, si el psicoanalista se le puede atribuir la virtud de la objetividad, “cae de su peso de que la psicología individual de Adler se aliena sin dificultad con la virtud “audacia””. Con todo, tal psicología no ve a fin de cuentas en el conjunto de su método terapéutico otra cosa que un intento de alentar al paciente, y ello con el objetivo de que éste llegue a superar su sentimiento de inferioridad, que esta escuela tienen por preponderantemente, si no del todo, patógeno” (Frankl 1986, 13). De todos modos, la psicología individual adleriana adolece aún de dos grandes lagunas, esto es, la intolerancia a cualquier recurso a concepciones metafísicas de la personalidad humana y la inadecuación de los medios éticos adoptados en el proceso terapéutico. Muy pronto las doctrinas de Freud le parecieron a Frankl insuficientes como también las de la psicología individual. Frankl vio el lado débil, incoherente, las lagunas de estas doctrinas y poco a poco fue elaborando en su mente una nueva *Weltanschauung* que combatiera el nominalismo que penetra todos los sectores de la ciencia, especialmente, la biología, la psicología, la sociología, etc., y una nueva psicoterapia que se moviera “más allá del complejo de Edipo y del complejo de inferioridad” (1977b, 36) y considerara la entera esencia humana en sus dimensiones físico-psíquico-espirituales. Frankl llama a esta psicoterapia: *análisis existencial y logoterapia*.

Frankl repite continuamente con insistencia que la logoterapia, como investigación y como concepción del hombre, representa una contraposición, tanto en sentido heurístico como didáctico, a la psicoterapia corriente, a la psicoterapia en el sentido verdadero y propio de la palabra. Pero no debe ser considerada como un sustitutivo de aquella. Una sustitución de la psicoterapia por la logoterapia es inconcebible, más bien, la psicoterapia necesita un complemento que, precisamente, es aportado por la logoterapia. Hay que decir que el complemento tal como Frankl lo entiende, no quiere decir otra cosa que integración, o sea, inserción de la imagen psicologista y biologista del hombre en un todo que se realiza como tal únicamente con la introducción de lo espiritual, a través de la ampliación del organismo psicofísico mediante la dimensión espiritual-noética.

Las teorías fundamentales de la logoterapia adquirieron forma definitivamente sobre el hecho de que cada vez con mayor frecuencia las personas se dirigen al psicoterapeuta sin presentar otro síntoma que un sentimiento de aburrimiento, de apatía y la sensación de llevar una vida carente de sentido. Estas manifestaciones no pueden ser tratadas con los métodos terapéuticos tradicionales, dado que, según los resultados de las investigaciones llevadas a cabo por Frankl y sus colegas, se trataba de un nuevo tipo de neurosis que se situaba en la dinámica existencial del hombre. Entonces el autor desarrolló una teoría que pone el acento en la investigación del sentido (logos) por parte del hombre. Toda realidad, según Frankl, tiene un sentido y la vida no deja de tener un significado para cualquier persona; todo individuo (único, irrepetible) tiene misiones únicas que deben ser descubiertas y a las que tiene que responder. Por eso su terapia se interesa por las metas y los fines de la vida y acentúa como elementos fundamentales la libertad y la responsabilidad.

Frankl es el fundador de la logoterapia. Sin embargo, hay que tener presente que no hay nada que sea totalmente original; bajo cada palabra singular reposan otros libros. Hay muchos estudiosos que con su obra, en cierto modo, prepararon e hicieron fecundo el terreno sobre el cual, después las ideas de Frankl pudieron germinar más fácilmente. Un estudio detallado fácilmente corroboraría este punto de vista.

En realidad todas las ideas aireadas por el análisis existencial ya estaban en el ambiente, tratadas sobre todo por psiquiatras y por filósofos. Me limitaré a unas pocas anotaciones referentes solo a los grandes pensadores que influyeron en la doctrina de Frankl.

En el campo de la psiquiatría hallamos a Igor Caruso que por su psicoanálisis personalístico ha sido incluido muchas veces en la línea de la logoterapia. Sin embargo, de la lectura de las obras de Caruso se desprenden pocos elementos de unión. Es más, entre ambos autores reina más bien un clima polémico que últimamente, dada la dirección política adoptada por Caruso, ha roto cualquier tentativa de acercamiento. Pero fue el encuentro con el pensamiento de Ludwig Binswanger el que determinó un giro decisivo en Frankl.

Éste se expresa de la siguiente forma: “Por lo que concierne a la psicoterapia, el mérito de haber referido y restablecido al ser humano en su humanidad correspondiente al llorado Ludwig Binswanger” (1977^a).

Binswanger se vincula con Husserl, pero especialmente con Heidegger, que le proporciona la base ontológica necesaria para su *antropología fenomenológica*, “que es una descripción de las formas fundamentales con las que se pone la presencia humana, cada cual en su modalidad global y en sus varios aspectos (estructurales, existenciales) constitutivos” (Cargnello 1977b, 36) y de la que deriva el método de investigación que se conoce con el término de *Daseins-anlyse* o antropoanálisis.

A pesar del vínculo que une a estos dos autores, media entre ellos una gran diferencia. El análisis del ser lleva a Binswanger a la comprensión del ser psicopático, mientras que el análisis de la existencia de Frankl quiere ser útil al tratamiento de las neurosis.

Entre los autores que pertenecen al campo de la filosofía y que ofrecerán algunos conceptos clave a la doctrina frankliana, además de los ya mencionados, encontramos a Max Scheler, que estudia al hombre como un ser psico – físico-espiritual, y, por ello, “abierto al mundo” y orientado hacia algo objetivo, inmutable, es decir, hacia los valores.

El relieve dado por Martin Buber al hecho de que el ser humano no puede ser comprendido como un “sí mismo”, descuidando la participación y el diálogo entre el yo y el tú, la aportación de Karl Jaspers, quien en sus obras argumenta la trascendencia de la existencia humana, por la cual ésta es concebida como don y como tarea, han colaborado en el proceso de apertura del pensamiento de Frankl hacia las ciencias del espíritu, especialmente de la filosofía.

También merece nuestra atención la experiencia personal vivida por el mismo Frankl en los campos de concentración. De esta experiencia nació el precioso libro: *Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*, en el que subraya con gran convicción que, incluso cuando la vida queda reducida a la mínima expresión y todo aparece carente de significado, permanece aún una libertad fundamental, la libertad de escoger la propia actitud frente al destino. Esta elección quizá no cambie el destino, pero ciertamente cambia a la persona.