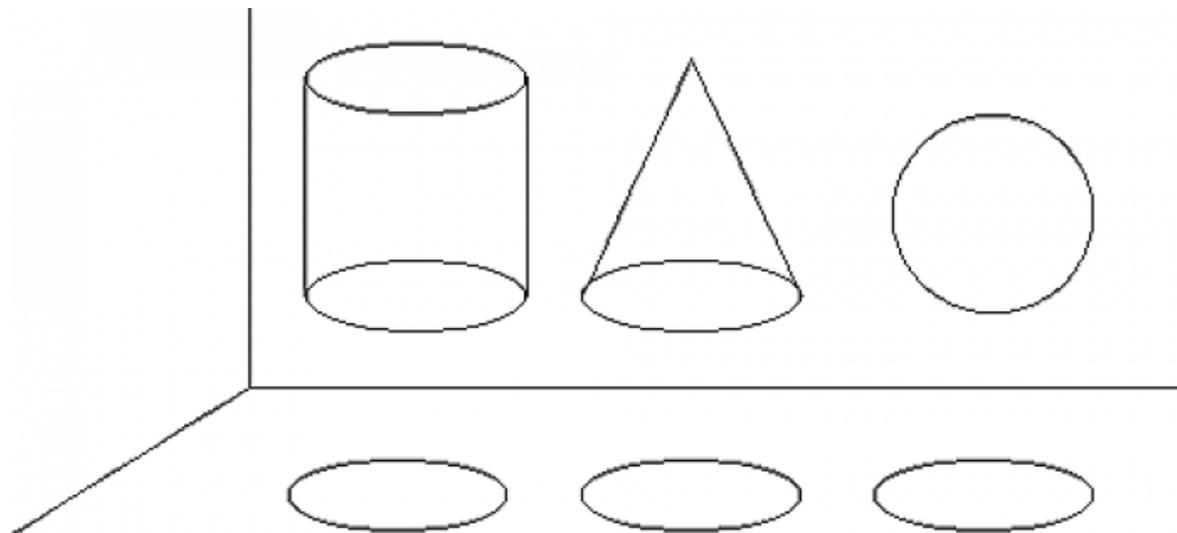


¿Qué aporta la Logoterapia a la integración en psicoterapia?

• AUTOR: MARIBEL RODRÍGUEZ

22/01/2013



Su escuela de Logoterapia se ha llamado la “Tercera escuela vienesa de psicoterapia”. La primera sería la de Freud y la segunda la de Adler.

Viktor Frankl decide llamar Logoterapia a su método porque *Logos* es una palabra griega que se puede traducir por «sentido», «significado» o «propósito». Así que, la Logoterapia, centrará su atención en el sentido de la existencia humana, así como en la búsqueda del mismo por parte del hombre. Otro aspecto central de la Logoterapia es que en la misma se busca una visión integral de la persona, en la que se la ve como a un ser único e irrepetible, y en el que hay que tener en consideración que le constituyen diferentes dimensiones: la biológica, la mental, la social y la espiritual.

Frankl crea su propia escuela por su insatisfacción, primero con el psicoanálisis y posteriormente con otras escuelas psicoterapéuticas. Dicha insatisfacción surge porque los planteamientos, de las diferentes psicoterapias que conoce, le parecen modelos insuficientes para explicar y tratar la realidad humana. Siente que falta algo, que la idea de persona está incompleta en ellas, o dicho de otro modo, que su visión antropológica es parcial, porque esas diferentes escuelas psicoterapéuticas caen en visiones reduccionistas del ser humano (Frankl, 1987). Reducen a la persona a una de sus partes sin considerar al del hombre de una forma completa. Por ello, una de sus preocupaciones centrales es buscar una psicoterapia que

abarque la realidad global del ser humano, sin reducirlo a un mapa que le simplifica en exceso.

Su inquietud por una antropología integral es común a la de muchas psicoterapias humanistas que surgen en torno a los años 60. Con la diferencia de que su propuesta está ya presente en los años 40.

Como vemos, hace un especial énfasis en la búsqueda de una visión global del ser humano, en la que nos propone que intentemos unificar los logros de cada una de las escuelas psicoterapéuticas existentes, pues en todas hay verdades parciales que se pueden integrar unas con otras (Frankl, 1999), para lograr así una visión más completa de la realidad de la persona. Dentro de su planteamiento está presente la idea de complementar otras psicoterapias con la Logoterapia, para que unas y otras se amplifiquen o complementen en una propuesta más amplia acerca de lo humano. Así que no es preciso ser logoterapeuta para poder integrar sus propuestas, dentro del ámbito de cualquier psicoterapia. La Logoterapia puede darnos un plan para la integración, pero también puede ser integrada dentro de otras propuestas humanistas existentes. Nos añade puntos de vista, que pueden ayudar a que nuestro quehacer psicoterapéutico tenga un horizonte más amplio.

Para integrar estas verdades parciales es preciso partir de una dimensión superior que nos aporte una perspectiva más amplia desde donde hacer la integración. Esa dimensión superior sería la específicamente humana (que para él tiene un componente espiritual). En ella y desde ella, se pueden integrar las demás dimensiones con una visión unitaria, para captar así la unicidad y la humanidad de la persona (Frankl, 1988). Además, esta visión de integración daría lugar a una nueva perspectiva, como consecuencia de la unión de las diferentes dimensiones, generándose una unidad en la multiplicidad, o bien, una unidad múltiple que definiría la existencia humana. Para mostrar su idea de un modo más claro Frankl propone lo que llama **ontología dimensional**, que nos muestra un planteamiento que nos ayudará a ir más allá de las psicologías que sólo ven un lado del ser del hombre (Frankl, 1987, 1999).

Esa **ontología dimensional** nos muestra gráficamente su propuesta de integración en psicoterapia, mediante lo que llama las **leyes de la ontología dimensional**:

1) La primera ley de la ontología dimensional nos dice que si sacamos un objeto (tridimensional) de su dimensión y lo proyectamos en dimensiones inferiores a la suya (dos dimensiones), nos encontramos con que toma formas que se contradicen entre sí. Por ejemplo, si se proyecta un cilindro abierto en dos planos diferentes, en cada uno de ellos se ven figuras cerradas (ver figura 1). En el plano vertical vemos, en esa proyección, una figura rectangular, y en el plano horizontal, vemos un círculo.

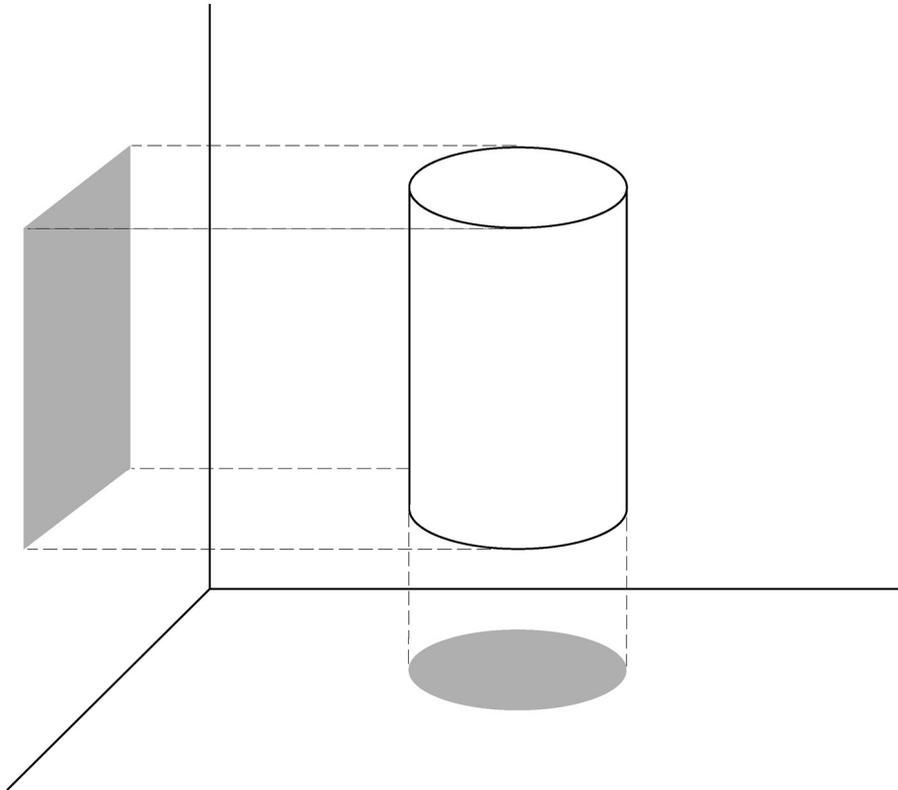


Figura 1

Cada perspectiva nos aporta una imagen diferente de un mismo objeto, con lo que nuestras conclusiones acerca de la misma, vistas desde un solo lado, pueden ser parciales y limitadas.

Esto es lo que suele ocurrir cuando se encuentran dos terapeutas de dos escuelas diferentes. Las realidades que captan de una misma persona son, con frecuencia, bastante distintas. Por ejemplo, imaginemos que un paciente ha estado primero en la consulta de un psicoterapeuta cognitivo-conductual y después en la de un psicoanalista. Cuando cada uno de los terapeutas nos hable del paciente escucharemos descripciones muy diferentes acerca de lo que le ocurre, sobre como tratarle, etc., llegándonos

incluso a parecer, en algunos casos, que se nos está hablando de dos pacientes distintos. Seguramente ambas perspectivas nos muestren dos visiones posibles de la realidad, pero no hay que olvidar que están enfocadas desde diferentes ángulos. La tentación habitual, en estos casos, es tratar de captar quién tiene razón, en lugar de darnos cuenta de los elementos de verdad que puede haber en cada uno de los discursos. Lo malo es, que con frecuencia nos encontraremos con intensas discusiones entre miembros de diferentes escuelas para imponer el propio punto de vista, como verdad absoluta, sin escuchar la opinión del que lo ve desde otro lado.

En este caso, Frankl nos propone escuchar a ambos para adquirir una perspectiva más global, mediante la escucha de las verdades parciales. Pero para esto hay que asumir una nueva perspectiva, que necesariamente ha de ser más amplia que las anteriores.

2) La segunda ley de la *ontología dimensional* nos dice que si sacamos de su dimensión original (tridimensional) varios objetos y los proyectamos en una dimensión inferior a la original (dos dimensiones), podemos encontrarnos, desde esa perspectiva, una imagen parecida que puede confundirnos, haciéndonos pensar que objetos diferentes, son lo mismo (ver Figura 2).

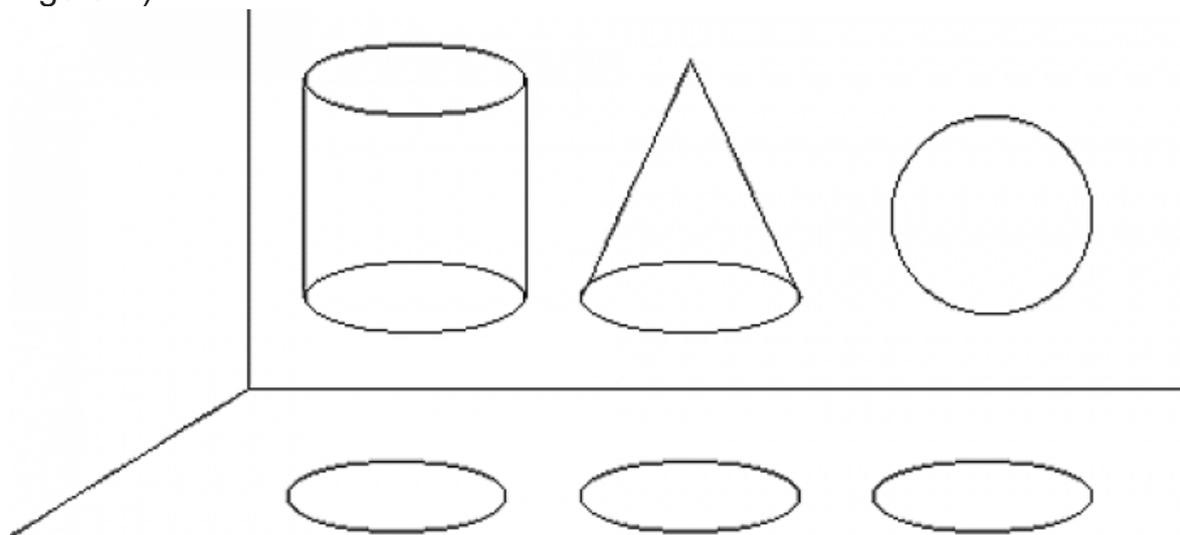


Figura 2

Esto nos puede suceder, por ejemplo, en psicoterapia, en situaciones en las que la manifestación externa de un padecimiento psíquico es la misma. Podemos encontrarnos a dos pacientes que lloran con facilidad y concluir

que ambos están deprimidos, pero es posible que en un caso haya una depresión y en otro un duelo, o un estrés postraumático, o un estrés agudo, o que simplemente esté sufriendo un padecimiento ocular que le produzca exceso de lágrimas. Lo mismo puede pasar con fenómenos de tipo psicótico, como es el caso de las alucinaciones. En general se supone que su base es orgánica, por un trastorno de la química o fisiología cerebral, pero se suele ignorar que pueden producirse por más causas: por alucinógenos, por síndrome de abstinencia, por estrés agudo o en ciertos cuadros disociativos (lo que se llamaba antiguamente “psicosis histérica”). Con el consiguiente daño para el paciente, que puede recibir una prescripción de antipsicóticos, sin necesitarlos.

Lo mismo ocurre cuando, en un estudio sobre los genes de diferentes especies, nos encontramos con coincidencias entre un humano y un orangután en torno al 98% del material genético. Desde la perspectiva de la genética somos casi iguales, pero si adoptamos otras perspectivas, ¿realmente somos tan parecidos?

Lo que nos quiere decir Frankl, mediante estas imágenes, es que el científico tiende a estudiar lo humano reduciéndolo a a fragmentos parciales, generando mapas que se convierten en lechos de Procusto. El lecho de Procusto es una alusión a la mitología griega. Procusto ofrecía posada a los viajeros solitarios. Les ofrecía tumbarse en un lecho, en el que mientras el viajero dormía lo ataba y amordazaba. Si el viajero era demasiado grande para el lecho, Procusto serraba lo que sobresalía. Quién era demasiado pequeño, para la cama, era estirado y descoyuntado para que encajara exactamente en ella. Esto puede suceder cuando queremos hacer que el paciente encaje a toda costa en nuestro modelo, de tal forma que lo que no se adecua al mismo lo ignoramos, como si no existiera; y si la realidad del paciente no cabe en nuestro “mapa”, forzamos nuestra interpretación, y “estiramos” los síntomas para que, finalmente, encaje en nuestra teoría.

Aparte de lo que supone esta *ontología dimensional*, para entender a la persona globalmente Frankl nos señala que tenemos que considerar, en esa valoración global, las diferentes dimensiones humanas: la biológica, la mental, la social y la espiritual. Para él lo espiritual sería la realidad más auténtica de la persona y la que pone en juego la libertad y la responsabilidad personal. Tanto la libertad como la responsabilidad se

relacionarían con la “capacidad de decisión del espíritu” para hacer frente a los condicionamientos y las circunstancias personales (Frankl, 1987, 1988), posibilitando así el encontrar un sentido de la vida más en consonancia con quienes somos realmente, y no con lo que las circunstancias de la vida nos hayan impuesto. Es decir, que gracias a esa dimensión espiritual podemos hallar en nosotros un espacio para el desarrollo de nuestra propia libertad y sentido, que, a su vez, irían unidos al desarrollo de nuestra propia responsabilidad. La espiritualidad sería, para Frankl, la dimensión más esencial y genuina del existir, mostrándonos el camino para desarrollar el sentido mediante el cultivo de ciertos valores, que, en algunos casos, son más de tipo espiritual que material (como el amor, el altruismo, la creatividad, la autotrascendencia, etc.). Para Frankl, la búsqueda de un sentido y la orientación hacia unos valores son una ayuda ante cualquier conflicto, sobre todo si es de tipo existencial (destacando la importancia de intervenir en el mismo nivel que aquél del que surge el conflicto, pues sería un error, por ejemplo, el pretender tratar un conflicto espiritual recurriendo a tranquilizantes) (Frankl, 1987).

Así, lo espiritual nos abriría el horizonte a más posibilidades de sentido, ayudándonos a descubrir lo que es valioso en la vida. Siempre partiendo del respeto a la cosmovisión personal de cada ser humano, pues por ejemplo, hay personas que encuentran lo espiritual dentro de un contexto religioso y otras que lo encuentran fuera del mismo.

A modo de conclusión podemos decir que la Logoterapia nos aporta valiosas reflexiones y un modelo para la integración en psicoterapia, desde una perspectiva psicoterapéutica pluralista (integrando las verdades parciales) e integral (considerando las diferentes dimensiones del ser humano en una antropología más completa).

Maribel Rodríguez

BIBLIOGRAFÍA

- Frankl, V.E. (1987). *Psicoanálisis y Existencialismo De la Psicoterapia a la Logoterapia*. México. Breviarios del Fondo de Cultura Económica: México.
- Frankl, V.E. (1988). *El hombre en busca de sentido*. Ed. Herder: Barcelona, 9ª edición
- Frankl, V.E. (1999). *La idea psicológica del hombre*. Madrid: Ed. Rialp, Biblioteca del Cincuentenario, 6ª edición