

Las tres escuelas de Psicología de Viena y el Desarrollo del Análisis Existencial y Logoterapia de Viktor Frankl



Por: **LISLE SOBRINO**¹ y **ROBERTO VECCO**² (Perú)

RESUMEN: El Análisis Existencial y Logoterapia de Viktor Frankl (1905-1997), es también llamada la “Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia”, luego del Psicoanálisis de Sigmund Freud (1856-1939) y la Psicología Individual de Alfred Adler (1870-1937). Aunque es una de las escuelas más antiguas de la Psicoterapia, es aún muy poco conocida más allá de las experiencias biográficas de Frankl y de la temática del Sentido. El desarrollo de esta escuela ha sido sin embargo muy importante durante los últimos años, dando origen a diversas orientaciones dentro de la misma. A través de este artículo recorreremos la biografía de Frankl, con énfasis en su relación con las ideas de Freud y Adler. Mencionaremos las orientaciones actuales de este Enfoque, para finalmente presentar las principales características de la propuesta de APAEL.

PALABRAS CLAVE: Alfred Adler, Análisis Existencial, APAEL, Escuelas

¹ **LISLE SOBRINO CHUNGA.** Psicólogo clínico con estudios de Maestría y Doctorado Ph.D. en Psicología. Terapeuta con formación en Análisis Existencial y Logoterapia, Terapia Sistémica – Familiar, Hipnoterapia Ericksoniana y Terapias Breves Estratégicas. Presidente y Director Científico de la Asociación Peruana de Análisis Existencial y Logoterapia (APAEL). Co-fundador, Vice-Presidente y Director del Área de Formación de la Sociedad Peruana de Psicoterapia. Docente Universitario de Pre-grado y Post-Grado en varias universidades.

² **ROBERTO GONZALO VECCO.** Realizó estudios de Medicina Humana, con formación completa en Análisis Existencial – Logoterapia y Terapia Gestalt. Coordinador General y Secretario de la Asociación Peruana de Análisis Existencial y Logoterapia (APAEL). Coordinador General y Editor de la Revista Peruana de Logoterapia Clínica y Enfoques Afines “Logoterapia Hoy”.

Psicológicas de Vienna, Logoterapia, Logoterapia Abierta, Psicoanálisis, Psicología Individual, Viktor Frankl.

1. VIDA DE VIKTOR FRANKL

No pretendemos en este artículo introductorio dar una referencia extensa, a la vida del Dr. Viktor Emil Frankl (1905-1997), la cual merecería como mínimo la publicación de un libro exclusivo. Queremos simplemente esbozar de modo general algunos aspectos significativos de su vida, resaltando su formación académica y relación con sus principales maestros. Comprendemos que esta introducción, a pesar de la gran cantidad de libros publicados sobre la vida de Viktor Frankl, es necesaria, pues es imposible comprender un sistema terapéutico, sin comprender a la vida, contexto y tiempo de sus creadores.

VIKTOR EMIL FRANKL, fue un médico neuropsiquiatra austriaco, psicólogo individual y doctor en filosofía de origen judío, fue el creador del Análisis Existencial y Logoterapia. Recibió 29 títulos de Doctor Honoris Causa y es el autor de más de 30 libros, traducidos a diversos idiomas, numerosas conferencias, centros de promoción de la Logoterapia y numerosos discípulos en diferentes países del Continente Americano, en la India, Australia, Japón, así como en la mayoría de los países de Europa.

Nació el 26 de Marzo de 1905 en Vienna, Austria. Perteneciente a una familia de padres judíos (Gabriel y Elsa) de clase media, era el segundo de tres hermanos (Los otros dos Walter y Stella). En su familia siempre existiría un clima de deber, respeto y afecto. Según se narra, expresó su deseo de ser médico desde los tres años de edad.

Desde muy joven Frankl demostró gran interés en la Filosofía Existencial y la comprensión integral del Ser-Humano. Fue un ávido lector de Marx, Nietzsche, Kierkegaard, Schopenhauer, Scheler, Lenin, Freud y Adler. Su compromiso social fue siempre evidente, llegó a ser Secretario Nacional de la Juventud Obrera. Siempre luchó por la dignidad del Ser-Humano y la Re-humanización del mismo, especialmente contra las corrientes psicologistas y biologists.

Según un pasaje narrado por Eugenio Fizzotti, cuando un profesor de ciencias naturales concluyó que la vida no era "más que" un proceso de combustión y oxidación", Frankl se puso de pie y dijo: "*Entonces profesor Fritz ¿Qué sentido tiene la vida?*". Su interés se agudizó cuando un compañero de estudios se suicidó y se encontró junto a su cuerpo un libro del filósofo Friedrich Nietzsche.

Es importante destacar que Viktor Frankl, nunca realizó una formación o análisis formal en el Psicoanálisis Freudiano. Sus primeros conocimientos en Psicoanálisis los recibió de Eduard Hitschmann (1871-1957) y Paul Schilder (1886-1940) en las clases abiertas de la Clínica Psiquiátrica de la Universidad de Viena. Durante su formación médica tomó Contacto e intercambio correspondencia con Sigmund Freud (1856-1939), quien lo había influenciado a través de sus obras, siendo él apenas un adolescente.

El nacimiento del Psicoanálisis, había inspirado el deseo de ser psiquiatra, en el joven Víktor Frankl, quién en aquel momento se encontraba en la secundaria. Viena en la década de 1920, se erguía entonces como "la meca de la psicoterapia", con nombres tan prominentes como los de Sigmund Freud o Alfred Adler (1870-1937). Desde Suiza aparecían otros prominentes discípulos como Carl Jung (1875-1961) o Ludwig Binswanger (1881-1966).

El único encuentro personal que tuvo con Freud, fue cuando lo encontró accidentalmente rumbo a la estación de tranvía a la salida de su universidad, lo siguió durante varias cuadras hasta llegar cerca de Berggasse, donde todos sabían en Viena que vivía Freud. Frankl solía contar esta anécdota y agregar que "*fue así se había convertido en un seguidor de Freud*". Haddon Klinberg Jr. comenta que Frankl se acercó a él y con los modales de los vieneses le preguntó:

- *Perdóneme, señor, ¿acaso tengo el honor de hablar con el profesor Freud?*
- *Sí, ese soy yo.*
- *Mi nombre es Viktor Frankl y...*

- *Un momento, un momento – le interrumpió Freud – Viktor Frankl. Distrito segundo, Czerningasse, número 6, apartamento 23, ¿no es así?*

Frankl quedó sorprendido que Freud, recordara con exactitud la dirección de su casa, desde la cual él había estado mandándole cartas hacía ya tiempo. Éste le pidió que le envíe un artículo para su revista literaria *Imago*, luego le recomendó hablar con el secretario de la Sociedad Psicoanalítica, para iniciar su formación. En aquel momento el responsable era Paul Federn (1871-1950), quién lo rechazó y le sugirió primero culminar sus estudios de medicina.

Su postura nunca fue de conflicto, sino más bien de admiración y de respeto, hacia el pensamiento Freudiano; en sus memorias escribe: *“El que me conoce, sabe que mi oposición Freud, no me ha privado de rendirle el respeto que se merecía”* (Frankl. 2006). El agradecimiento y respeto que Viktor Frankl muestra hacia el padre de la psicología, es reiterativo a lo largo de toda su obra: *“Todos sabemos bien que Freud fue “el” pionero total y absoluto en el campo de la psicoterapia y estamos de acuerdo en que fue una personalidad con aspectos auténticamente geniales”* (Frankl. 1980, 2003). Sin Freud, conceptos frankleanos como “inconsciente espiritual”, “noodinamia”, “voluntad de Sentido” y/o “Psicología de las alturas”, no tendrían mayor sentido. Tomando como referencia la frase de Stekel *“Un enano sobre los hombres de un gigante, puede ver incluso más lejos que el propio gigante”*.

Posteriormente realizará duras críticas a la teoría y método psicoanalítico, especialmente a su “antropología dualista”, al “pansexualismo”, al “biologismo reduccionista”, al “encuadre terapéutico carente de encuentro interpersonal”, al riesgo que implicaba “la hiperreflexión para el agravamiento de las neurosis”, a su “focalización en el pasado” y su “atención exclusiva por las expresiones más bajas de la realidad humana como son los instintos”, dejando de lado otros fenómenos más elevados (como el arte, la religión, el amor) o “reduciéndolos a mecanismos defensivos de carácter neurótico”, así también su “mirada causalista, carente de toda intencionalidad, finalidad o libertad humana”, la

“focalización en el pasado”, las “excesivas interpretaciones”, entre muchos puntos más.

Antes de Freud, existía una Medicina Occidental, sin Psique, sin embargo, este cayó rápidamente en un Psicologismo. Luego de Freud, existirá pues para Frankl una Psicología, sin Espíritu. Es así que aunque el gran mérito del Psicoanálisis fue *“haber desenmascarado la Neurosis”*, esta perspectiva cayó rápidamente en un *“exceso de interpretación, que lo alejó de la ciencia”* y *“redujo incluso lo auténtico de la persona, a aspectos psicológicos”*: *“Sigmund Freud nos ha enseñado cuán importante es el desenmascarar. Pero creo que, en algún punto debe hacerse un alto, y éste se encuentra allí en donde el “psicólogo desenmascarador” se confronta con algo que ya no es posible desenmascarar por el simple motivo de ser algo auténtico. El psicólogo que aún allí no puede dejar de desenmascarar, sólo desnuda su propia tendencia inconsciente de desvalorizar lo auténtico en el hombre, lo humano en el ser humano”* (Frankl, 2006).

Aún como estudiante de medicina contactó con Hugo Lukacs, quién le presentó a Alfred Adler. Frankl desarrolló gran admiración por Adler, por haberse atrevido a criticar abiertamente muchos puntos del psicoanálisis, en especial su “pansexualismo” y “reducción excesiva de lo humano a fenómenos subconscientes”. Inicia así su formación como Psicólogo Individual, logrando a sus 21 años la certificación con el Dr. Erwin Wexberg (1889-1957).

Dentro del grupo adleriano, desarrollará gran afinidad y amistad con Oswald Schwarz (1883-1949) y Rudolf Allers (1883-1963), quienes serían sus maestros principales en psicoterapia y lo orientarían al estudio científico de la Antropología Filosófica, la Fenomenología Axiológica de Max Scheler y la Filosofía Existencial, aplicada al campo de la Psiquiatría, Psicología y Psicoterapia. En este periodo empezaría a desarrollar críticas más fundamentadas a las posturas de Freud y Adler, entre ellas consideraba la

necesidad de una mayor apertura a la filosofía existencial y superar el psicologismo predominante en ambas escuelas.

Oswald Schwarz, pionero de la Medicina Psicosomática, lo aproximaría a una comprensión más integral de las relaciones del cuerpo y la mente, en la enfermedad. La idea de que “en realidad no hay neurosis de origen puramente somática, psíquica o noética, sino más bien casos mixtos, en los que predomina una dimensión u otra”; así como algunos criterios que esbozará en su “Teoría y Terapia de las Neurosis”, están fuertemente influenciadas por este maestro.

Será también notoria la influencia de Rudolf Allers, que había recibido el seudónimo del Anti-Freud, por sus duras críticas al Psicoanálisis, será fundamental para el desarrollo de sus propias ideas. Allers será uno de los grandes propulsores de la Psicoterapia Existencial, sus reflexiones en torno a las relaciones entre “Psiquiatría y Existencialismo” y en particular, su aporte sobre la “Fenomenología de los mundos alterados” (Allers, R. 1963), es de vital relevancia para la Psicoterapia y Psicopatología, aunque aún poco conocida.

En sus memorias comenta: *“En esta época reconocí definitivamente a mi propio psicologismo. Fui sacudido y despertado totalmente por Max Scheler, cuyo “Fomalismus in der Ethik” (Formalismo en la ética) llevaba conmigo como una biblia”* (Frankl, 2006). También profundizaría mucho más en el estudio de las ideas existencialistas de Kierkegaard, Nietzsche, Husserl, Heidegger, Buber, Jaspers, Binswanger, Marcel y Tilich. Aunque manifestó sus diferencias con Sartre, cabe reconocer que comparte con él muchos puntos vitales de su pensamiento, tales como la “trascendencia del ego” o “la libertad como fundamento del ser”. Tuvo conversaciones importantes e intercambió correspondencia con Heidegger, Jaspers, Binswanger y Marcel: *“Siempre he experimentado que los realmente grandes, a los que admiraba, aun cuando hubiesen tenido el derecho de criticarme, fueron tolerantes, sin darle importancia a todas las deficiencias de mis esfuerzos, y fueron capaces de ver,*

detrás de estos, siempre algo positivo” (Idem). Tal como consta en sus memorias, él reconocía que no poseía la formación filosófica de éstos autores, más su intención no fue jamás la argumentación filosófica, sino la aplicación práctica de las ideas filosóficas existenciales al campo de la Psicoterapia: “El esclarecimiento de la zona limítrofe que se encuentra entre Psicoterapia y Filosofía, con especial consideración de la problemática del sentido y de los valores de la Psicoterapia” (Idem).

A pesar de su gran afinidad por la perspectiva Adleriana, Frankl será expulsado de la Sociedad, por el mismo Adler, luego de la renuncia pública de sus maestros Schwarz y Allers en una célebre reunión realizada en 1927. Desde aquella reunión Adler, no volvió a dirigirle la palabra a Viktor Frankl, debido a mostrarse a favor de sus maestros y criticar el dogmatismo y poca apertura de Adler a la contribución de sus discípulos.

Años después Frankl, declararía que se sentía un discípulo de Alfred Adler y que la separación lo había afectado profundamente en su juventud: *“para mí fue muy importante este “éxodo”. Durante un año yo había editado la revista de Psicología Individual, “Der Mensch im Alltag” (El hombre en su vida diaria), que ahora tarde o temprano tendría que dejar de aparecer. Pero también había perdido mi grupo de pertenencia... Sólo muy pocos de los psicólogos individuales mantuvieron una relación conmigo, aunque no en lo científico, pero si por lo menos humanitariamente. En este contexto, pienso con agradecimiento en el fallecido tan tempranamente Erwin Wexberg, en Rudolf Dreikurs y también en la hija de Adler, Alexandra” (Frankl. 2006). En otro texto dirá: “Para mí la exclusión fue un duro golpe” (Frankl. 1990, 2003).*

Luego de su separación, muchas personas en Vienna solían referirse a las ideas de Viktor Frankl como “Psicología Adleriana mejorada” y que por lo tanto no habría que considerarlas en una línea de investigación original o tener un nombre propio. Esto molestaba mucho a Frankl, quién exponía: *“¿quién estaría legitimado para decidir si la Logoterapia es realmente aún Psicología Individual o ya no? ¿Quién otro sino Adler? Y él insistió en que yo fuese excluido de la*

Asociación de Psicología Individual” (Frankl, 2006). A pesar de estas diferencias, el gran respeto que Viktor Frankl sentía hacia Alfred Adler, nunca mermó, en ocasión del centenario de su nacimiento escribió: “Quien lo conoció tuvo que amarlo como persona y quien trabajó con él tuvo que admirarlo como científico, pues la psicología individual significa un giro copernicano. Es más que esto: Adler es un precursor de la psiquiatría existencial” y agrega: *“Por consiguiente nunca renegué del cordón umbilical que, antes como ahora, me une a la psicología individual”* (Frankl. 1990, 2003).

Viktor Frankl consideraba no sólo que el Psicoanálisis y la Psicología Individual podían complementarse mutuamente, sino que además estaba convencido de que la Psicología Individual significaba un progreso importante para la Psicoterapia. Sin embargo, su comprensión sobre el Ser Humano, no incluía de manera clara, lo específicamente humano.

La influencia del pensamiento de Adler, resulta muy difícil diferenciar entre lo que Víktor Frankl toma directamente del pensamiento de Alfred Adler³, de las influencias de otros autores como Rudolf Allers u Oswald Schwarz, así como de sus propios aportes. El Dr. Michael Titze, mencionó que en alguna ocasión se dijo que Alfred Adler fue un "Pre-Frankleano" y que Viktor Frankl fue un "Post-Adleriano", él sostiene la hipótesis, de que finalmente Adler, durante sus últimos años llegaría a las mismas comprensiones e inquietudes de carácter existencial que en un primer momento no había sabido reconocer en Schwarz, Allers y Frankl. De todas maneras las relaciones entre estas dos escuelas son importantes y merece la pena ahondar en su investigación, diálogo e integración.

Podemos citar los siguientes aportes de Alfred Adler a la Psicología y Psicoterapia:

³ Es importante reconocer que la obra de Alfred Adler posee tres etapas marcadas: 1. La etapa en la cual se basa en el estudio de la compensación orgánica; 2. La etapa en la que se aproxima al psicoanálisis con una rápida separación para la constitución de su propio movimiento científico la “Psicología Individual”, donde estudiará principalmente el “Complejo de Superioridad”, siendo su principal obra “El carácter neurótico” y 3. La tercera etapa en la cual brinda las bases de su enfoque teleológico – relacional o Socioteleológico y de una aproximación cognitiva – constructivista precoz y anterior a la Psicoterapia Cognitiva. Su principal obra en este periodo es “El Sentido de la Vida”, publicada en el año 1935 y en la cual enfatiza la importancia de la “opinión sobre nosotros mismos y el mundo”, el “Sentimiento Comunitario” y las “Tareas de la Vida”.

- El énfasis en la mirada holística del Ser Humano, en cuanto Individuum (Indivisible).
- La ampliación de la mirada biopsíquica a la Bio-psico-social.
- El indeterminismo en relación a los instintos y el inconsciente.
- El rol de la infancia y la familia en el desarrollo de la personalidad.
- La importancia de la vulnerabilidad y compensación orgánica (bases de la medicina psicosomática desarrollada posteriormente por Oswald Schwarz).
- El estudio de los sentimientos de inferioridad y sus complejos correlativos como son el complejo de inferioridad y superioridad.
- La “Voluntad de Poder” como punto intermedio entre “Voluntad de Placer” y “Voluntad de Sentido”.
- La importancia de la Libertad y Responsabilidad en Psicoterapia.
- La importancia de la Finalidad y aproximación Teleológica.
- La “teoría de la superación”.
- La búsqueda del Sentido de la Vida y su importancia en la psicoterapia.
- La importancia de las tres tareas vitales: Amor, trabajo y relaciones sociales en la experiencia y salud de la persona.
- Las metas estrechas centradas en sí mismo y metas centradas en el interés social que contienen luces hacia una psicoterapia centrada en la trascendencia.
- Destacará el rol de la opinión y pensamiento del niño en la construcción de la realidad y desarrollo de su personalidad.
- El uso de la relación y diálogo cara a cara con el paciente.
- Un lenguaje psicológico más simple y comprensible.
- El estilo psicoeducativo en la terapia.
- La importancia de la prevención y la implementación de los primeros consultorios de psicología en escuelas.
- La realización de programas de asesoría y asistencia comunitaria.

Podemos también atribuir a la Psicología Individual, la categoría de “Precursora de la Psicoterapia Cognitiva - Constructivista”, basados en la importancia que

esta otorga a creencias, percepciones, opiniones y significados personales, así como la importancia de abordarlos a nivel cognitivo a través del proceso psicoterapéutico. También tomando en cuenta el rol que ejerce la persona como responsable, autor y constructor de su propia realidad.

Frankl realizará su especialidad en Psiquiatría con el famoso psiquiatra Otto Pötzl (1877-1962), sucesor del famoso Ritter Julius Wagner von Jauregg (1857-1940), Premio Nobel de Medicina en 1927 y maestro de Jacobo Levy Moreno (1889-1974) y Pedro Lain Entralgo (1908-2001), entre otros. También se formará en Neurología con el Joseph Gerstmann (1887-1969), cuyo nombre se le atribuyó al Síndrome Angularis. Pötzl, en contraste con su eminente maestro Ritter Julius Wagner von Jauregg, adepto a la ideología Nazi de “esterilización forzada y limpieza racial”, ayudará a Frankl durante el dominio del partido nacionalsocialista a evadir las órdenes de eutanasia para pacientes judíos, alterando los diagnósticos de enfermedades psiquiátricas como esquizofrenias, en problemas de tipo orgánico como afasias, demencias o delirios febriles.

En esta etapa Frankl se dedicará a la práctica Neuropsiquiátrica en Vienna, siendo inicialmente Jefe del Servicio del Pabellón de Mujeres Suicidas y posteriormente el Director del Rothschild Hospital. Frankl atendería un promedio de 3000 pacientes por año, garantizando así su experiencia clínica. Durante este periodo Frankl registró taquigráficamente todos los dichos y frases extrañas expresadas por sus pacientes, las mismas que pensaba publicar en un libro titulado “... y los locos dicen la verdad” (Frankl. 2006).

Continuará con su labor en el Policlínico de Vienna, combinándola con su práctica privada en Psiquiatría y Neurología desde 1937. En esta fase se dedicará arduamente al desarrollo y maduración de sus propias ideas, las mismas que no fueron publicadas sino hasta 1945, tras su liberación de los Campos de Concentración. Existen sin embargo, diversas referencias históricas que demuestran de la creación del Análisis Existencial y Logoterapia en la década de los años 30, previamente a la experiencia de los campos de concentración. La primera referencia de Viktor Frankl al término “Logoterapia” data de una conferencia realizada en el año 1926. La denominación alternativa

de “Análisis Existencial”, fue utilizada por primera vez en 1933, para aquel entonces ya había sistematizado varias de sus ideas principales. Será Wolfgang Soucek, quién años más tarde denominará oficialmente al “Análisis Existencial y Logoterapia” como la “Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia”.

En aquel momento Frankl conoció a la que fuera su primera esposa, Tilly y contrajo matrimonio con ella, 9 meses antes de ser deportado a los campos de concentración. Por aquel momento, recibió también la invitación del consulado para obtener una Visa para los Estados Unidos. Esta Visa sin embargo, no podía extenderse hacia sus padres ancianos, a quienes había protegido hasta ese momento, con sus influencias. Él no había comentado nada al respecto a sus padres, sobre este hecho, que seguramente habría sido asumida por ellos como una gran noticia. Las agresiones hacia los judíos eran cada vez más explícitas y violentas y él temía por el futuro de sus padres. En aquel momento, sin saber qué decisión tomar Frankl reflexionó caminando a través de las calles de Vienna. Al llegar a su casa, vio un pequeño pedazo de mármol sobre la mesa: “¿Qué es esto preguntó a su padre?”. Era un pedazo de mármol que él había tomado de una de las sinagogas quemadas y demolidas por los nazis, su padre le indicó que correspondía a un pedazo de las tablas de los diez mandamientos. Frankl preguntó a su padre de cuál se trataba y este le respondió: “*Honra a tu padre y a tu madre, para que vivas por mucho tiempo en la tierra...*”. Frankl interpretó este hecho como una señal y dejó su visa expirar. En menos de un año, todos sus familiares, menos su hermana Stella que logró escapar, fueron deportados a los ghettos judíos y posteriormente a los campos de concentración.

Frankl atravesará la experiencia más trágica de su vida: Su aprisionamiento por más de 2 años en 4 campos de concentración nazi (Auschwitz, Dachau, Kaufering y Türkheim). Su padre moriría en sus brazos en Theresienstadt, su madre en las cámaras de gas en Auschwitz, su hermano Walter murió también en Auschwitz y su joven esposa Tilly, de apenas 25 años de edad, fue obligada a abortar y posteriormente murió en Bergen-Belsen.

Esta experiencia dio origen a su libro "El Hombre en busca del Sentido", en el cual narra cómo experimentó el Holocausto en carne propia. Una vez liberado se enteró de la noticia de la muerte de su madre y de su esposa. Sumido en el sufrimiento y la soledad, se concentró en la redacción del libro: *"Dictaba y dictaba, tres taquígrafas debían turnarse para seguir mi dictado y pasarlo a máquina – tal era la cantidad que diariamente sacaba de encima, en habitaciones sin calefacción, apenas amuebladas, con ventanas que en lugar de vidrios tenían tapas de cartón. Salía de mí a borbotones. Caminaba por la habitación dictando. De vez en cuando, aún me visualizo a mí mismo, me dejaba caer exhausto en un sillón y rompía en llanto. Tan emocionado estaba por mis propios pensamientos, que frecuentemente me sobrevenían con una dolorosa claridad. Las compuertas se habían abierto..."* (Frankl. 2006).

Es en los campos de concentración, donde realmente pondrá a prueba sus teorías y descubre la verdad existencial de la frase de Nietzsche: *"Quién tiene un por qué para vivir, puede soportar casi cualquier cómo"*. Se da cuenta de que aquellos hombres que sobrevivían mejor al campo eran los que tenían un "Sentido" para poder hacerlo. Desde entonces dedicaría su vida a ayudar a los demás a encontrar el "Sentido", capaz de ayudarlos a decir: *"¡Sí a la vida a pesar de cualquier circunstancia!"*. Contacta en esta experiencia con la indigencia humana, su "Existencia Desnuda", sin nada más que su propio ser confrontado al sufrimiento inevitable, cuestionándose por el sentido de su propio sufrimiento y confrontado a su propia libertad y responsabilidad. Todo lo que valía la pena se le había arrebatado, menos su Libertad. Padeció hambre, frío y brutalidades en manos de los guardias y capos. En varias ocasiones estuvo a punto de morir, así como vio la muerte a su alrededor.

Esta experiencia confirió a Frankl, la autoridad y experiencia para poder ayudar a las personas a alcanzar la esperanza y trascender sus dificultades con dignidad, a través del descubrimiento de un sentido para sus vidas y elegir una actitud correcta, incluso en las situaciones más difíciles o adversas: *"lo importante no es ya lo que nos pasa, sino lo que hacemos con aquello que nos pasa"*. Es a través de lo que el hombre experimenta, da y asume que uno

puede descubrir el sentido de la vida, "en la vida misma". Frankl comprenderá la importancia del Amor, la Trascendencia y el Servicio, lo importante no es "lo que uno espera de la vida, sino lo que la vida espera de uno". Esta experiencia le permitió poner a prueba el "poder de oposición del espíritu" y confirmar la importancia fundamental de las capacidades de auto-distanciamiento y auto-trascendencia, que serán fundamentales en su método psicoterapéutico.

La versión original de "El hombre en busca de sentido" ha sido traducida a más de veinte idiomas y se han vendido muchos millones de ejemplares de la obra en todo el mundo. La "Library of Congress" en Washington la ha declarado como uno de los diez libros de mayor influencia en América. Muchas personas han leído "El Hombre en busca del Sentido", pero pocos conocen y comprender el pensamiento profundo de Frankl y su importancia dentro de la historia de la Psicología y la Psicoterapia. Por este motivo, Gordon Allport (1897-1967), le sugirió agregar a la versión original norteamericana, un anexo con una explicación sobre las principales ideas del Análisis Existencial y Logoterapia. Viktor Frankl, es sin duda uno de los autores más influyentes en la Psicología y Psicoterapia Moderna.

A su retorno, le concedieron la dirección del Policlínico Neurológico de Viena, durante los siguientes 25 años. Se dedicó entonces a su práctica clínica, a escribir sus obras, a contestar la innumerable correspondencia que recibía diariamente y difundir su enfoque "Análisis Existencial y Logoterapia", en diversos países de Europa, Norteamérica, América Latina y Asia.

Sus libros y testimonio personal tuvieron gran repercusión en los Estados Unidos, donde amigos suyos como Gordon Allport y Charlotte Bühler, se encontraban desarrollando las bases junto a otros prominentes psiquiatras y psicológicos como Abraham Maslow, Carl Rogers, James Bugental, Rollo May, entre otros, de lo que sería el nuevo movimiento de la Psicología, denominado "Psicología Humanística" o "Tercera Fuerza de la Psicología". A pesar de las invitaciones de sus colegas Frankl se mostró distante, a pertenecer a este nuevo movimiento, con el fin de poder expresar algunas críticas sobre el mismo. Consideraba que muchas personas habían integrado ese movimiento

más por una oposición a las dos anteriores tendencias (El Psicoanálisis y el Conductismo), que por una comprensión profunda y convicción en la dignidad de la Persona Humana. Existían así personas que conservaban tendencias reduccionistas sobre el Ser Humano y que exponían actitudes que iban contra su dignidad en aras de la “autenticidad” y “Autorealización”; incluso promoviendo aspectos poco saludables y presionando la expresión de emociones o tomas de consciencia. El Humanismo Americano de los años 60 distará del Análisis Existencial y Logoterapia de Frankl, en muchos puntos fundamentales, algunos de los cuáles iremos señalando a lo largo de este texto.

Aunque exploraremos las principales ideas y aportes de Viktor Frankl a lo largo de este texto, queremos sintetizar en esta breve introducción de forma concreta, los principales aportes que este autor otorgó a la Psicoterapia contemporánea:

- 1) La comprensión Integral de la Persona Humana y su oposición al Reduccionismo biologista y psicologista. Brindó las bases para el desarrollo de una Psicoterapia integral que involucre la totalidad Biopsico-Espiritual e individualidad de la persona, integrando la tradición científica-clínica y la tradición fenomenológica-comprensiva de manera más armónica.
- 2) La Inclusión de la Dimensión Noética (Espiritual) de la Persona en la salud. Esto permitió el uso de las capacidades específicas del Ser Humano en el proceso psicoterapéutico: Consciencia, Auto-distanciamiento, Auto-trascendencia, Libertad de Voluntad, Voluntad de Sentido, Sentido de Vida y Valores.
- 3) La importancia de la Libertad y Responsabilidad en la práctica clínica, incluyendo el concepto de “Pro-actividad”, que resalta la importancia de la Respuesta y Actitud Personal frente a los hechos, síntomas y enfermedades que la persona afronta.

- 4) Destacó la importancia del Sentido de la Vida, para la Salud y la Psicoterapia. Sus aportes permitieron introducir la problemática de la Angustia Existencial relacionada a la Frustración y Falta de Sentido Vital en el ámbito clínico. Investigó y planteó el "Vacío Existencial" y/o "Neurosis Noógenas", como problemáticas contemporáneas de gran relevancia para la salud mental.
- 5) Presentó una reinterpretación de la "Consciencia" y "lo Inconsciente", incluyendo la teoría del "Inconsciente Espiritual", desde postulados diferentes a los del Psicoanálisis Freudiano.
- 6) Presentó una propuesta fenomenológica dimensional para la comprensión integral de las diversas enfermedades, mediante la cual es posible estudiar el Origen Prioritario de un problema y sus expresiones, de una manera descriptiva y no interpretativa.
- 7) Replanteó la importancia del Sufrimiento como una capacidad humana y no como un síntoma patológico, diferenciando entre el Sufrimiento Evitable (Neurótico) e Inevitable (Impuesto por el Destino), pudiendo rescatar la dignidad de la persona del paciente (Homo Patiens: Hombre doliente) y desarrollar métodos terapéuticos más comprensivos en especial ante las situaciones límite como son el Sufrimiento, la Culpa y la Muerte.
- 8) Fue uno de los pioneros en destacar la importancia del Encuentro y Relación Terapéutica como base de la Intervención Clínica.
- 9) Describió el efecto negativo generado por los agentes de salud, médicos, psicólogos y terapeutas en la salud del paciente, la cual patentó como "Neurosis Iatrogénica".
- 10) Estimuló la intuición, creatividad e improvisación como complemento de la técnica terapéutica y atributos a estimular en el psicoterapeuta.

- 11) Fue un promotor del uso del Sentido del Humor y del uso de técnicas como el Diálogo Socrático, la Intención Paradójica y la Derreflexión. El diálogo socrático ha sido utilizado en diversos métodos terapéuticos de orientación cognitiva, humanística y sistémica. La Intención Paradójica, que ha tenido gran repercusión en la psicoterapia cognitiva-conductual y sistémica-estratégica. La Derreflexión fue empleada exitosamente en casos de difusión sexual.,
- 12) Su método abierto a su propia evolución y diálogo con otras escuelas, constituye un antecedente importante, de la apertura y búsqueda de integraciones cada vez más frecuentes en el mundo de las psicoterapias. Frankl fue pionero de esta apertura hacia la integración y diálogo, en épocas donde la ortodoxia de las diversas escuelas, lo hacía imposible. Lukas, indica al respecto, que no existió una escuela psicoterapéutica tan tolerante y respetuosa de otras escuelas como la Logoterapia.

Además de un científico destacado y apasionado por su trabajo, Viktor Frankl fue sobre todo un ser humano coherente, sensible y carismático, esposo, padre y abuelo ejemplar. Alpinista de montañas, aviador y caricaturista. Un hombre que había encontrado el Sentido de su Vida, ayudando a otras personas a encontrar su propio Sentido.

El 21 de octubre de 1996, Viktor Frankl dictó su última clase magistral en la Universidad de Viena. Durante este año su salud empieza a deteriorarse.

Viktor Frankl murió el 02 de Septiembre de 1997, a la edad de 95 años, luego de permanecer durante tres días inconsciente tras una intervención quirúrgica. Unos días antes había muerto la madre Teresa de Calcuta quien años antes presentó una solicitud al Comité del Premio Nobel, para que el premio fuese otorgado a Viktor Frankl, sin embargo, esta solicitud no prosperó. Durante una entrevista Frankl contaba que su principal motivación en la vida fue **“ser un buen médico, pero sobre todo seguir siendo un buen Ser Humano”**.

Frankl fue un testigo del Siglo XX. Testigo de las más grandes atrocidades y más elevadas proezas de las que es capaz la especie humana, en su libro más famoso dirá: **“Luego de Auschwitz sabemos de lo que el hombre es capaz, y después de Hiroshima sabemos lo que está en juego”**. Fue también un científico con alma humanista y existencialista, testigo partícipe de los inicios de la Psicoterapia. Pero sobre todo fue un hombre que logró convertir el sufrimiento en sabiduría, el propio vacío en una misión en beneficio de otros y el destino inevitable la posibilidad de otorgar a la vida una respuesta y actitud positiva.

Al respecto dirá el propio Frankl: **“Es probable que, realmente toda persona que desarrolla un sistema propio de psicoterapia, al fin y al cabo escriba su propia historia clínica. El interrogante sólo es si es representativo para las neurosis colectivas de su tiempo. Entonces sería posible que pudiese sacrificar su propio sufrimiento para los demás, y su enfermedad pudiera contribuir a inmunizar a otros”** (Frankl. 2006).

BIBLIOGRAFÍA EN CASTELLANO DE VIKTOR FRANKL.

- Ante el vacío existencial. Ed. Herder. 1980. 10ma reimpresión 2003.
- Búsqueda de Dios y sentido de la vida. Ed. Herder.
- En busca del sentido último. Ed. Paidós
- En el principio era el sentido. Ed. Paidós
- El hombre doliente. Ed. Herder.
- El Hombre en Busca del Sentido. Ed. Herder.
- Escritos de juventud 1923 - 1942. Ed. Herder.
- Fundamentos y Aplicaciones de la Logoterapia. Ed. Herder
- La idea Psicológica del Hombre. Ed. Rialp.
- La Psicoterapia al alcance de todos. Ed. Herder.
- La Psicoterapia en la práctica médica. Ed. San Pablo.
- La presencia ignorada de Dios. Ed. Herder.

- Las Raíces de la Logoterapia: Escritos juveniles 1923–1942. Ed. San Pablo. 2005.
- La Voluntad de Sentido. Ed. Herder.
- Logoterapia y Análisis Existencial: Textos de cinco décadas. Ed. Herder. 1990. 3ra edición 2003.
- Logoterapia y Existencialismo. Ed. Herder.
- Lo que no está escrito en mis libros. Memorias. Ed. San Pablo. 2da edición. 1ra reimpresión. 2006.
- Psicoanálisis y Existencialismo. Ed. Fondo de Cultura Económica
- Psicoterapia y existencialismo. Ed. Herder.
- Psicoterapia y Humanismo. Ed. Fondo de Cultura Económica.
- Sincronización en Birkenwald. Ed. San Pablo.
- Teoría y Terapia de las Neurosis. Ed. Herder.

2. ORIENTACIONES ACTUALES DEL ANÁLISIS EXISTENCIAL Y LOGOTERAPIA

El Análisis Existencial y Logoterapia de Viktor Frankl se ha desarrollado en los cinco continentes, a través de orientaciones diversas. Aunque no existe una clasificación oficial, los autores de este texto, podemos identificar diversas fases y orientaciones más o menos diferenciadas en el desarrollo del Análisis Existencial y Logoterapia de Viktor Frankl. A continuación describiremos aquellas, con sus respectivas características.

2.1. LOGOTERAPIA CLÁSICA

Existe una propuesta que podríamos llamar “Logoterapia Clásica”, que se refiere a la primera fase de su desarrollo, tomada aún hoy en día por muchos discípulos y logoterapeutas. Esta propuesta aunque válida y útil en casos simples, no corresponde según el mismo Frankl, a una propuesta psicoterapéutica completa, sino más bien a un complemento de la misma. Sobre ella podríamos decir que:

- 1) Corresponde a una mirada ortodoxa, basada principalmente en los escritos e ideas de su fundador Viktor Frankl.
- 2) Recalca la importancia de la biografía de Viktor Frankl, así como de su experiencia en los campos de concentración.
- 3) Enfatiza la importancia del Sentido de la Vida y se presenta principalmente como una Psicoterapia Centrada en el Sentido, dejando de lado (o dando por hecha), la comprensión profunda de otros aspectos biológicos, psicológicos y/o existenciales.
- 4) Es una terapia específica para las Neurosis Noógenas y Vacío Existencial, mientras es sólo un complemento para el abordaje de otras patologías somáticas o psicológicas. Presta especial atención a las situaciones límite y las crisis vitales.
- 5) Su estilo inicial es motivacional, basada en la relación, acompañamiento y reflexiones. No posee mucho rigor técnico y prioriza el encuentro sobre esta, sin la comprensión profunda o uso especializado de la fenomenología en él mismo. Usa métodos clásicos expuestos por Frankl como el Diálogo Socrático, la Intención Paradójica y la Derreflexión, de la manera descrita en la bibliografía.
- 6) Su objetivo es la Re-humanización de la salud, oponiéndose al biologismo y psicologismo; luchando por la incorporación de la dimensión noética (espiritualidad) y el Sentido como motivación trascendental frente al Placer y al Poder en la fundamentación epistemológica de la salud y la psicología.

2.2. LOGOTERAPIA CLÍNICA

Durante la 3ra parte del Siglo XX, podemos identificar una orientación de “Logoterapia Clínica”, promovida por Viktor Frankl y algunos discípulos prominentes como la Dra. Elisabeth Lukas:

- 1) Se desarrolla en el ámbito clínico, con relación a los aportes de la psicología cognitiva y comportamental de la segunda mitad del siglo XX.
- 2) Se concentra en los aportes teóricos y metodológicos del Análisis Existencial y Logoterapia, más que en la biografía y experiencias de su fundador.
- 3) Recalca la importancia de los recursos noéticos en la práctica clínica, especialmente la capacidad de Auto-distanciamiento y Auto-trascendencia. También se destaca el rol de los pilares de la Logoterapia (Libertad de Voluntad, Voluntad de Sentido y Sentido de Vida) y Valores (de Experiencia, de Creación y de Actitud) en la práctica psicoterapéutica.
- 4) Sigue siendo una Psicoterapia Específica para las Neurosis Nógenas y Vacío Existencial, sin embargo busca ser también una Psicoterapia Inespecífica de diversos trastornos y problemas: adicciones, depresión, ansiedad, trastornos de la personalidad, etc. así como se busca relaciones con las categorías diagnósticas actuales (CIE-10 y DSM-IV). Para Lukas la propuesta Psicoterapéutica ideal debe contener Medicina Psiquiátrica (para la dimensión física), psicología cognitiva-conductual (para la dimensión psicológica) y logoterapia (para la dimensión noética) (Lukas. 2003).
- 5) Su estilo es cognitivo-existencial, basada tanto en la relación terapéutica como en la técnica. Se promueve el uso de técnicas como el Diálogo Socrático, la Intención Paradójica, la Derreflexión, la Modificación de Actitudes Insanas y Logoterapia de Grupo, ilustrando las mismas con

ejemplos y casos. Se promueve también la importancia de la creatividad del terapeuta y el aspecto artístico de la intervención. Sistematiza el abordaje en pasos (Auto-distanciamiento, Modificación de actitudes insanas, reducción de síntomas y búsqueda de nuevos significados).

- 6) Su objetivo es la lucha contra el reduccionismo científico, especialmente propuesto por el modelo cognitivo conductual, así mismo la difusión del Análisis Existencial y Logoterapia en ambientes académicos, científicos y clínicos, para lo cual enfatiza la importancia de la investigación científica, así como el uso de instrumentos de orientación logoterapéutica (Logotest, PIL, SONG, LPQ, MIST, ERN, etc.), publicaciones y aplicaciones clínicas en problemas concretos de la actualidad.

2.3. ANÁLISIS EXISTENCIAL DE ALFRIED LÄNGLE

Es importante mencionar que el pensamiento de Frankl, también dio origen a nuevas propuestas en la Psicoterapia, como es el caso del “Análisis Existencial” de Alfred Längle:

- 1) Desde los aportes de Viktor Frankl, el Dr. Längle desarrollo su propia propuesta de psicoterapia. Esta no fue aceptada por Frankl, por lo cual existió una separación entre ambos alrededor de los años 90, que se explicitó con su renuncia a la presidencia honoraria de GLE, dirigida por Längle. Frankl consideraba que la teoría y método de Längle, aunque válido se distanciaba de la Logoterapia y requería seguir un desarrollo independiente. El texto que Frankl hizo público el año 1992 es el siguiente: *“Por la presente, retiro mi cargo de la “Presidencia Honoraria” de la Sociedad de Logoterapia y Análisis Existencial (presidida por Längle). No deseo seguir siendo partícipe de la responsabilidad por cosas que son hechas sin mi conocimiento y, a veces, son en parte contradictorias con mis propias intenciones y convicciones. Y todos, los miembros de la Sociedad de Logoterapia y Análisis Existencial, como*

también los lectores del “Bulletin” deben ser, en lo posible informados acerca de mi decisión”.

- 2) Längle considera entre algunos puntos, la importancia de una formación estructurada, supervisión clínica de los alumnos y abordaje sistemático que considere no sólo los hechos objetivos y la respuesta frente a los mismos, sino que sea capaz de explorar la subjetividad y experiencia de la persona (pensamientos, emociones, conductas, relaciones). También cuestionará el excesivo énfasis en la temática del Sentido.
- 3) Längle plantea como base de su método una nueva teoría de motivación que organiza en un Eje Estructural, compuesto por cuatro puntos que denomina “Las Cuatro Motivaciones Existenciales Fundamentales” (4MEF): 1ra. Poder Ser (relacionada con el espectro ansioso y fóbico); 2da. Gustar Vivir (relacionada con el espectro depresivo); 3ra. Ser Uno Mismo (relacionada con los problemas relacionales y los trastornos de la personalidad) y 4ta. Deber Ser (relacionada con las neurosis Noógenas y vacío existencial).
- 4) Längle busca crear un método que sea sólo un complemento de la Psicoterapia, sino una Psicoterapia Completa; por ello intenta explicar la psicopatología contemporánea desde sus fundamentos clínicos y fenomenológico-existenciales actuales, como un bloqueo del diálogo consigo mismo y con el mundo, debido a disturbios con las 4MEF y en la dinámica procesal del AEP. La influencia de autores como Husserl, Scheler y Heidegger, es de gran relevancia en su propuesta.
- 5) Su estilo es clínico-fenomenológico, basada tanto en la relación terapéutica, la actitud fenomenológica, como en el aspecto técnico de la intervención. Längle organiza su método en ejes Procesales de un método denominado “Análisis Existencial Personal” (AEP), que buscan como finalidad la percepción objetiva de los hechos (AEP1), la

exploración y comprensión subjetiva de los hechos (AEP2) y la auto-trascendencia, respuesta personal y sentido de los hechos (AEP3). Utiliza métodos relacionados a la búsqueda de sentido y toma de postura personal: Método de la búsqueda de Sentido (MBS), Método de Fortalecimiento de la Voluntad (MFV) y Método de Posicionamiento Personal (MPP).

- 6) Desde la separación de Viktor Frankl, el Análisis Existencial de Alfred Längle se ha desarrollado como una escuela propia, diferenciada del Análisis Existencial y Logoterapia de Frankl. Enfatiza al igual que en la Logoterapia Clínica la importancia de la investigación científica, desarrollo de instrumentos (Escala Existencial, Test de Motivaciones Existenciales y Test para la Investigación de la calidad existencial de vida).

2.4. LOGOTERAPIA ABIERTA DE VIKTOR FRANKL

Finalmente podemos identificar una orientación denominada por varios Analistas Existenciales y Logoterapeutas como “Logoterapia Abierta”, propuesta por el mismo Viktor Frankl. Cabe indicar que la propuesta teórica y metodológica de la Asociación Peruana de Análisis Existencial y Logoterapia (APAEL), corresponde a este tipo de orientación. Sobre ella podemos indicar lo siguiente:

- 1) En 1980, en la ciudad de San Diego, California, en ocasión del I congreso mundial de Logoterapia, en el discurso inaugural Viktor Frankl propuso una Logoterapia Abierta a su propia evolución y diálogo con otras escuelas; también convocaba a que la causa de la Logoterapia sea llevada adelante por espíritus independientes, innovadores y creativos (Frankl. 1996). En otro texto dice: *“¿Cómo iba a ser posible que la Logoterapia se petrificara dogmáticamente? ¿Es que yo mismo no me he*

apartado a menudo de esta o aquella convicción? ¿No he sido yo mismo acaso quien continuamente he vuelto a defender que la Logoterapia es un sistema abierto? Abierto en dos direcciones: hacia su propia evolución y hacia su colaboración con otras escuelas". (Frankl. 1990, 2003).

- 2) La Logoterapia Abierta, se encuentra fundamentada en el Análisis Existencial y Logoterapia de Viktor Frankl y debe guardar coherencia epistemológica y metodológica para poder ser considerada como tal, esto implica: 1) Una Visión Integral de la Persona Humana Biopsico-espiritual fundamentada en la propuesta de Frankl, 2) La importancia de la actitud y método fenomenológico y 3) La importancia fundamental de la relación terapéutica como fundamento principal de la intervención.
- 3) La Logoterapia Abierta, puede incluir a las formas anteriores de Análisis Existencial y Logoterapia ya descritas, así como aportes de otras escuelas u orientaciones, que puedan ser integradas de manera coherente. La Logoterapia Ortodoxa, sin embargo, no puede incluir estos aportes, al carecer de esta flexibilidad y apertura.
- 4) La Logoterapia Abierta, es respetuosa de otras formas de Logoterapia y no implica ir en contra de las ideas y postulados básicos de su fundador, sino más bien continuar con el desarrollo teórico, clínico y metodológico de su obra, tal como él mismo lo propuso en 1980. El no contribuir a la apertura y desarrollo de la Logoterapia, es en sí una contraposición a los deseos expresados por Viktor Frankl. La Logoterapia Abierta, es por ende un modelo vivo, dinámico y reflexivo en continuo desarrollo.
- 5) Posee énfasis Académico, Científico, Clínico y Terapéutico. Es Académica por la rigurosidad de la fundamentación teórica de su propuesta, no limitándose sólo a la repetición de los conceptos expuestos por Frankl, sino a la comprensión reflexiva de los mismos y de sus principales influencias. Es Científica, porque busca la validación científica

de sus teorías, métodos e intervenciones, así como la integración de los nuevos avances y resultados de la investigación científica contemporánea. Es Clínica, porque se orienta prioritariamente al ámbito de la salud, buscando puntos de encuentro con los diversos paradigmas contemporáneos de la medicina, la psicología y la psiquiatría. Se preocupa por su aplicación en diversas problemáticas específicas contemporáneas, así como en el desarrollo de métodos diagnósticos y la validación basada en evidencias. Es Terapéutica, porque busca generar resultados concretos a través de procesos de intervención, no limitándose a la explicación clínica o comprensión diagnóstica de los problemas y enfermedades.

- 6) La Logoterapia Abierta, es una propuesta que ha ido tomando fuerza en los últimos años dentro de la práctica del Análisis Existencial y Logoterapia. Aunque no existen muchas propuestas integrativas concretas, existen actualmente muchos terapeutas que han realizado aportes importantes, diálogos e integraciones entre el Análisis Existencial y Logoterapia con enfoques diversos en su práctica profesional en diversos países de Europa, Norteamérica y Latinoamérica. Sabemos de varios logoterapeutas, que están integrando las siguientes escuelas en sus prácticas clínicas desde los criterios de Viktor Frankl, aunque aún son pocas las propuestas oficiales de modelos integrativos:
- ❖ Análisis Existencial (A. Längle, A. Velasco, D. Bellantoni, APAEL)
 - ❖ Análisis Transaccional (D. Bellantoni)
 - ❖ Arteterapia (M. Prado, A. Kuplen)
 - ❖ Hipnoterapia Ericksoniana y Terapia Estratégica (A. Pacciolla, APAEL)
 - ❖ Mindfulness (E. Martínez, A. Sosa)
 - ❖ Programación Neurolingüística (G.M. Isola)
 - ❖ Psicoanálisis Lacaniano (P. Ovejas)
 - ❖ Psicología Analítica Junguiana (U. Boeschmeyer, M. Berta, A. Kuplen)

- ❖ Psicología Individual Adleriana (M. Titze, APAEL)
- ❖ Psicoterapia Centrada en la Persona Rogeriana (L. Cuellar, APAEL)
- ❖ Psicoterapia Cognitiva Conductual (A. Pacciolla, E. Martínez, APAEL)
- ❖ Psicoterapias Cognitivas-constructivistas (E. Martínez)
- ❖ Psicoterapias Existenciales (L. Cuellar, A. de Barbieri, G. Germano, M. Guberman, M. Jarquin, M. I. Pérez, APAEL)
- ❖ Terapia Gestalt (L. Cuellar, A. Unikel, E. Zevallos, APAEL)
- ❖ Terapia Sistémica-Familiar (A. Boyadján, E. Zevallos, APAEL)

3. CARACTERÍSTICAS DE LA LOGOTERAPIA ABIERTA DE APAEL

La Asociación Peruana de Análisis Existencial y Logoterapia (APAEL), surge como un grupo de estudio autodidáctico en el año 2007, compuesto por profesionales y estudiantes afines al pensamiento de Viktor Frankl. En el año 2010 se inscribe formalmente como asociación civil, no lucrativa de orientación académica, científica y clínica. Entre los años 2009 al año 2012, realiza un programa de formación internacional con un equipo de docentes internacionales, logrando certificar a su primera promoción de Analistas Existenciales y Logoterapeutas el mes de Septiembre de 2012, durante la realización del 1er Congreso Internacional de Psicoterapia Humanista-Existencial y Logoterapia Clínica “Persona, Mundo y Coexistencia”.

La propuesta de nuestra institución, busca desde los principios del Análisis Existencial y Logoterapia, fundamentados en el pensamiento de Viktor Frankl, consolidar una propuesta de Logoterapia Abierta propia, basada en los propios criterios y experiencia de sus miembros, acorde a las necesidades de nuestros tiempos y contexto latinoamericano. Ya dijo Viktor Frankl, que *“cada época poseía sus propios problemas y que a cada época le correspondía su plantear su propia forma de psicoterapia”*.

Podemos resumir nuestra propuesta en las siguientes características:

- 1) **ENFOQUE HOLÍSTICO:** Porque parte de una visión integral de la persona humana biopsico-espiritual, en relación con el mundo, con los otros, consigo mismo y con los valores/sentidos trascendentes.
- 2) **ENFOQUE HUMANISTA:** Porque resalta y respeta la dignidad de la persona humana individual, en cuanto máximo valor, aplicando de manera coherente los valores del humanismo en la práctica clínica y la vida cotidiana.
- 3) **ENFOQUE EXISTENCIAL:** Porque presta especial atención a la dimensión existencial de la persona, reconociendo sus diversos aspectos individuales como la consciencia, la libertad, la voluntad, la coexistencia, el sentido de la vida, entre otros; y su relevancia para la vida, la salud y la enfermedad.
- 4) **APROXIMACIÓN CIENTÍFICA-CLÍNICA:** Porque busca un diálogo con la ciencia contemporánea, que permita la explicación y abordaje de ciertos fenómenos de carácter biológico y psíquico, buscando además la validación científica de su teoría e intervenciones.
- 5) **APROXIMACIÓN FENOMENOLÓGICA-COMPENSIVA:** Porque busca aproximarse a través de una mirada comprensiva a los fenómenos y experiencias de personas concretas, las mismas que no pueden ser explicadas o comprendidas a través del método científico-clínico.
- 6) **ORIENTACIÓN TERAPÉUTICA:** Porque busca contribuir a reducir síntomas, modificar actitudes, generar cambios y lograr resultados significativos para la salud, bienestar y desarrollo de la persona, no quedando sólo en aspectos de tipo teórico o diagnóstico.
- 7) **ORIENTACIÓN PREVENTIVA:** Porque busca anticiparse a la aparición de problemas, síntomas o enfermedades, así como a las repercusiones de enfermedades o problemas ya existentes. Para esto no sólo se orienta a

reducir los factores de riesgo y vulnerabilidad psicofísica, sino que busca además estimular los factores de protección noética en las personas.

- 8) **ORIENTACIÓN FILOSÓFICA-PRÁCTICA:** Porque no busca sólo ir a la estructura de los problemas (síntomas, emociones, cogniciones y conductas), sino que busca poder discutir reflexivamente la supraestructura (cosmovisión, antropología, concepto de sí mismo) o filosofía personal que se esconde debajo del problema.
- 9) **TERAPIA ETIOLÓGICA:** Porque busca ir al origen del problema y no a los síntomas (expresión) o repercusiones (desencadenamientos) del mismo, siempre y cuando sea posible. Para Viktor Frankl toda enfermedad o problema posee un origen prioritariamente somatógeno, psicógeno o noógeno, que debe ser adecuadamente diagnosticado y abordado en el proceso psicoterapéutico.
- 10) **TERAPIA EXPERIENCIAL:** Porque explora siempre y cuando considere necesario, la experiencia subjetiva del consultante, frente a sus problemas, enfermedades y síntomas. Son de vital importancia en casos particulares la exploración y abordaje de aspectos emocionales, cognitivos, conductuales y biográficos a través de la relación, el diálogo socrático y técnicas complementarias.
- 11) **TERAPIA TELEOLÓGICA:** Porque busca comprender no sólo la causa y experiencia de la persona, sino la finalidad profunda y generalmente inconsciente que la persona busca realizar a través de su conducta. Esto implica ayudar a la persona a comprender el sentido o ¿para qué? de lo que hace y a buscar medios más saludables, responsables y positivos para realizar dicha finalidad.
- 12) **TERAPIA APELATIVA:** Porque invita constantemente a la persona a ampliar su mirada sobre sí mismo y sus dificultades, a ser más consciente,

a tomar distancia y postura, a salir de sí mismo y dirigirse a algo o alguien distinto, a ampliar sus posibilidades, a asumir su libertad con responsabilidad y a realizar el sentido de su propia existencia. La Logoterapia “invita a”, más no obliga, no presiona y no impone al consultante a tomar decisiones o actuar de uno u otro modo.

- 13) **TERAPIA CONATIVA:** Porque enfatiza en la importancia de la toma de decisiones, la modificación de actitudes y la emisión de respuestas frente a los problemas o enfermedades del consultante. No es de gran interés en nuestro trabajo psicoterapéutico, lo meramente cognitivo (reflexivo), emotivo (experiencial) o la modificación de conducta en base a factores externos (conductual), si esto no conlleva a una toma real de consciencia y actitud concreta reflejada en el mundo y la vida cotidiana de la persona, más allá del consultorio. Por ello la Logoterapia se dirige siempre hacia toma de elecciones, cambio de actitudes y respuestas concretas en la vida misma.
- 14) **MODALIDAD RELACIONAL-DIALOGAL:** Porque nuestro principal medio de intervención psicoterapéutica es la relación y el diálogo entre el terapeuta y el consultante. Es de vital importancia la actitud del terapeuta, basada en criterios humanistas como la Empatía, la Aceptación Incondicional, la Congruencia (Rogers), la actitud Socrática y el uso de la fenomenología para la exploración de la experiencia del consultante, del terapeuta y del espacio entre terapeuta-paciente. Se resalta también el uso de cualidades como la intuición y la creatividad en el proceso terapéutico, poniéndose todos estos criterios por encima de los recursos técnicos.
- 15) **MODALIDAD ABIERTA:** Porque corresponde a una propuesta que promueve la apertura en la psicoterapia de manera coherente a lo expresado por el Dr. Viktor Frankl en 1980. Se promueve desde esta postura el uso complementario, de ser necesario, de recursos técnicos propios o pertenecientes a otras escuelas psicoterapéuticas. También la posibilidad de integrar aspectos teóricos que permitan profundizar o

complementar los fundamentos del Análisis Existencial y Logoterapia, con coherencia epistemológica y metodológica.

4. RIESGOS DE LA LOGOTERAPIA ABIERTA Y EJES FUNDAMENTALES PROPUESTOS POR APAEL

La Logoterapia Abierta, se enfrenta sin embargo de algunos riesgos que es importante reconocer y evitar:

- ❖ La incoherencia y alejamiento del pensamiento original y metodología del Análisis Existencial y Logoterapia de Viktor Frankl.
- ❖ El Eclecticismo, producto de la sobreposición de teorías y técnicas, sin coherencia epistemológica y/o metodológica.
- ❖ El dogmatismo en cuanto a su propia postura y propuesta, lo cual implicaría de por sí una postura ortodoxa y por ende el abandono de su carácter abierto y flexible.

Es por ello, que sostener esta propuesta implica una labor muy seria de constante investigación, diálogo, integración, revisión y validación. De la misma manera la necesidad de establecer Ejes Fundamentales que sirvan de guía para una propuesta abierta e integrativa.

APAEL ha sistematizado su propuesta sobre cuatro puntos concretos, que constituyen sus “Ejes Fundamentales”:

- 1) **UNA ANTROPOLOGÍA INTEGRAL:** Partimos de una Visión Biopsico-espiritual del Ser Humano, en relación con el mundo, con los otros, consigo mismo y con lo trascendente. Nuestra propuesta antropológica implica una comprensión profunda de la persona Humana Sana, de la Enfermedad y de la Personalidad, que involucre los siguientes aspectos:

1. **El Aspecto Constitutivo de la Persona Sana.** Se refiere a la forma como el Ser Humano está constituido en general, en cuanto organismo psicofísico (material) y dimensión noética (espiritual). Así como las características y funciones que implica cada una de estas dimensiones que constituyen la unidad en diversidad del Ser Humano.
2. **El Aspecto Existencial de la Persona Sana.** Se refiere a la expresión concreta de un Ser Humano en particular, que abarca su experiencia en relación con el mundo, en un periodo de tiempo dado entre su nacimiento y la muerte. Abarca el estudio de las condiciones, las categorías, los esenciales, los pilares y las motivaciones existenciales que constituyen la existencia humana.
3. **El Aspecto Dinámico de la Persona Sana.** Se refiere a las diversas dinámicas y tendencias internas y externas que surgen de la constitución del Ser Humano y la relación con el mundo material e ideal (trascendente). Involucra también la teoría de motivación (Aproximación Teleológica-Axiológica) orientada hacia los Valores y Sentidos trascendentes.
4. **La Comprensión Integral de la Enfermedad.** Abarca una mirada integral a la enfermedad desde la perspectiva fenomenológica-dimensional de Viktor Frankl. Se incluyen la descripción y comprensión de los aspectos ligados a la enfermedad y a la persona, así como una referencia a la importancia de una comprensión personalizada-experiencial del proceso y modo humano de enfermar.
5. **La Comprensión de la Personalidad.** Implica una comprensión del concepto de Personalidad y su diferenciación epistemológica respecto al concepto de Persona. Se revisan diversas perspectivas de la Personalidad en la Psicología y Psicopatología hasta terminar en una propuesta fenomenológica-existencial, en la cual se entiende la

Personalidad como el modo particular de expresión de una Persona, a través de sus aspectos psicofísicos. Finalmente se introduce la reflexión sobre la categoría de los “Trastornos de la Personalidad”, como “Formas de Ser Rígidas”, dotadas de finalidad psicológica y existencial.

- 2) UN MÉTODO DE APROXIMACIÓN COMPRENSIVA: ACTITUD Y MÉTODO FENOMENOLÓGICO:** Nuestro principal método para la aproximación y comprensión de la Persona en Psicoterapia, es la Fenomenología. Buscamos a través de una adaptación práctica de los criterios de autores como Edmund Husserl, Martin Heidegger, Maurice Merleau-Ponty y Max Scheler poder desarrollar una actitud y método descriptivo, no interpretativo, capaz de explorar los contenidos relacionados a la experiencia del consultante y del terapeuta en relación (Husserl). Del misma manera se exploran los aspectos inter-subjetivos de la relación entre ambos (Heidegger); las percepciones y proceso experiencial implicado en el desarrollo de la psicoterapia (Merleau-Ponty); así como las diversas posibilidades y la captación intuitiva del valor/sentido encerrado en cada una de ellas (Scheler).
- 3) UN MÉTODO DE INTERVENCIÓN: LA RELACIÓN TERAPÉUTICA.** Se destaca la importancia de la Relación Terapéutica y el Diálogo, como aspectos principales, anteriores a cualquier técnica o recurso complementario. Se resalta la importancia de la relación como factor predictivo de éxito en la psicoterapia, confirmado en diversas investigaciones. También se destacan las diversas actitudes que debe tener el psicoterapeuta en esta perspectiva, tales como la Actitud Fenomenológica; ya descrita, la actitud Empática, tomada de Carl Rogers y la Actitud Socrática, inspirada en el mismo Sócrates. Se hace referencia también a la importancia de la Personalidad del Psicoterapeuta y su influencia en el proceso; las capacidades y aptitudes personales que debe poseer un psicoterapeuta tales como la intuición, la creatividad o la

flexibilidad; el uso de la relación como medio de cambio, la comprensión y superación de las dificultades de la relación, entre otros factores de vital relevancia en la práctica clínica y psicoterapéutica.

- 4) **EL CARÁCTER ABIERTO AL USO DE RECURSOS Y TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS.** Se refiere a la importancia de la perspectiva abierta e integrativa en coherencia con los puntos anteriores. Se presentan las técnicas propias de la Logoterapia: Intención Paradójica, Derreflexión, Modificación de Actitudes Insanas, Logoterapia de Grupo; así como los recursos técnicos de otros enfoques empleados en nuestra propuesta: Role Playing, Mirroring, Sillas Vacías, Inducciones, Fantasías Dirigidas, Recursos Narrativos, Recursos Artísticos, entre otros. Finalmente se resalta la importancia de la multiplicidad de abordajes en Psicoterapia.

Cada uno de estos ejes podrá ser desarrollado con mayor profundidad en artículos posteriores.

Los invitamos también a leer nuestra Revista Virtual Internacional de Logoterapia Clínica y Enfoques Afines “Logoterapia Hoy”, en el siguiente enlace: www.logoterapiahoy.com

Para cualquier consulta o comentario:

Asociación Peruana de Análisis Existencial y Logoterapia (APAEL)

Oficina: Pasaje Los Pinos # 190. Oficina # 1107. Miraflores, Lima. Perú

E-mail: info@logoterapia.pe

Teléfonos: (00511) 2423591 / 2475190/ 942795190 / 989479562

Página web: www.logoterapiaperu.org