

Revista 26

Editora y Directora Responsable Científica

Lic. Susana C. Signorelli (Argentina) Fundación CAPAC – ALPE – Confederación Mundial de Terapeutas Existenciales.

Consejo Editorial

Lic. Teresa Glikin (Argentina) – ALPE – Fundación CAPAC y trabajadora independiente.

Dra. Marta Guberman (Argentina) - ALPE – Universidad del Salvador – Fundación Argentina de Logoterapia.

Prof. Emilio Romero (Brasil) – ALPE, ex docente de varias Universidades y trabajador independiente

Prof. Ana María López Calvo (Brasil) - ALPE – Universidad Federal de Río de Janeiro – IFEN Instituto de Psicología Fenomenológico-existencial de Río de Janeiro.

Prof. Myriam Protasio (Brasil) - ALPE - Universidad Federal de Río de Janeiro – IFEN Instituto de Psicología Fenomenológico-existencial de Río de Janeiro.

Dr. Miguel Mahfoud (Brasil) - Universidad de San Pablo.

Dr. Alberto de Castro (Colombia) - ALPE – Decano Universidad del Norte – Barranquilla.

Dr. Yaqui Martínez (México) - ALPE – Director del Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.

Dr. Ramiro Gómez (Perú) - ALPE – Presidente de la Asociación Peruana de Psicoterapia Fenomenológica Existencial – Ex Decano Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Dr. Pablo Picerno (Ecuador) - Director General de Investigaciones de la Universidad Central del Ecuador.

Dra. Ana María León Tapia (Ecuador) - ALPE – Centro de Prevención Psicológica. Universidad Central de Ecuador.

Dr. José Paulo Giovanetti (Brasil) - Facultad de los Jesuitas.

Dra. Katerina Georgalos de Zymnis (Argentina-Grecia) - Asociación Helénica de Psicología Existencial, Asociación Helénica de Psicología Positiva. Univ. Panteion, Univ. Thessalia y Univ. Nacional Kapodistriaca.

Coordinadora Sección Investigación
Ana María Lopez Calvo de Feijoo (Brasil)

Coordinadora Sección Aportes Originales
Marta Guberman (Argentina)

Coordinador Sección Ensayos y Revisión
Alberto de Castro (Colombia)

Coordinador Sección Comentario de libros
Emilio Romero (Brasil)

Coordinadora Sección Novedades Existenciales
Susana Signorelli (Argentina)

Coordinador Sección Entrevistas
Gaspar Segafredo (Argentina)

Coordinadora Sección Casos Clínicos
Teresa Glikin (Argentina)

Corresponsal para el mundo no latino
Katerina Georgalos de Zymnis (Argentina – Grecia)

Prensa y difusión internacional
Mtra. Gabriela Flores (México)

Diseño de tapa e interior
Mendez Matias

Editorial

Fundación CAPAC

Dirección administrativa

Álvarez Jonte 456 – Ramos Mejía –
Prov. de Bs. As. C. P.: 1704 – Argentina.

Correo electrónico:

funcapac@fibertel.com.ar

ISSN 1853-3051

ISSN-L 1853-3051

Año 13 - Nº 26 – Abril 2023

Revista virtual semestral (Abril y Octubre de
cada año)

Asociación Latinoamericana de Psicoterapia
Existencial

Próximo número: Octubre del 2023

Auspician Fundación CAPAC (Argentina),
IFEN (Brasil), CIREX (México), APPFE (Pe-
rú) CEPPs Psicólogos (Ecuador)

Comisión Directiva de ALPE

Período 2020 - 2022

Presidencia colegiada

Presidente Delegación Argentina:

Susana Signorelli

Presidente Delegación Brasil:

Ana María L. C. de Feijoo

Presidente Delegación Colombia:

Ricardo González

Presidente Delegación Ecuador:

Ana M. León Tapia

Presidente Delegación México:

Juan Castellanos

Presidente Delegación Perú:

Ramiro Gómez

Demás miembros de C. D.:

Alberto de Castro, Gabriela Flores, Teresa
Glikin, Marta Guberman, Max Jiménez,
Myriam Protasio.

Miembros de honor:

Emilio Romero (Brasil)

Pablo Rispo (Argentina) (post mortem)

Presidentes honoríficos:

Susana Signorelli (Argentina)

Yaqui Martínez (México)

Miembros correspondientes:

Emilio Spinelli (UK)

Emmy van Deurzen (UK)

Comisión Asesora:

Emilio Romero (Brasil)

Susana Signorelli (Argentina)

Yaqui Martínez (México)



ALPE
Asociación
Latinoamericana
de Psicoterapia
existencial

CURSO A DISTANCIA
Psicología Existencial. Su aplicación a la terapia

Coordinación general: Fundación CAPAC
Inicio: cuando se inscribe
Duración: 32 clases

ARANCELES
Argentinos: averiguar condiciones en pesos
Latinoamericanos 80 dólares mensuales
Otros países: 150 dólares mensuales
Descuento del 20% para socios de ALPE
Descuento del 10% para estudiantes
Descuento del 10% para miembros de una misma institución o grupo

INCRIPCIÓN
Enviar la siguiente ficha de inscripción a :
funcapac@fibertel.com.ar
Nombre y apellido
Domicilio, país, teléfono, e-mail, profesión

ABONAR POR
Argentinos: transferencia bancaria
Latinoamericanos u otros países: averiguar condiciones

Por Western Union (para otros países),
averiguar condiciones a funcapac@fibertel.com.ar

PROGRAMA
En página de ALPE y de Fundación CAPAC

Sumario

Objetivos y normas para publicación	pág. 5
Convocatoria de ALPE	pág. 8
Editorial	
<i>Ana María López Calvo de Feijoo</i>	pág. 10
Sección Novedades Existenciales	
Informe de <i>Susana Signorelli</i>	pág. 11
Sección Ensayos y Revisión	
La mirada sobre el ser humano en Carl Rogers, una antropología implícita <i>Ramón Oscar Ortellado</i>	pág. 13
La función del sentido y el sinsentido en la psicoterapia existencial <i>Leonardo Galiano</i>	pág. 20
Sección Investigación	
Terapia Existencial de grupo en pacientes con trastorno psicótico <i>José Vicente Pérez-Fuster Soto y María José Perruca Pacios.</i>	pág. 26
Análisis fenomenológico-hermenéutico de las perspectivas de suicidas y terapeutas existenciales frente al suicidio. <i>Brenda Reyes Mayo</i>	pág. 31
Sección Aportes Originales	
Fenomenología Existencial y Reducción de Daños: una alternativa en el tratamiento del consumo problemático de sustancias psicoactivas <i>Jorge Andrés Camus Chávez</i>	pág. 36
Vulnerabilidade Humana e conflitos sociais: suas fontes <i>Emilio Romero</i>	pág. 49
Sección Comentario de libro	
Más allá de los cuidados paliativos <i>por Susana Signorelli y Marta Guberman</i>	pág. 54
La ansiedad conectada a la vida <i>Kirk Schneider</i> <i>por Gaspar Segafredo</i>	pág. 57

Objetivos de esta publicación

Dar a conocer los últimos trabajos que vienen realizándose en el mundo, en idioma español y/o portugués, efectuados especialmente por latinoamericanos, sobre la aplicación del enfoque existencial en todas sus áreas de estudio, como ser: la psicología, la psiquiatría, la salud, la educación, la sociología, la antropología, la ecología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque.

El público al que está dirigido es a especialistas en terapia existencial, ya sean psicólogos, psiquiatras, consejeros (counselors), coach, filósofos, sociólogos, antropólogos, docentes, estudiantes de dichas carreras y público en general interesado en la temática.

Temática que se publica

Se aceptan temas relacionados con la psicología, la salud, la educación, la filosofía, la sociología, la antropología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque existencial. También aceptamos cartas del lector.

Política de acceso abierto

Esta revista proporciona acceso abierto inmediato a su contenido. Nuestro editor, el University Library System de la University of Pittsburgh, se suscribe a la definición de [Acceso Abierto de la Iniciativa de Acceso Abierto de Budapest](#):

“Por "acceso abierto" a esta [literatura científica revisada por pares], queremos decir su disponibilidad gratuita en Internet público, permitiendo a cualquier usuario leer, descargar, copiar, distribuir, imprimir, buscar o usarlos con cualquier propósito legal, sin ninguna barrera financiera, legal o técnica, fuera de las que son inseparables de las que implica acceder a Internet mismo. La única limitación en cuanto a reproducción y distribución y el único rol del copyright en este dominio, deberá ser dar a los autores el control sobre la integridad de sus trabajos y el derecho de ser adecuadamente reconocidos y citados.”

Los investigadores se involucran en este proceso por el bien público, sin embargo, debido a barreras de costos o restricciones de uso impuestas por otros editores, los resultados de las investigaciones no están a disposición de toda la comunidad de usuarios potenciales. Nuestra misión es apoyar a un mayor intercambio de conocimiento a nivel global al permitir que la investigación publicada en esta revista esté abierta al público y sea reutilizable de acuerdo a los términos de la licencia Creative Commons [CC-BY](#).

Además, sugerimos a los autores pre-publicar sus manuscritos en repositorios institucionales o en sus sitios web antes y durante el proceso de envío de sus trabajos para evaluación, y publicar el PDF correspondiente a la versión final de la Revista después de su publicación.

Estas prácticas benefician a los autores con intercambios productivos, así como también con una mayor citación de los trabajos publicados.

No hay costos de procesamiento de los artículos, costos de envío, o cualquier otro cargo requerido a los autores por someter sus artículos a esta revista.

Comunicación con los lectores

El Consejo Editorial está abierto al intercambio con el público lector. Para poder complimentarlo publicamos una sección titulada Carta del lector. Al mismo tiempo mantenemos un canal abierto a través de las redes sociales como Facebook de: ALPE, ALPE Argentina y Susana Signorelli, además de las páginas web: www.fundacioncapac.org.ar y www.alpexistencial.com y en esta última podrá encontrar un blog.

Archivar

Utilizamos el sistema LOCKSS para crear un archivo distribuido entre las bibliotecas participante, permitiendo a dichas bibliotecas crear archivos permanentes de la revista con fines de preservación y restauración. [Biblios Keepers Registry](#). [LOCKSS](#).

Código de Ética

Nos regimos por el código de ética: Code of Conduct and Best Practices Guidelines for Journals Editors, COPE en <https://publicationethics.org/oversight>

Detección de Plagio

Se utiliza el detector de plagio plag.es. www.plag.es

Normas para la presentación de artículos

Los autores de los distintos países latinoamericanos o de otros lugares del mundo, que deseen enviar sus trabajos para ser publicados deberán hacerlo por correo electrónico al correo de la dirección de la Revista que coincide con el de la Delegación Argentina.

Delegación Argentina:
funcapac@fibertel.com.ar

Delegación Brasil:
ana.maria.feijoo@gmail.com

Delegación Colombia:
amdecast@uninorte.edu.co

Delegación Ecuador
amleont@uce.edu.ec

Delegación México:
yaqui@circuloexistencial.org

Delegación Perú:
raqs28@gmail.com

Requisitos para su aceptación

Se aceptarán trabajos de investigación, análisis de casos, aportes al trabajo comunitario, elaboración teórica original, análisis de autores, comentario de libros, aportes al esclarecimiento de problemáticas desde una perspectiva social con una mirada existencial. En general temas relacionados con la psicología, la salud, la educación, la filosofía, la sociología, la antropología, la ecología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque existencial. También aceptamos cartas al editor o cartas del lector.

Los trabajos de **investigación** deben constar de: Introducción, estado de arte, hipótesis, metodología (cuali y cuantitativa según corresponda), casuística, lugar de aplicación, resultados, discusión, conclusiones.

Si se trata de un **análisis de caso**, debe constar de: Introducción, marco teórico, metodología, conclusiones.

El **trabajo comunitario** debe constar de: Introducción, marco teórico, metodología, sector beneficiado, lugar de aplicación, resultados, conclusiones.

Si se trata de un **análisis de autor**, debe constar de: Pequeña biografía del mismo y listado de los libros que se analizan.

Si se trata de una **temática original** debe constar de: Introducción, estado de arte, desarrollo y conclusiones.

Si se trata de **comentario de libros**, debe constar de: Título original del libro, autor, año, ciudad en la que se editó, país y editorial.

Se aceptan también **cartas del lector** con una extensión máxima de una página A4.

En caso de que el autor pertenezca a la nacionalidad de alguno de los países miembros que conforman la ALPE, será arbitrado por un miembro de la Delegación de ese país (a doble ciego), posteriormente el trabajo pasa a ser arbitrado por un par consultor externo, referente de la temática propuesta (a doble ciego) y una vez que se hayan expedido todos ellos, se le enviará un correo electrónico al autor para notificarlo, tanto de las modificaciones que se solicitan como de su aprobación o rechazo. La decisión de los revisores es inapelable. En caso de sugerir modificaciones el artículo se aprobará para su publicación si estas fueran cumplimentadas, de lo contrario no será publicado. En el caso de que hubiera una aceptación y un rechazo, quien arbitrará será la directora y editora de esta publicación.

A los revisores se les envía una guía para la revisión de artículos, pero solamente a modo de guía ya que pueden seguir su propio criterio.

En caso de que el autor no esté representado por una Delegación de ALPE, deberá enviarlo a la Directora de la Revista, quien procederá a elegir a doble ciego, a un miembro del Consejo Editorial y luego se procederá de igual forma que para el caso anterior.

El envío de un trabajo significa que el autor reconoce que el mismo es original e inédito, en los idiomas español o portugués y destinado exclusivamente a esta Revista. No está permitida la presentación simultánea a otro medio de publicación. Si el trabajo original hubiera sido publicado en otro idioma que no sean los que la revista solicita, se aceptará publicarlo en idioma español o portugués con la condición de mencionar la fuente en la que fuera publicado y se le solicitará que presente la correspondiente autorización del medio que lo publicó.

El autor (o autores) es el único responsable de las ideas vertidas así como de la exactitud y la adecuación de las referencias bibliográficas y asimismo se hace responsable de cualquier acción de reivindicación, plagio u otra clase de reclamación que al respecto pudiera sobrevenir. Al mismo tiempo cede a título gratuito a la Revista los derechos patrimoniales de autor que pudieran corresponder.

La reproducción total de los artículos de la revista en otras publicaciones o para cualquier otra utilidad, está condicionada a la autorización escrita de la Editora de la presente Revista. Las personas interesadas en reproducir parcialmente los artículos en ella publicados (partes

del texto, tablas, figuras y otras ilustraciones) deberán además obtener el permiso escrito del autor o autores. El autor que quisiera publicar su artículo en otro medio y en otro idioma deberá solicitar permiso por escrito a la editora de esta publicación.

Fecha de presentación de artículos

Para enviar los trabajos con la intención de ser incluidos en los números siguientes se aceptarán hasta el 1 de febrero para su publicación en abril y hasta el 1 de agosto para su publicación en octubre.

Formato de envío

Debe enviarse el texto en WORD - Letra Arial, tamaño 11.

Extensión mínima: 4 carillas, extensión máxima: 18 carillas, en hoja tamaño A4, interlineado 1,15; incluyendo bibliografía. Si el trabajo contiene gráficos deben estar dentro de las carillas mencionadas. Márgenes superior e izquierdo de 2.5 cm., inferior y derecho de 2 cm.

Los artículos deben contener título, resumen y palabras clave en idioma español, y/o portugués e inglés. El texto del trabajo completo en español o portugués.

Enviar los siguientes datos, todos con carácter de obligatorios:

Título del trabajo

Nombre completo de autor/es

País y ciudad de residencia

Lugar de trabajo (nombre completo)

Institución a la que pertenece

Breve currículum del autor o autores

Resumen (150 palabras)

Palabras clave: entre 4 y 5

Introducción – Desarrollo – Conclusiones y/o los datos solicitados precedentemente, según corresponda.

Referencias bibliográficas y citas en el texto según normas APA (American Psychological Association) en su última edición.

La Revista, puede bajarla gratuitamente de la página de Fundación CAPAC: www.fundacioncapac.org.ar

http://www.fundacioncapac.org.ar/revista_alpe/index.php/RLPE/issue/archive

Latindex:

<https://www.latindex.org/latindex/ficha?folio=17452>

Malena:

<http://www.caicyt-conicet.gov.ar/malena/items/show/2079>

LatinREV

<https://www.flacso.org.ar/latinrev/>

REDIB:

<http://www.redib.org>

Si desea consultar por cursos o talleres, diríjase a los correos de los países miembros antes mencionados

Convocatoria

Las acciones de la ALPE son cada vez más amplias y abarcan varios países de Latinoamérica, pero es nuestra intención llegar a todos los demás países que hasta ahora no saben de nuestra existencia, por eso les pedimos a cada uno de ustedes que hagan llegar esta convocatoria a cuanto profesional conozcan para que se contacten con nosotros a los fines de profundizar el intercambio ya iniciado y así poder contar con una organización que nos nucleee y nos represente.

Si desea participar como País Miembro, le dejamos aquí las instrucciones

Solicitud para ser País Miembro

- a) Cualquier país latinoamericano tiene derecho a solicitar ser país miembro
- b) Se deberá solicitar la incorporación por nota enviada por correo electrónico a la C. D. quien se expedirá en el plazo de un mes.
- c) El país solicitante se convertirá en Delegación del mismo ante la ALPE cumpliendo con los siguientes requisitos: 1) mínimo de 3 socios titulares con los cargos de Presidente, Secretario y Tesorero, 2) una antigüedad un año en su afiliación, 3) deberán cumplir con lo establecido en el Estatuto y Reglamento de la ALPE, establecidos y por establecer.
- d) El Presidente será representante del país en las reuniones de C. D. con voz y voto. Deberá residir en Latinoamérica.
- e) El Presidente no tendrá los beneficios de los socios fundadores.
- f) Los integrantes de las Delegaciones deberán demostrar con su curriculum, la formación que tengan en fenomenología, existencialismo y terapia existencial.
- g) Como formación se aceptará: ser profesor de una cátedra universitaria; o tener un libro publicado sobre la temática expresada en el punto f; o haber cursado y aprobado el curso a distancia de la ALPE y haber asistido a algún Congreso organizado por la ALPE. Se requerirán como mínimo dos de los antecedentes mencionados.
- h) El Presidente de la Delegación deberá asistir a los Congresos organizados por la ALPE como mínimo cada dos años mientras los períodos sean anuales. Como así tam-

bién deberá asistir a las reuniones de la Comisión Directiva.

- i) Cada Presidente de una nueva Delegación podrá asumir la coordinación de la C. D. Colegiada, después de haber formado parte de la misma por el término de dos años.
- j) Quien no cumpliera con los requisitos mencionados perderá su cargo en la C. D.

Creación de Filiales

a) Países extra latinoamericanos que deseen tener representación en la ALPE, podrán solicitar ser incorporados como Países Filiales siguiendo las mismas condiciones de incorporación establecidas para los Países Miembros. Su presidente no podrá ser elegido presidente de la ALPE, podrá ser parte de la C. D. con voz pero no voto y deberán cumplir con el Estatuto, Reglamentos y resoluciones que tome la C. D. de la ALPE. Podrán presentar propuestas a la C. D.

Revista

Hasta el momento reciben la revista los siguientes países latinoamericanos: Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, Guatemala, México, Nicaragua, Perú, Puerto Rico, Uruguay y Venezuela, países europeos como España, Grecia, Italia, Letonia, Portugal, Reino Unido y en el resto de América: Estados Unidos. Si usted viviera en otro país no incluido en esta lista y accede a nuestra Revista, le solicitamos que nos envíe un correo informándonos.

Nuestra comunicación

Para conocernos pueden visitarnos en www.alpepsicoterapiaexistencial.com y escribirnos a cualquiera de las delegaciones ya existentes, como así también dejarnos sus comentarios y forma de contactarnos.

A nuestros socios

Todo socio que desarrolle alguna actividad científica que coincida con los objetivos de la ALPE y que desee que sea difundida en nuestro medio, puede hacernos llegar la propuesta.

Los esperamos.

C. D. de ALPE

Editorial

No dia 21 de fevereiro de 2023 comemorou-se, talvez, a maior festa do Rio de Janeiro e quiçá de todo o Brasil. Esse foi o primeiro carnaval depois que a pandemia entrou em um processo regressivo. Desde que eu tenho consciência dessa festa, assistindo as escolas de samba, brincando nos blocos carnavalescos e pulando as marchinhas de carnaval, a deste ano foi a maior festa brasileira que eu presenciei. É surpreendente a capacidade do homem de resiliência após a passagem de uma pandemia que resultou em milhares de mortes, depois de uma tristeza profunda e revolta pelas omissões e desrespeito com as vidas humanas, homens, mulheres e crianças de todas as etnias esbanjam alegria, fazem um brinde a vida.

Mas essa situação não traz nenhuma novidade, em 1918, depois da pandemia da *Gripe Espanhola*, os cariocas conduziram as suas vidas em meio ao medo e à cautela que se estabeleceram na época com relação à experiência de sair de casa, à propagação do vírus, ao abandono de cadáveres nas ruas por seus familiares etc. Mas, com o anúncio de que a pandemia havia passado, as pessoas começaram, pouco a pouco, a se dirigir ao espaço público. Nesse retorno, uma série de atitudes inesperadas se desenrolou, parecendo que a moral e os costumes haviam se dissipado, em uma acentuada perda dos limites. Até que em fevereiro de 1919, durante o carnaval, o antigo temor parecera desaparecer por completo, dando lugar a uma alegria extasiante. Esses dois momentos nos mostram o grande potencial humano para renascer, retomar a vida, deixando que ela marque a sua presença.

Durante a pandemia do Covid-19, congressos, encontros e outras participações de cunho científico e acadêmico também deixaram de acontecer de forma presencial. Todos esses encontros ocorreram de modo remoto. Passada a fase pandêmica mais crítica, voltamos com muita alegria e entusiasmo aos encontros presenciais. Neste ano, teremos o 3rd World Existential Congress, em Atenas – Grécia, e lá estaremos juntos em muitas das delegações latino-americanas de Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial.

Antes do III Mundial, o número 29 da Revista Alpe nos deixa um gostinho daquilo que iremos assistir no Congresso: Jorge Andrés Camus Chávez escreve sobre Fenomenología Existencial y Reducción de Daños: una alternativa en el tratamiento del consumo problemático de sustancias psicoactivas; José Vicente Pérez-Fuster Soto e Maria José Perruca Pacios apresentam Terapia Existencial de grupo en pacientes con trastorno psicótico; Brenda Reyes Mayo nos mostra um pouco de uma Análisis fenomenológico-hermenéutico de las perspectivas de suicidas y terapeutas existenciales frente al suicidio; Ramón Oscar Ortellado escreve sobre La mirada sobre el ser humano en Carl Rogers, una antropología implícita; Leonardo Galiano nos conta sobre La función del sentido

y el sinsentido en la psicoterapia existencial e, por fim, Emilio Romero descreve a Vulnerabilidade Humana e conflitos sociais: suas fontes.

Desejo uma boa leitura a todos na oportunidade que a Revista Alpe nos oferece como oportunidade para novos aprendizados. E, assim, voltemos a brindar a vida!

Ana Maria Lopez Calvo de Feijoo
Río de Janeiro, Brasil

Febrero de
2023

Sección Novedades Existenciales

Susana Signorelli
Bs. As., Argentina

Entre el 3 y el 6 de mayo de 2023 se llevará a cabo en la ciudad de Atenas, Grecia, en el Hotel Royal Olympic, el III Congreso Mundial de Terapia Existencial: **Viviendo en el aquí y ahora. Abrazando nuestras raíces. Creando nuestro futuro.**

Para obtener información dirigirse a <https://www-existentialworldcongress2023>

Las conferencias magistrales estarán a cargo de: Emmy van Deurzen, Alfried Langle, Kirk Schneider, Susana Signorelli, Ernesto Spinelli y Erik Craig

Les compartimos el programa de actividades sociales.

City Walking Tour: "Atenas: aspectos destacados del pasado y del presente"

Miércoles 3 de mayo | 14:30-17:30

Este recorrido a pie por la ciudad de Atenas incluye uno de los monumentos más magníficos del mundo: la Acrópolis. Después de ascender la colina sagrada de los antiguos atenienses, es el momento de detenerse y disfrutar de las vistas panorámicas perfectas que llenarán el corazón y la mente de serenidad. El paseo continúa con un recorrido por el hermoso «Barrio de los Dioses». Pasear por los callejones y admirar las auténticas casas cúbicas decoradas con contraventanas pintadas de vivos colores y puertas de madera bellamente talladas es una oportunidad que no se puede perder. A través de las áreas de Anafiotika y Plaka, una narración del pasado con una vivencia del presente demostrará la atemporalidad y el fluir de la vida y la existencia.

Costo: 40,00€/persona (Se requiere un mínimo de 20 participantes.)

El Museo de la Acrópolis: una inmersión en la historia

Viernes 5 de mayo | 19:30-20:30

Explorando el nuevo, moderno e impresionante Museo de la Acrópolis con una inmersión en la historia. Caminar por el museo y aprender detalles sorprendentes sobre todas las obras maestras de mármol que se exhiben bajo la luz natural. Ver artefactos de la antigua Grecia en la cima de su influencia creativa. Déjate cautivar por las vívidas narraciones y el fascinante arte griego antiguo. Este recorrido será un viaje en el tiempo para conocer el pasado, comprender el presente y mirar hacia el futuro.

Costo: 30,00€/persona (Se requiere un mínimo de 15 participantes.)

Excursión de un día a Cabo Sounio

Domingo 7 de mayo | 9:00-14:00

¡Nadie puede irse de Atenas sin visitar el Cabo Sounio! Una hermosa excursión de un día a uno de los sitios más famosos de la región de Ática, ubicado a solo una hora del centro de la ciudad. Siguiendo la línea de la costa, vemos todos los suburbios del sur de Atenas y terminamos en el sitio arqueológico para nuestra visita; el Templo de Poseidón del siglo V a. C., dedicado al antiguo Dios del mar, Poseidón. Los visitantes aprenderán por qué los atenienses consideraban este lugar sagrado e importante y por qué los viajeros europeos del siglo XVIII/XIX querían descubrir sus mitos e historias. El precipicio es una caída de casi 200 pies hacia el mar y ofrece a los visitantes la vista panorámica más asombrosa del Egeo. La manera perfecta de terminar un hermoso viaje en Grecia es con esta impresionante vista para dejar atrás todas las preocupaciones y comenzar de nuevo.

Costo: 50,00€/persona (Se requiere un mínimo de 20 participantes.)

Información útil:

1. Todos los tours partirán desde la sede de la conferencia, Royal Olympic Hotel.

2. El precio incluye:

- Guía turístico autorizado de habla inglesa
- Entradas
- Traslado en autocar con aire acondicionado (viaje a Sounio)
- Todos los impuestos

Condiciones de reserva y cancelación:

Por favor reserve sus tours en línea a través del [sistema de registro](#).

La reserva está sujeta a disponibilidad. Se requiere el pago completo por adelantado mediante pago en línea o transferencia bancaria.

Para cancelaciones realizadas por escrito a SYMVOLI | Conferencias y gestión cultural (existencial2023@symvoli.gr)

- **hasta el 15 de abril de 2023**, se reembolsará íntegramente el importe de la reserva.
- **A partir del 16 de abril de 2023** no se devolverá el importe de la reserva.

WEDNESDAY 3 MAY					
	HALL#1	HALL#2	HALL#3	HALL#4	HALL#5
8.00-9.00	REGISTRATIONS				
9.00-10.30	PARALLEL SESSIONS				
10.30-11.00	COFFEE BREAK				
11.00-12.30	PARALLEL SESSIONS				
12.30-12.45	BREAK				
12.45-14.15	PARALLEL SESSIONS				
14.30-17.30	CITY TOUR @ ATHENS CITY CENTER				
18.30-20.00	OPENING CEREMONY- KEYNOTE LECTURE				
20.00	WELCOME RECEPTION				

THURSDAY 4 MAY					
	HALL#1	HALL#2	HALL#3	HALL#4	HALL#5
8.00-9.00	REGISTRATIONS				
9.00-10.30	PARALLEL SESSIONS				
10.30-11.00	COFFEE BREAK				
11.00-12.00	KEYNOTE LECTURE				
12.00-12.15	BREAK				
12.15-13.45	PARALLEL SESSIONS				
13.45-14.45	LUNCH BREAK				
14.45-16.15	PARALLEL SESSIONS				
16.15-16.45	COFFEE BREAK				
16.45-17.45	KEYNOTE LECTURE				
17.45-18.00	BREAK				
18.00-19.30	PARALLEL SESSIONS				

FRIDAY 5 MAY					
	HALL#1	HALL#2	HALL#3	HALL#4	HALL#5
9.00-10.30	PARALLEL SESSIONS				
10.30-11.00	COFFEE BREAK				
11.00-12.00	KEYNOTE LECTURE				
12.00-12.15	BREAK				
12.15-13.45	PARALLEL SESSIONS				
13.45-14.45	LUNCH BREAK				
14.45-16.15	PARALLEL SESSIONS				
16.15-16.45	COFFEE BREAK				
16.45-17.45	KEYNOTE LECTURE				
17.45-18.00	BREAK				
18.00-19.30	PARALLEL SESSIONS				
19.30	SOCIAL PROGRAMME @ ACROPOLIS MUSEUM				
20.30	GALA DINNER				

SATURDAY 6 MAY					
	HALL#1	HALL#2	HALL#3	HALL#4	HALL#5
9.00-10.30	PARALLEL SESSIONS				
10.30-11.00	COFFEE BREAK				
11.00-12.00	KEYNOTE LECTURE				
12.00-12.15	BREAK				
12.15-13.45	PARALLEL SESSIONS				
13.45-14.45	LUNCH BREAK				
14.45-16.15	PARALLEL SESSIONS				
16.15-16.45	COFFEE BREAK				
16.45-17.45	PARALLEL SESSIONS				
17.45-18.00	BREAK				
18.00-19.30	PARALLEL SESSIONS				
19.30	CLOSING CEREMONY				

SUNDAY 7 MAY	
9.00-14.00	DAY TOUR TO THE ARCHAEOLOGICAL SITE OF CAPE SOUNIO/TEMPLE OF POSEIDON

Sección Ensayos y Revisión

La mirada sobre el ser humano en Carl Rogers, una antropología implícita

Ramón Oscar Ortellado

Córdoba, Argentina

Universidad Católica de Córdoba

Resumen

En el presente texto, pretendemos mostrar cómo es posible asumir la perspectiva de C. Rogers como una visión antropológica que se sustenta en su propia experiencia e investigaciones como pedagogo y psicoterapeuta. Partimos del núcleo y fuente de toda su elaboración teórica, la experiencia, para continuar con otros seis tópicos como son, la confianza en el propio organismo, el cambio en el foco de evaluación, el sentirse a gusto con el propio proceso, la orientación hacia el funcionamiento óptimo y el ejercicio de la libertad como vida plena, concluyendo con la creatividad como fruto de la transformación personal.

Palabras claves

persona, experiencia, organismo, proceso, cambio, libertad, antropología, funcionamiento pleno, ser humano, counseling.

Introducción

Doy comienzo a esta reflexión señalando que el contexto en el cual surge este pequeño aporte es la formación de futuros counselors, con los cuales comparto la asignatura de Introducción a la Filosofía, Antropología filosófica y Sociología. Por tal motivo, las páginas que siguen tienen la pretensión de mostrar algunos textos de Carl Rogers en los que se pone de manifiesto su visión acerca del ser humano.

Conviene recordar que se trata de una mirada personal en perspectiva filosófica. Tengo la convicción de que solo es una punta del ovillo para seguir tirando y descubriendo los aportes antropológicos de Rogers en algunas de sus obras más conocidas.

Algunas características o vectores

A partir de la premisa de que toda la tarea reflexiva que conforma la obra de Rogers se basó en la experiencia que adquirió tanto en su vida personal como en la profesional desde su rol de terapeuta, educador y facilitador, se puede decir que, justamente, el contacto con personas en distintas situaciones y estilos de vida, le permitió observar cómo las problemáticas personales, lejos de ser uniformes o encasillables, son diversas y adquieren significación según lo vivido o experimentado por cada individuo.

No obstante, parece que en todos los casos hay preguntas fundamentales: *¿Quién soy yo realmente?*, *¿Cómo puedo entrar en contacto con este sí mismo real que subyace a mi conducta superficial?*, *¿Cómo*

puedo llegar a ser yo mismo? (Rogers, 2015. Pág. 104).

Cierto es que en la vida de todas las personas hay problemas, pero lo crucial es comprender que toda vida es compleja, inasible y multicolor. Es una película que está en permanente rodaje, de la que tenemos solo una percepción aparente y sesgada sobre la cual construimos nuestro relato porque decidimos o sentimos la necesidad de mostrar sólo aquella parte más "taquillera", es decir nuestras facetas más aceptables o rentables en términos de afectos, cariño y compañía. En este sentido, pretendemos acercarnos a Rogers leyendo algunos de sus textos en clave antropológica.

En mi opinión en la obra de Rogers no encontramos una definición explícita sobre el hombre, sobre el ser humano; en cambio, sí hay descripciones de sus características en términos operacionales y dinámicos. Esto muestra que su preocupación se centra más en ver la posibilidad de captar en cada persona su dinamismo experiencial, sus fuerzas y tendencias a desarrollar lo mejor de su sí mismo, antes que estandarizar o limitarla en una definición.

En este sentido afirma: *Aparentemente, el objetivo más deseable para el individuo, la meta que persigue a sabiendas o inconscientemente, es llegar a ser él mismo* (Rogers, 2015. Pág.104).

En otras palabras, la visión de Rogers no es dogmática, ni parte de una abstracción de corte racionalista; sólo señala que según lo "aparente", es decir lo que aparece, lo que se manifiesta, lo que ha podido observar en su labor como terapeuta, todos los que formamos parte de la humanidad necesitamos contar con espacios de libertad, aceptación y seguridad que nos permitan superar nuestros miedos, dejar caer nuestras máscaras, y abrirnos paso entre los prejuicios, como camino para poder inclusive disfrutar de las incertezas y vivir según nuestras propias convicciones.

Nos dice Rogers: *el cliente (la persona) habitualmente emplea la relación (sea en la terapia como en la vida) para explorar y examinar los diversos aspectos de su propia experiencia, para reconocer y enfrentar las profundas contradicciones que a menudo descubre* (Rogers, 2015. Pág.105).

En este contexto, descubrimos y aprendemos que a menudo nuestra conducta y sentimientos son impuestos, no se corresponden con nuestro sentir orgánico, sino que más bien son frutos del "debería" o de los mandatos que hemos internalizado, o de la

necesidad de responder a las miradas, exigencias, evaluaciones y aprobaciones de los otros.

De ello se desprende que el problema central de la persona, sea en situaciones recientes o actuales, sea en vivencias más arraigadas, es que, si bien no puede vivir su sí mismo, sí desea ser y expresarse como un ser único, como una persona digna de confianza y de aprecio.

Ahora bien, si tal como venimos diciendo, la relación en donde la persona realiza su propia exploración es un camino experiencial, hay que admitir que esta vía no es la de cualquier búsqueda o indagación, sino que se trata de ir abriéndose paso, quitando la maleza, superando los obstáculos y asumiendo los sentimientos contradictorios, turbulentos, y hasta a veces desalentadores.

De modo que la motivación para emprender esta aventura consiste en tomarse la libertad, en habilitar ese espacio de autonomía y creatividad, en animarse a internarse en el desierto o subir la ladera, con el deseo de hacer cumbre; meterse en el espeso follaje del sentir y del ser uno mismo para poder descubrir orgásmicamente los nuevos paisajes de la existencia, hasta ese momento desconocidos, rechazados, minusvalorados por la presión del pasado, del presente y del contexto social.

Será entonces allí, en ese ambiente de libertad y seguridad, en donde experimentaré con temor y temblor, pero también con amor y confianza, que soy el mismo tanto cuando siento enojo, rencor u odio, al igual que cuando me invade el amor, la ternura, la compasión. Entonces surge la experiencia de que estoy siendo lo que soy, caen mis máscaras y se abren mis refugios para dar paso a la confianza, la aceptación, al gusto por mí mismo, al amor por mi propia existencia, al agradecimiento por la vida, por los caminos recorridos, por las personas encontradas. Ya no tengo modelos, no tengo metas, soy mi experiencia, mis vivencias, soy mi caminar con una orientación, un desarrollo hacia el crecimiento y la aceptación de la realidad, de mi realidad. Ahora puedo acompañar amorosamente la corriente de mi existencia, con sus vaivenes, sus tormentas y sus días soleados.

Ya no me impongo a mis propias experiencias ni a las de los demás; simplemente las vivo, las acepto y las valoro como dignas, confiables y respetables.

Ahora parece que estoy siendo, deviniendo persona pero ¿qué persona soy?, ¿qué características descubro en mí?

1.- Apertura a la experiencia

Una primera característica, un primer vector que orientará mi vida será la apertura a la experiencia. Aparece aquí esa mirada y postura existencial de Rogers, que le permite concebir la experiencia como algo dado al individuo, como algo suyo; no es una realidad abstracta sino concreta, sentida, vivencial. Señala Rogers que sólo asimilamos, asumimos, introyectamos, aquellos contenidos experienciales que coinciden con la imagen que tenemos de nosotros mismos, caso contrario creamos defensas o barreras que distorsionan esa realidad percibida para que se ajusten a nuestra imagen.

La apertura implica *una mayor consciencia de mis sentimientos y actitudes, tal como existen en el nivel orgánico*. Se expande la visión de la realidad percibiendo los matices, *soy capaz de aceptar los hechos tal como son*, sin necesidad de distorsionarlos para que se ajusten al modelo preconcebido. Esto me permitirá vivir con mayor realismo las situaciones nuevas y me dará mayor plasticidad frente a mis creencias, permitiéndome aceptar sin dogmatismos los matices de mi vida y mis ambigüedades, reconociendo y experimentado que estoy en crecimiento. Ya no necesito saberme perfecto, ahora puedo mostrar mis heridas, mis partes vulnerables.

Rogers, en otro de sus escritos, donde describe algunos conceptos o constructos teóricos, señala que la experiencia, vista psicológicamente *engloba todo lo que sucede dentro del organismo en cualquier momento y que está potencialmente disponible para la consciencia inmediata* (Rogers, 2014. Pág. 26).

Esto último es importante ya que no se trata de la experiencia como acumulación de vivencias pasadas, sino de un segmento de ella, de ese campo experiencial, de aquello que se hace presente en mí mostrándome la realidad de ese momento, de esa circunstancia. En palabras del filósofo Martín Buber, contemporáneo de C. Rogers, sería el percibir mi mundo personal frente al mundo dado; es la experiencia de sentirme junto a las cosas, al lado de los otros, pero a la vez independiente de ellos, por cuanto solo el ser humano puede tomar distancia, incluso de sí mismo. Esta experiencia lo hace capaz de diálogo porque es la apertura a la alteridad. (Buber, 2004. Pág. 142).

2.- Confianza en el propio organismo

Un segundo vector será la confianza en mi propio organismo: Rogers señala que, si la terapia ha sido exitosa, si la relación ha sido constructiva, el individuo descubrirá que su organismo es confiable, que puede fiarse de sus avisos y señalamientos, que es un instrumento adecuado para testear su vida cotidiana.

A partir de ahora, mi organismo como totalidad sentiente, como lugar donde mis sentimientos, miradas, emociones, percepciones y entendimiento se unifican para informarme sobre la realidad, merece ser tenido en cuenta para mis decisiones y para el conocimiento de aquello que resulta más pertinente y propio en mi situación actual. Al tener una consciencia enriquecida de mi experiencia puedo utilizar esos datos para hacer frente a nuevas situaciones. Ahora soy poseedor de una mejor percepción de la complejidad de la realidad. Como Rogers señala,

con (...) la ayuda de su pensamiento consciente, (la persona) puede permitir a su organismo considerar, evaluar y equilibrar cada estímulo, necesidad y demanda y sopesar su gravitación e intensidad relativas. Sobre la base de estas complejas consideraciones, es capaz de descubrir la elección que más se aproxima a la satisfacción de todas sus necesidades mediatas e inmediatas en esa situación. Por lo cual, la conciencia deja de controlar un conjunto de sentimientos peligrosos e imprevisibles y se convierte en adecuado al-

bergue de un cúmulo de impulsos, sentimientos y pensamientos que se autogobiernan de manera satisfactoria, en ausencia del severo control entonces ejercido. (Rogers, 2015. Pág. 112-113).

3.- Cambio en el foco de evaluación

Un tercer vector o tendencia que se manifiesta será el cambio de foco de evaluación, esto es, el lugar desde dónde me relaciono y valoro mis decisiones de vida. Lo cual implica tener mayor independencia de las valoraciones u opiniones externas. Puedo asumir el costo y responsabilidad de mis decisiones y conductas según mis perspectivas y búsquedas de satisfacción personales, percibiendo que ellas expresan adecuadamente mi ser genuino.

Esta experiencia única de asumir que soy el responsable y artífice de mi existencia y elecciones, si bien es abrumadora, también es liberadora y fascinante. No me culpo ni culpo a los demás de mis errores, sino que trato de ajustar mi mirada y decisiones, para seguir caminando y construyendo mi propia orientación.

4.- Sentirse a gusto con el propio proceso

Una cuarta característica o vector de esta orientación es el descubrir y sentirme cómodo en el cambio, en el proceso. He descubierto que mi dinamismo y desarrollo personal tiene que ver con ese ser que deviene permanentemente, con la experiencia del "estar siendo", y por lo tanto ya no concibo la vida como llegar a una meta, alcanzar un logro, convertirme en un producto terminado, sino que aspiro a desarrollarme, a vivir una vida plena. Lo cual no significa ausencia de inquietudes y esfuerzos, por cuanto lo importante ahora es la integración, la reorganización de mí mismo, mi transformación personal.

En palabras de Rogers:

Ello significa que una persona es un proceso de transformación, no una entidad fija y estática; un río que fluye, no un bloque de materia sólida; una constelación de potencialidades en permanente cambio, no un conjunto definidos de rasgos y características, (...) tengo la sensación de flotar en la compleja corriente de la experiencia y tengo la posibilidad fascinante de intentar comprender su complejidad siempre cambiante (Rogers, 2015. Pág. 115).

Todo lo dicho está sujeto al cambio de nuevos tiempos, de nuevas comprensiones e investigaciones; y como todo en la existencia, es algo provisional: cada uno de nosotros tiene la libertad y responsabilidad de seguir buscando, pues parece haber indicios de que en esta precaria pero maravillosa aventura de ser humanos, compartimos como algo inherente a nuestra condición, la experiencia y la necesidad de relación desde la libertad y los cambios permanentes.

5.- Funcionamiento óptimo de la persona

A continuación, señalamos otras variaciones del mismo tema, desarrolladas en el capítulo ocho de la misma obra, *El proceso de convertirse en persona*, donde

Rogers vuelve sobre un artículo que había escrito un tiempo atrás, reflexionando acerca de preguntas fundantes que parecen generalizarse en cada ser humano. Dicho capítulo se titula: *Ser la persona que uno realmente es: cómo ve un terapeuta los objetivos personales*. Y a mi modo de ver, retoma allí las preguntas anteriores desarrollando algunos puntos ya mencionados.

Las preguntas son: *¿Cuál es mi objetivo en la vida?, ¿Para qué me estoy esforzando? ¿Cuál es mi propósito?* Parece no haber duda de que estas preguntas existenciales atraviesan a toda persona, particularmente en algún momento de su vida. Nuevamente el autor apela a su experiencia vital como terapeuta desde donde cree poder decir algo acerca de la trama y tendencias que se manifiestan en las personas que se animan a recorrer caminos terapéuticos, sea en la misma terapia, sea en relaciones facilitadoras y constructivas, relaciones que expandan la libertad y la capacidad de elegir.

A pesar de lo expuesto, las mismas preguntas pueden ser respondidas de diversas maneras, según cada persona, su época y su cultura. Las investigaciones actuales pueden sugerir otras respuestas, pero aquí tratamos del enfoque que Rogers les dio a las preguntas mencionadas.

Las tendencias que a su juicio aparecen luego de un proceso terapéutico exitoso son los siguientes:

En esta orientación, las personas

- 1.- *Dejan de utilizar las máscaras;*
- 2.- *Dejan de sentir los deberías;*
- 3.- *Dejan de satisfacer expectativas impuestas;*
- 4.- *Dejan de esforzarse por agradar a los demás;*
- 5.- *Comienzan a autoorientarse;*
- 6.- *Comienzan a ser un proceso;*
- 7.- *comienzan a ser toda la complejidad de su sí mismo;*
- 8.- *comienzan a abrirse a la experiencia;*
- 9.- *Comienzan a aceptar a los demás;*
- 10.- *Comienzan a confiar en sí mismos.* (Rogers, 2015. Pág. 152-159).

En coincidencia con lo que venimos desarrollando, me parece oportuno señalar algunos puntos que se encuentran en otro texto, cuyo título es: *Teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad*, concepto relevante y pertinente para nuestro análisis de la perspectiva antropológica, en cuanto que la dirección por la que opta el individuo es hacia un funcionamiento pleno de su personalidad, cuyas características según Rogers serían las siguientes:

- El individuo,*
- 1.- *Está abierto a su experiencia;*
 - 2.- *En consecuencia, todas sus experiencias son accesibles a la conciencia;*
 - 3.- *Sus percepciones son tan exactas como lo permiten los datos de su experiencia;*
 - 4.- *La estructura del yo es congruente con la experiencia;*
 - 5.- *La estructura del yo es una Gestalt fluida que se modifica con flexibilidad en el curso del proceso de asimilación;*
 - 6.- *El sujeto se percibe como el centro de valoración;*
 - 7.- *El proceso de su valoración es continuo y orgánico;*
 - 8.- *El sujeto se conduce en todo momento de manera adaptativa y manifiesta una actitud creativa*

ante toda nueva situación; 9.- Descubre que su capacidad de valoración autónoma orgánica representa una verdadera guía para lograr conductas más satisfactorias; 10.- Teniendo en cuenta el carácter gratificante de la consideración positiva recíproca, ese individuo vive con los otros en la mejor armonía posible. (Rogers. 2015. Pág. 112).

De este modo el concepto de funcionamiento pleno, es sinónimo de adaptación psicológica, madurez óptima y congruencia interna.

Tengamos presente que para Rogers el ser humano es un ser de relaciones. Esta categoría antropológica es fundante en su concepción de humanidad y el devenir en persona. En cuanto que la persona humana tiene su origen en una relación, cualquiera sea el grado de humanidad que ella posea, se constituye como persona desde una relación -la madre en particular-, y se desarrolla mediante las relaciones y vínculos propios de su entorno social y cultural. De modo que, ante una persona que por sus relaciones o vínculos deteriorantes de su personalidad y su crecimiento se encuentra en una situación de desorganización o carente de armonía, el cambio es posible mediante relaciones constructivas, creativas y liberadoras del sí mismo.

Ampliando este horizonte podemos señalar que todas las relaciones tienen su importancia: el vínculo con nuestros pares humanos, con nuestro entorno, con la sociedad, con la cultura, con la trascendencia. Pero a mi modo de ver, la que orienta el desarrollo y crecimiento hacia una vida plena es la relación con nuestro sí mismo desde la interioridad y espiritualidad, con esa experiencia de ser lo que se es, con ese volver a encontrarnos con nuestra genuinidad, aquella que teníamos de niños y fuimos ocultando por valoraciones externas. En este sentido la crisis de lo humano proviene de una falta de conocimiento de sí mismo, pero no en un sentido meramente racional, como conceptualización abstracta o constructo teórico, por importante que sea; sino como una experiencia de mi organismo como totalidad sentiente que incluye la inteligencia, la sensibilidad y las emociones. Es la experiencia que supera el saber para pasar a ser un sabor; significa que no solamente tengo sabor a mí mismo, sino que descubro el gusto y puedo disfrutar de mi mismidad.

En el capítulo IX de su obra, *El proceso de convertirse en persona*, Rogers señala que vida plena no significa vida estática ni un estado de virtud como tampoco de resignación, éxtasis o felicidad, ni una condición donde el individuo se encuentra adaptado, logrado o realizado. Dichos términos no se ajustan a su visión de vida plena, a la que concibe como un dinamismo permanente y creativo, como una orientación antes que un destino, como la libertad y capacidad para elegir, aun cuando esa elección signifique equivocarse.

6.- Libertad y vida plena

En el intento de descubrir y señalar algunos conceptos antropológicos en el pensamiento de Carl Rogers, considero importante sumar otra categoría como es la de libertad.

El análisis que realiza de este concepto es de tipo operativo experiencial, es decir no define la libertad en términos abstractos, sino como experiencia vital donde el individuo se recupera y se desarrolla. Esta experiencia de libertad es clave en todas las relaciones, sean estas del ámbito familiar, educativo, laboral, etc., pues entiende el autor que si hay ambiente de libertad entonces es posible que el individuo se haga cargo de sí mismo y realice su aporte a la construcción social.

En términos de proceso terapéutico o de relaciones personalizantes, cuando la relación es adecuada, el individuo experimenta una gran libertad para autoexplorarse, desbloquearse y poder compartir sus angustias y sus miedos.

Iniciamos esta reflexión señalando que una de las características principales, desde la mirada antropológica, es la experiencia de la persona. Agregamos que se trata de un experimentar la existencia en cuanto proceso de libertad y liberación. Si bien este tema es recurrente en los escritos de Rogers, estimo oportuno desarrollarlo a partir de un artículo titulado: "Aprender a ser libre", de su obra *Persona a persona*, escrita en coautoría con Barry Stevens. Vale aclarar que el mismo escrito se encuentra también, con algunas variaciones, en su obra *Libertad y creatividad en la educación*.

En el texto citado, Rogers entiende que la libertad es una experiencia que puede ser vista como un *llegar a ser persona* o como *coraje de ser*; o como un *aprender a ser libre*, tratándose de un *fenómeno profundamente subyugante para cualquiera que lo haya observado o vivido*. (Rogers/Stevens, 2012. Pág. 59).

Es la experiencia de un proceso que desarrolla en la persona una mayor autonomía, espontaneidad, confianza en su sí mismo, en el que tiene consciencia de su elección en la orientación que decide, aun en las circunstancias adversas y los límites que están dados como sujeto social e histórico. En él, la persona no tiene certeza de los resultados, aunque sí la seguridad de que la opción por tal o cual dirección es la adecuada, porque es suya, porque tiene su foco de evaluación en sí misma. Ya no se siente víctima de fuerzas oscuras inconscientes o de las opiniones y demandas externas. Es la experiencia viva de su propia individualidad y de sus potencialidades hacia una existencia plena.

Esta experiencia tiene características que le son propias, tales como la aceptación de vivencias o sentimientos contradictorios o la memoria de situaciones no queridas. Ahora simplemente las dejo existir, están ahí, son parte de la trama de la historicidad y de mi ser en el mundo, como los hilos de un tejido que han conformado mi vida. Ya no hay necesidad de negarlo o de defenderme frente a ello. En consecuencia, se da una mayor consciencia de mí mismo, una mayor comunicación con mi propia intimidad y espiritualidad, que se convierte en guía de futuras decisiones y acciones. Es, además, un caminar, un adentrarse en un laberinto en el que se avanza y se retrocede, para volver a tomar la senda más prometedora y orientadora para salir del mismo, y poder alcanzar finalmente esa libertad responsable.

Nuestro autor, no niega la influencia y límites de los condicionamientos personales, sociales e históricos,

es decir los datos que aportan distintas disciplinas del orden biológico y social, y en particular la propia psicología. No obstante, entiende que toda persona posee un espacio propio, único y humano.

De modo que, cuando se refiere a la libertad lo hace desde su experiencia como psicólogo humanista, que afirma un último espacio sagrado, donde la persona se hace dueña de su propia vida y acciones.

Dice al respecto:

Me refiero aquí a esa clase de libertad que Frankl describe con vívidos trazos en la experiencia que tuvo en un campo de concentración cuando los prisioneros fueron despojados de todo: pertenencias, identidad, derecho a elegir; pero la permanencia en ese ambiente, aun durante meses y años, solo demostró que a un hombre puede quitársele todo menos una cosa: la última de las libertades humanas, la de elegir la propia actitud en cualquier conjunto dado de circunstancias, el propio camino'. La libertad que he observado es interior, es subjetiva, existencial. (Rogers, C. /Stevens, B., 2012. Pág. 59).

En este sentido, el reconocido psicólogo y psicoterapeuta estadounidense Rollo May, contemporáneo de Rogers, en su obra *El hombre en busca de sí mismo*, realiza un planteamiento muy cercano a nuestro autor. De hecho, es el mismo Rogers quien en su obra *El proceso de convertirse en persona*, señala que su propuesta de reflexión teórica se encuentra en la línea o tendencia de autores como *Gordon Allport, Abraham Maslow y Rollo May*. (Rogers, R. *El proceso de convertirse en persona*. 2015. Pág.11).

En el escrito señalado, May dice:

La libertad es la capacidad para hacerse cargo de su propio desarrollo. Es nuestra posibilidad de formarnos a nosotros mismos. Es la otra cara de la conciencia de sí mismo; si no fuéramos capaces de tomar conciencia de nosotros mismos nos empujarían hacia adelante nuestros instintos y la marcha automática de la historia como a las abejas o a los mastodontes. (May, 1985. Pág. 129)

Para Rogers, esa libertad se experimenta como comprensión de que puedo vivir mi vida aquí y ahora como elección propia y agrega:

Es el tipo de coraje que nos permite adentrarnos en la incertidumbre de lo desconocido por nuestra propia elección. Es el descubrimiento de un significado interior que nace de atender, en actitud sensible y abierta, a las complejidades de la propia experiencia. Es la carga de ser responsable por el yo que se elige ser. (Rogers, C. /Stevens, B., 2012. Pág. 59).

En esta experiencia fascinante, de acceso a la propia individualidad, donde sigo siendo yo y mi historia, yo y mis decisiones intransferibles, a veces incomunica-

bles, percibo con fuerza y dinamismo subjetivos esa realidad concreta y real que me atraviesa.

En este sentido, quiero compartir un significativo texto de Rogers en el que resuena esta experiencia. Está en el prólogo de la obra *Psicoterapia centrada en el cliente* y dice así:

Esta obra se refiere al sufrimiento y a la esperanza, a la ansiedad y la satisfacción, que llenan el consultorio de cada terapeuta. Se refiere a la unicidad de la relación, que cada terapeuta establece con cada cliente..., se trata acerca de un cliente, en mi consultorio, que se sienta frente al escritorio, luchando por ser el mismo y sin embargo mortalmente temeroso de serlo, esforzándose por ver su experiencia tal como es, deseando ser esa experiencia y sin embargo mortalmente temeroso ante esa perspectiva..., se trata de mí en la medida en que me regocijo del privilegio de ser el partero de una nueva personalidad, en la medida en que reverencio la emergencia de un yo, de una persona; que observo un proceso de nacimiento en el cual he tenido un papel importante y facilitador. Se refiere tanto al paciente como a mí en tanto observamos maravillados las fuerzas potentes y ordenadas que se hacen evidentes en esta experiencia total, fuerzas que parecen profundamente arraigadas en el universo como un todo. Creo que el libro se refiere a la vida, en la medida en que la vida se revela vívidamente en el proceso terapéutico, con su poder ciego y su tremenda capacidad de destrucción, pero con su equilibrador impulso hacia el crecimiento, cuando se dan las condiciones propicias. (Rogers, 2016. Pág. 14-15).

A propósito de las condiciones propicias, se refiere precisamente a aquellas que facilitan esta experiencia de libertad y responsabilidad, este aprender a ser libre; condiciones que tienen que estar presentes en toda relación terapéutica o relación de ayuda y de crecimiento, para que surja este nuevo individuo. Estas condiciones necesarias son: la aceptación amorosa, la comprensión empática y la coherencia o autenticidad.

7.- La creatividad como fruto de la transformación personal

Con este punto quiero dar un cierre a la reflexión compartida, siempre sujeto al diálogo y a la crítica. Soy consciente de haber dejado seguramente varios puntos fuera del escrito; no obstante, la intención principal es invitar al lector a sumergirse por sí mismo en la lectura de la obra de Rogers, que a mi modo de ver es tremendamente actual, provocativa y sugerente.

El tema de la creatividad es un punto capital para Rogers y lo desarrolla en distintas obras, pero en particular en su libro *Libertad y creatividad en la educación*. Un capítulo precioso de esta obra, el XV, titulado: *libertad y compromiso*. En esta ocasión, tomo algunos aspectos del capítulo XIX, que lleva por título *Hacia una teoría de la creatividad*, de la obra que más he-

mos citado en este escrito, tal vez la más conocida y de fácil acceso, *El proceso de convertirse en persona*. Lo primero que señala es la necesidad social de que surjan personas creativas, autónomas y con convicciones para llevar a cabo sus propios ideales y valores. Frente a esta necesidad nos muestra que, en particular las grandes y tradicionales instituciones formativas de la persona, por lo general no promueven la creatividad, sino por el contrario la adaptación sumisa y obediente a las convenciones establecidas, se trate de la familia o la educación formal en sus distintos niveles. Y donde generalmente, el éxito y la felicidad se miden en términos de productividad y eficiencia, con fuerte acento en lo económico. Parece que todo está en función de poder encajar en el engranaje social, dando escaso valor al proceso creativo como un aporte sustancial de la persona a la misma sociedad, relegando, minusvalorando e incluso marginando a quien opte por ser y vivir a su manera. Sobre este punto señalo un texto que me parece de notable actualidad, en estos días en que el mundo se conmueve por el nefasto conflicto e invasión de Rusia a Ucrania.

A menos que los individuos, grupos y naciones puedan imaginar, elaborar y revisar creativamente nuevos modos de relacionarse con estos complejos cambios, la comprensión desaparecerá. Si el hombre no logra adaptarse a su medio de maneras nuevas y originales y con la rapidez que requiere el acelerado avance de la ciencia, nuestra cultura se extinguirá. El precio que pagaremos por nuestra falta de creatividad no serán solo la inadaptación individual y las tensiones grupales, sino también el aniquilamiento internacional. Por consiguiente, pienso que son de fundamental importancia las investigaciones acerca del proceso creativo y de sus condiciones de aparición, desarrollo y facilitación. (Rogers, 2015. Pág. 302).

A continuación, describe cómo se desarrolla el proceso creativo como producción original que surge del individuo, pero en el marco de sus relaciones con *los materiales, acontecimientos, personas o circunstancias de su vida*. (Rogers, 2015. Pág. 302).

En cuanto al móvil de la creatividad, parece ser el mismo que se manifiesta en toda persona como fuerza profunda y curativa, como tendencia a desarrollarse y llegar a ser sus potencialidades.

Al respecto señala:

Con esto me refiero al impulso a expandirse, crecer, desarrollarse y madurar que se manifiesta en toda vida orgánica y humana, es decir, la tendencia a expresar y realizar todas las capacidades del organismo o del sí mismo. Esta tendencia puede quedar profundamente enterrada bajo capas y capas de defensas psicológicas sedimentadas o bien ocultarse tras máscaras elaboradas que niegan su existencia; sin embargo, mi experiencia me inclina a creer que existe en todos los individuos y

que solo espera las condiciones propicias para liberarse y expresarse. (Rogers, 2015. Pág. 304)

Conclusión

Concluyendo esta reflexión, deseo llamar la atención sobre lo dicho en la obra de Rogers titulada *El camino del Ser*, escrita en la última etapa de su vida. Allí señala cuáles serían las características de la persona del mañana y que seguramente deseáramos que estuviesen ya presentes por doquier. Por mi parte tengo la convicción de que existen esas personas.

Al respecto Rogers afirma: *En mi experiencia, estos individuos tienen algunas características en común..., mencionaré brevemente algunas de ellas, en la forma en que las he visto y experimentado.* (Rogers, 2014. Pág. 187-188).

A continuación, señalo los puntos sin su desarrollo o explicación:

1.- personas que valoran la sinceridad. 2.- que experimentan un profundo deseo de autenticidad. 3.- que son escépticas en cuanto a la ciencia y a la tecnología. 4.- que aspiran a la totalidad con una visión más holística. 5.- con un profundo deseo de intimidad. 6.- que asumen su vida como un proceso. 7.- que valoran las expresiones de cariño. 8.- con una actitud positiva hacia la naturaleza. 9.- que son críticas de las instituciones y con cierta desconfianza a las rigideces, a las estructuras inflexibles y burocráticas. 10.- que poseen autoridad interna. 11.- que otorgan relativa importancia a las cosas materiales. 12.- con un gran anhelo de lo espiritual. (Rogers. 2014. Pág. 187-188).

En página siguiente señala:

Estas son algunas de las características que veo en la persona del mañana. Soy perfectamente consciente de que son pocas las personas que posean todas estas características, y sé que lo que describo es una pequeña minoría del conjunto de la población. Lo interesante es que las personas dotadas de dichas características se sentirán perfectamente a gusto en un mundo solo consistente de energía en vibración, sin base sólida, un mundo de proceso y cambio en el que la mente, en su sentido más amplio, es al mismo tiempo consciente y creadora de la nueva realidad. Ellos lograrán hacer cambiar el paradigma. (Rogers, 2014. Pág. 189).

Recorrer los textos de Rogers es una experiencia altamente gratificante, en cuanto nos permite bucear las profundidades de la persona humana, maravillados de su complejidad y potencialidades, invitándonos a comprometernos desde el lugar que nos toque a impulsar y facilitar el desarrollo y la vida plena de quienes nos acompañan en el caminar. La antropología, desde la perspectiva filosófica, es siempre una búsqueda para comprender nuestra humanidad y construir puentes que nos acerquen a los otros. Rogers ha comprometido toda su vida y labor profesional en esta dirección mostrándonos las enormes posibilidades del

ser humano y dejándonos algunas claves para desarrollarla.

Referencias

- Buber, M. 2004. *El camino del hombre*. Bs. As.: Altamira.
- May, R. 1985. *El hombre en busca de sí mismo*. Bs. As.: Central.
- Rogers, C. 2015. *El proceso de convertirse en persona*. Bs. As.: Paidós.
- , 2014. *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Bs. As.: Nueva visión.
- , 2014. *El camino del ser*. Barcelona: Kairós.
- , 2016. *Psicoterapia centrada en el cliente*. Bs. As.: Paidós.
- , 1986. *Libertad y creatividad en la educación. En la década de los ochenta*. Bs. As.: Paidós.
- Rogers, C. & Stevens, B. 2012. *Persona a persona*. Bs. As.: Amorrortu.

Curriculum

Especialista en Organizaciones sin fines de lucro.
Licenciado en Filosofía.
Técnico en Orientación del Desarrollo Personal (counselor).
Diplomado en PNL.
Docente en la Universidad Católica de Córdoba
Docente en la Universidad Provincial de Córdoba.
Docente en la tecnicatura de Counseling, sede Córdoba, I.A.S.D.E.

Correo de contacto:

ortelladoramonoscar@gmail.com

Fecha de presentación: 12/01/2023

Fecha de aceptación: 16/02/2023

La función del sentido y el sinsentido en la psicoterapia existencial

Leonardo Galiano
Lima – Perú

Resumen

En el campo de la psicología, tanto el sentido como el sinsentido, incurren en cómo experimentamos la vida humana, por lo que ha sido de interés para ciertos autores que se han ocupado de este concepto desde sus disciplinas. Podemos hablar del sentido del lenguaje (Lacan, 1991), del sentido del ser (Heidegger, 1927) o del sentido como propósito de vida (Frankl, 1994) sin estar refiriéndose de ninguna manera a lo mismo. A pesar de la etimología de la palabra sentido, siempre va a depender del paradigma donde nos coloquemos para fundamentar nuestro discurso e interpretar su función. En principio, suele entenderse generalmente como logos, que se traduce habitualmente como razón, pero también significa palabra, verbo, discurso; por eso podemos traducir logos como "razón discursiva que muestra su sentido a través de la palabra". Heidegger se preguntó por el sentido del ser, así que hemos también de preguntarnos por el sentido del sentido, y el opuesto lingüístico al que nos conlleva.

Palabras clave

sentido, sinsentido, conciencia, función

Abstract

In the psychology field, both meaning and meaningless incur in how we experience human life, which is why it has been of interest to authors who have dealt with this concept from their disciplines. We can talk about the meaning of language (Lacan, 1991), the meaning of being (Heidegger, 1927), or meaning as the purpose of life (Frankl, 1994) without referring to the same thing in any way. Despite the etymology of the word meaning, it will always depend on the paradigm where we place ourselves to base on our speech and interpret its function. In principle, it is generally understood as logos, which is usually translated as reason, but it also means word, verb, or speech; that is why we can translate logos as "discursive reason that shows its meaning through the word". Heidegger has wondered about the meaning of being, so we must also wonder about the meaning of meaning, and the linguistic opposite to which it leads us.

Keywords

meaning, meaningless, consciousness, function.

Introducción

Mucho se ha hablado sobre la conciencia dentro del paradigma existencial, donde el correlato con el mundo, la muerte, la nada, la libertad, la autenticidad y el sentido del ser juegan un papel crucial para comprender la existencia humana, tal y como se expuso en *Ser y tiempo* (Heidegger, 1927) y *El ser y la nada* (Sartre, 1943). Es así que este extenso movimiento filosófico

hace su inevitable articulación con la psicología y la psicoterapia, consolidando una rama específica para la investigación psicológica y la aplicación psicoterapéutica (Binswanger, Spinelli, Frankl, Yalom, Längle, Van Deurzen, Martínez, entre muchos otros). Sin embargo, a pesar de su método fenomenológico y contundente marco teórico, aún no existe, por así llamarlo, un análisis funcional del sentido. Los mayores alcances teórico-prácticos en el campo de la psicoterapia fueron desde la logoterapia creada por Viktor Frankl, y el análisis existencial creado por Alfred Längle. Para el primer autor, su tratamiento estaba centrado en el sentido; este sentido era descubierto por la conciencia. Sin embargo, esta espiritualidad siempre estuvo ligada indirectamente a un *suprasentido*, ya que su autor practicaba una postura teológica transpersonalista, pero dando de todos modos los primeros alcances para una psicología teleológica. En el segundo caso, el sentido estuvo estrictamente circunscrito a la filosofía existencial y no a un enfoque religioso, consolidándose mejor la dinámica existencial del sentido interrelacionado con el mundo psicológico, tal y como apreciamos en las cuatro motivaciones fundamentales de la existencia que propone Längle. Si bien la logoterapia se jactó de enfatizar su práctica sobre el *sentido del momento*, tratándose sobre el sentido en la vida más que sobre el sentido de la vida, de todas formas, recaía su fe ligada a un *sentido ontológico*. A diferencia de Längle que al hablar sobre el sentido nunca lo hizo en un sentido metafísico, sino siempre como *sentido existencial*.

En la actualidad, un programa de intervención centrado en el sentido (Martínez, 2009) se sigue desarrollando en Colombia, estructurando metodológicamente cómo explorar la cuestión del sentido de manera personal en sesiones de psicoterapia, resultando un manual práctico sobre el *sentido*, pero aún sin un sustento funcional sobre este concepto, que es definido como percepción afectiva-cognitiva, psicologizando el sentido bajo el paradigma cognitivista. Lo existencial incluye lo cognitivo, pero no lo centraliza. Podemos afirmar que la conciencia es la base de la cognición, pero no podemos concebir la cognición como base de la conciencia,¹ por lo que el estudio sobre el sentido ha de ser un estudio de la conciencia y no sólo de la cognición, la percepción y la afectividad. Si bien es cierto que no podemos desligar la conciencia de la corporalidad, tampoco podemos opacar las funciones básicas de la conciencia por centrarnos exclusivamente en las funciones psicológicas, a pesar de la paradó-

¹ El sujeto puede perder el lenguaje y seguir despierto. Puede dejar de pensar y seguir despierto. Puede dejar de percibir y seguir despierto. Pero cuando pierde la conciencia, se desmaya.

jica encomienda de que solo podemos conocer la conciencia a partir de la percepción, el lenguaje y la afectividad. Por eso la psicología existencial ha de comprender entonces cómo nos relacionamos con el sentido y el sinsentido en todas las etapas de nuestra vida, y las investigaciones en este campo tendrían que esclarecer también estas funciones en el proceso psicoterapéutico y en las interacciones humanas.

Fenomenología de la conciencia – La función del sentido y el sinsentido

En un *sentido* básico de la conciencia, lo que tiene un sentido involucra una dirección. Esta dirección no sólo se refiere a la espacialidad-temporalidad de la conciencia que habita como lugar en el mundo, sino también a la dirección de nuestro andar. Esta experiencia de aproximación, este *hacia*, parece una tendencia natural de la conciencia. Lo cual nos permite inferir, en términos de Frankl (2001), que: *El sentido no ha de coincidir con el ser; el sentido va por delante del ser. El sentido marca la pauta al ser. La existencia se quiebra a menos que sea vivida en términos de trascendencia hacia algo más de sí misma.*

La naturaleza de la conciencia es el movimiento. Tien- de a ir hacia “adelante”, como continuidad. En ese sentido, no radica en sí misma, ya que no es un lugar, sino que está en un lugar que es el mundo. Y cuando se mueve, se dirige, hacia un destino. De hecho, la etimología de la palabra propósito es término latino *propositum* formado por el prefijo pro, que significa hacia adelante, y del participio verbal *positum* que significa poner. Así pues, propósito significa, literalmente, poner hacia adelante, y no es que sea necesariamente un objetivo o un plan racional el cual estipulamos con antelación, sino más bien es un *intencionarse*, a pesar de que esta característica de la planificación pareciera ser una de las evoluciones psicológicas que surgen de esta característica básica de la conciencia, la cual es destinarse. Esto hace alusión a la capacidad de trazar su destino, tanto literal como la corporalidad que vivencia y explora el mundo, como existencialmente en la co-construcción de nuestra identidad. La conciencia desea llegar a ser, porque no es. Quiere llegar ahí porque no está ahí, y una vez que llega ahí, o una vez que llega a ser, comienza nuevamente el ciclo.² Meditar es romper con ese ciclo.³

Sin embargo, si esta conciencia habita el mundo, habita también el lenguaje, y, por ende, no podemos hablar del sentido del ser sin el sentido del lenguaje. Parte del sentido del ser es también parte del sentido de nuestro discurso. Las cosas que decimos van siempre hacia una dirección. Las palabras conllevan

sentidos, pero la diversa y compleja red de sentidos del lenguaje sólo se aprecia en su conjunción. Si no tiene sentido lo que escuchamos, no entendemos lo que el otro quiere decir. Es así que el sentido mutuo del lenguaje es vital para poder comprendernos. Cuando realizamos una acción, sea observable o escuchable, hay una noción de mensaje. En toda conducta, sea verbal o no-verbal, parece haber una intención. La intención de dirigirnos hacia “ahí”, sea con nuestras acciones o nuestro discurso, implica una motivación, y, por ende, una finalidad,⁴ desde las más básicas como querer comer, hasta las más complejas como querer saber. Pero si lo que decimos no tiene sentido, ¿entonces no tiene propósito lo que he dicho? Si no es coherente lo que hablo, ¿entonces no tiene finalidad lo que estoy diciendo? Puede que para el otro no tenga una finalidad, pero para mí sí, pero también puede que para el otro tenga una finalidad, pero para mí no, así como también puede que para ambos no haya tenido ninguna finalidad. Fenomenológicamente, si no hay un ser para esa finalidad, entonces esa finalidad no existe. Lo cual querría decir de que no existe una intención a priori en el sujeto, sino que la intención recién existe en la medida en la que se realiza. Sólo puedo conocerla cuando se realiza. Preguntarnos para qué voy a decir esto o para qué estoy haciendo eso, revela la intención de querer evolucionar nuestra forma de interactuar, dentro y fuera de las sesiones de psicoterapia. Esta capacidad de la conciencia, denota que la voluntad es teleológica.

Se entiende entonces que conciencia no es lo mismo que sentido, y que, con aires Sartreanos, la conciencia corre tras el sentido sin nunca alcanzarlo. Así, la conciencia es deseo (Hegel, 1807), y el deseo es justamente deseo porque nunca se sacia. El deseo de sentido dota a la conciencia de movilidad, pero no a partir de un objeto, sino de una falta. Como lo expresa Lacan (1960): *“El deseo es siempre deseo. La falta genera al deseo. El deseo nunca se satisface del todo. El sujeto está sujetado al deseo.”* La falta en ser de Lacan se puede correlacionar por el paradigma francés con la concepción de Sartre que afirma que el ser es falta de sí mismo, y por esa falta de ser, desea ser. Si no hubiese falta, no habría deseo. Esta carencia es la que le permite a la conciencia desear, demostrando, así como Frankl, que la conciencia no puede ser idéntica así misma y busca trascenderse. Sartre (1943) lo deja más en claro: *El hombre es fundamentalmente deseo de ser, y la existencia de este deseo no tiene que ser establecida por inducción empírica: resulta de una descripción a priori del ser del para-sí, puesto que el deseo es falta y el para-sí es el ser que es para sí mismo su propia falta de ser.*

² Desde el esencialismo, se busca *llegar al ser*. El ser como sustantivo, se concibe como una sustancia interna a la cual llegar. Desde el existencialismo, se busca *llegar a ser*. El ser como verbo, se concibe como la acción constituyente en la cual realizarnos, pero sin nunca lograrlo, ya que es nuestra incompletitud lo que nos hace caminar.

³ Uno no medita para llegar al ser, medita para desapegarse al deseo de llegar a ser. Si se quiere occidentalmente, se medita no para llegar al ser o al no-ser como una cuestión sustancial. Se medita para no-ser, no-desear, no-voluntad, para conocer la función nihilizante de la conciencia.

⁴ Cuando decimos que el sujeto tiene un motivo, solemos entenderlo como si tuviera un por qué, y, por lo tanto, una razón, desde una concepción casualista de la conciencia. Pero si comprendemos que la conciencia es teleológica, no sólo busca razones (orígenes), sino también busca propósitos (fines). Cuando en psicoterapia preguntamos por qué, las personas dan explicaciones de su comportamiento, pero cuando les preguntamos para qué, todos se quedan en silencio durante unos segundos, ya que encontrar la finalidad personal de nuestros actos no es algo tan obvio de pensar.

De esta forma comprendemos la función vital de la falta en la naturaleza de la conciencia. Es decir, que hay sentido en la falta para la conciencia. Sin embargo, lo paradójico sería considerar si la falta engulle el sinsentido, tal y como sucede con el horizonte de sucesos de un agujero negro, o si más bien esa falta inentendible es previa no sólo al sentido, sino también al sinsentido. Así, en un sentido lingüístico más lacaniano, el sentido sería previo al ser, porque ese sentido sólo es sentido por el lenguaje, tanto como el sentido del lenguaje como también el sentido que le damos a la palabra sentido, que está estructurado por el lenguaje que habla a través de nosotros. Es así entonces que, dentro del psicoanálisis lacaniano, si el lenguaje del otro es previo al ser, también lo sería entonces el sentido del lenguaje, dinámica crucial para la constitución del sujeto. Es así que la conciencia, en primera instancia, se dirige hacia el mundo porque el mundo es todo lo que hay. Entre que comienza a diferenciar el mundo, lo va separando hasta percibirse a sí mismo. Es así que la conciencia primero se dirige hacia algo, y con un poco de tiempo aprenderá a dirigirse hacia alguien. Y ese primer alguien no será él mismo, sino otro.⁵ Puede haber conciencia sin yo, pero nunca conciencia sin otro.⁶

Por otro lado, la existencia del sentido es por la correlación entre el sentido del ser. Es decir, la existencia del sentido depende de la existencia del ser, y lo que Frankl planteaba de alguna manera, es que el ser también depende del sentido para existir. Cuando el ser no logra reciprocidad con el sentido, conecta con la sensación de sinsentido. Como el sentido básico de la conciencia es dirigirse hacia algo, pero cuando deja desear, experimenta el aburrimiento. Esto lo observamos también en los mamíferos que están tendidos sin "nada que hacer", sobre todo los que están encerrados en un lugar pequeño durante años, como si la infacultad para hablar-pensar sea razón suficiente para quitarles el derecho a la libertad. Lo que sí compartimos como animales es la naturaleza de la conciencia que remite a este "meramente existiendo", hasta que algo le llama la atención a la percepción hasta que nuevamente "existimos para algo"⁷. El aburrimiento es animal; el vacío es humano.

Algunos autores han afirmado que el mero existir es el propósito, existir cesando el deseo de ser y sólo estar siendo; un camino más oriental. Pero otros autores han encontrado el existir sin propósito como vacío existencial, determinando que no basta sólo con exis-

tir, sino que es necesario reconocer para qué existir. No sólo vivir, sino vivir con sentido. Cuando uno experimenta la intención de dirigirse hacia algo, experimenta cierto sentido. Por otro lado, en la postura contraria, Peter afirma que el verdadero sentido no proviene del deseo de otorgarle un propósito a mi vida por planificar algo, sino más bien que el sentido profundo radica en la existencia en sí misma. Da más sentido existir, que hacer de mi existir algo que tenga sentido para la sociedad. Ricardo Peter (2017) sostenía una postura opuesta a la de Frankl: "*Tener metas, objetivos, proyectos, aspiraciones, programas, etc., son intenciones que no dan sentido a la vida, sino que reciben sentido del hecho mismo de vivir.*" Mientras que para la logoterapia el sentido es diferente al ser, para la terapia de la imperfección el sentido radica en ser solamente, y todo lo concerniente a los propósitos de nuestra vida están supeditados a las metas sociales y estándares de éxito, como buscando el "sentido de mi vida" dándole más valor al sentido que tiene mi vida para los otros, que en la vida en sí misma. Sin embargo, estaríamos cayendo en una noción individualista de la existencia, apelando a la moraleja oriental de desapegarnos de las ilusiones colectivas y refugiarnos en nosotros mismos, ya que, así como hay mucho aprendizaje en nuestra cultura colectiva, también no podemos sostenernos a nosotros mismos sin depender de los demás, estando en una constante interacción. Si queremos reconocer que la prevalencia del existir es su sentido, habría que aceptar de una vez por todas que nadie puede existir a solas con el mundo. Siguiendo la lógica de Ricardo Peter desde una perspectiva relacional, es la sostenibilidad de esta coexistencia donde recae el sentido. Habría que considerar entonces que el sentido surge en la interacción, y que la coexistencia humana es la que también va moldeando el sentido que sostenemos como comunidad. El sentido no sería entonces una vivencia individualista que insta en mi mero existir, sino que mi existencia se mantiene con vida en la medida en la que interactúa con otras presencias.

⁵ La conciencia no comienza su travesía con la relación con ella misma, sino con la relación con el mundo. Hasta que desarrolla la razón, apareciendo a posteriori la autoconciencia. Primero existe el otro, luego existe el yo. Primero somos hablados, luego somos hablantes. Como decía Heidegger: "Somos poema antes que poetas."

⁶ Como explica Sartre en *La trascendencia del ego*, el ego no es el fundamento de la conciencia, y así como Lacan descentraliza al yo de lo inconsciente, también Sartre prescinde del yo para describir la conciencia.

⁷ Cuando existimos para alguien, supeditamos a nuestro ser al esfuerzo superlativo de no experimentar nuevamente el vacío y sinsentido. Cuando existimos sólo para autosatisfacernos, podemos terminar por autodestruirnos. Así como hay muchos ejemplos, esta elección de sentido involucrará tanto nuestro grado de salud como nuestro grado patológico.

Tabla 1 – Diferencias entre las posturas filosóficas de la logoterapia y la terapia de la imperfección

Viktor Frankl	Ricardo Peter
El hombre descubre sentido	El ser otorga sentido
El sentido va por delante del ser	El sentido radica en ser
La motivación primaria del hombre es buscar sentido	Existir tiene más sentido que buscar sentido
El sentido es tan único como la persona que lo realiza	El sentido es la interpretación que le damos a la realidad
En potencia como posibilidades de sentido	En concreto como el hecho de estar existiendo
El sentido se encuentra fuera del ser	El sentido se encuentra en ser
El sentido es más profundo que la lógica: Es intuitivo	El sentido es por nuestra necesidad de control: Es racional

De esta forma, nos percatamos cómo es que dos autores pueden tener posturas opuestas en relación a la dinámica del sentido, pero, además, podemos aplicar varios tipos de lógica a partir de diversos paradigmas, para poder ampliar nuestra percepción en cuanto a la interdependencia entre ser y sentido: No hay sentido sin ser ni hay ser sin sentido.

Tabla 2 – Lógica aplicada a la dinámica ser y sentido

Ser // Sentido	Ser <---sentido	Ser ----> Sentido	Sentido / Ser	Ser <----> Sentido
El ser es diferente al sentido.	El sentido precede al ser, y como ya existe, lo descubre.	El ser precede al sentido, y, por lo tanto, lo crea y lo inventa.	Sentido es sinónimo de ser.	El ser y el sentido son recíprocos porque se interrelacionan.

Es así que el grado de interrelación entre conciencia y sentido es mayor del que creemos. Seguro es por eso que Frankl (1995) afirmaba que la principal motivación del ser humano es el sentido, anteponiendo esta necesidad existencial a la necesidad emocional y alimenticia, ya que cuando no hay un propósito por el cual luchar, uno pierde la motivación para alimentarse y para relacionarse con los demás, criticando la pirámide de Maslow. Cuando no hay propósito para seguir viviendo, no hay razón para continuar con los cuidados más básicos, dejando de comer, dejando de vincularse, dejándose morir. ¿Podríamos decir entonces que esta persona cayó en un sinsentido irresoluto? ¿O es que para él tiene sentido dejar de cuidarse? El sentido de esa persona sería apresurar su morir, encontrando en la muerte el *sentido*. Sin embargo, a pesar de que los autores afirmen que sólo podemos encontrar sentido en la vida, y no sólo en la realidad sino también en la posibilidad. Esto se entendería que la vida es posibilidad y la muerte es la imposibilidad, pero la posibilidad de encontrar sentido en la muerte nos permite romper el dualismo de que la vida es sinónimo de absoluto sentido y que la muerte equivale al absoluto sinsentido, encontrando también sinsentido en la vida. Que todo tenga siempre sentido nos lleva paradójicamente a un absurdo, y nos expone a considerar que, como un reverso, también en lo absurdo hay posibilidad de sentido. Como vivencia, nos hallamos en la interrelación entre ambas: Tanto el *sentido* como el *sinsentido* poseen una función psicológica en

la existencia humana. Y no podemos caer en dualismos éticos concibiendo el *sentido* como lo bueno y el *sinsentido* como lo malo, como si la psicoterapia se tratase de un antídoto ante el sinsentido (Frankl, 1997), sino más bien habría que acercar nuestra percepción más amplia, como lo hace algunas filosofías orientales como el *jin* y el *jan* que se contienen entre sí mismos como una interrelación de conjuntos.: El *sinsentido* en el *sentido* y el *sentido* en el *sinsentido*. Sin embargo, como pertenecientes a la filosofía de occidente, de manera general seguimos marcados por el dualismo bienestar-malestar, ligando empíricamente el bienestar psicológico a una vida con sentido y el malestar psicológico a una vida sinsentido. En el ámbito clínico de la psicoterapia, como método occidental, el bienestar es el sentido de la intervención., para mejorar. Pero así mismo, el *sentido* contribuye a la recuperación del consultante en varios niveles, ya que le permite encontrar nuevos propósitos en su vida, para reorganizarla de tal forma que tenga realmente. Caso contrario, en el campo de las adicciones donde el único sentido es el de consumir, pero eso deteriora todas las áreas de su vida, perdiendo su familia, su trabajo y un propósito saludable que le permita crecer consigo mismo y con los demás, pero la necesidad imperiosa de compensar el vacío lo convierte en dependiente de la autodestrucción. También lo notamos cuando estamos en una relación de pareja que no tiene mucho sentido para nosotros, al igual que el trabajo y vínculos afectivos. También podemos notar lo

cuando el discurso de una persona tiene sentido, ya que asociamos entendimiento con coherencia, y mientras el discurso tenga cada vez menos sentido, incluso desarticulándose y siendo incoherente, lo asociamos con patologías del lenguaje. Esto quiere decir que la lingüística de un sujeto en cuanto sentido o sinsentido, marcarán la pauta de la cordura y la locura, tildando a las personas incoherentes como locas, y a las personas coherentes como educadas. Cuando se cruza el umbral en el que podemos entender el discurso de un sujeto y cuando pierde total entendimiento, se puede decir que se salió de lo establecido, pero nuevamente, desde una perspectiva relacional, nuevamente la generalización de que todo sea cuerdo, puede llegar a enloquecer, porque no da lugar al o que puede crearse, y en la locura también existe. Y finalmente, el sinsentido no es necesariamente locura, puesto que, ese contenido también puede ser un rompecabezas fragmentado, y es diferente medida un reflejo de la biografía de dicha persona.

En el caso de la imaginación ocurre contrariamente, ya que mientras más incoherencia haya, más apertura será la imaginación, pero mientras más sentido tenga, será más convencional y no habrá algo novedoso. De esta forma, podemos afirmar que el *sentido* en transversal, tanto en su acepción positiva de presencia (sentido) como su acepción negativa como ausencia (sinsentido).

La intencionalidad del sentido

Podríamos decir en términos husserlianos, que el *sentido* también posee una intencionalidad: *sentido de*. Este “de” implica que el *sentido* es relativo, y, por ende, siempre en relación, no sólo siempre a un contexto, sino también siempre entramado en una subjetividad. El sentido (de) palabras o el sentido (de) ideas, involucra una parte básica en la sedimentación de nuestra realidad, puesto que, así como estas mismas palabras, las leemos porque tienen sentido, pero además también las leemos dándole un sentido de propio interés. Es así que el sentido de lo que hablamos, así como el sentido de lo que pensamos, ha de entramarse en el funcionamiento de nuestra realidad, a través de los signos. El sentido de esos signos, componen el campo en el cual podemos funcionar en nuestras interacciones. Esta realidad es una intercomposición constante entre lo simbólico y lo imaginario, y también entre el sentido y el sinsentido. Sin embargo, lo real como lo impropio juega un papel crucial también.

La psicología existencial, fiel a su filosofía, no estipula una concepción integral del ser humano, mucho menos lo concibe en dimensiones, pero a pesar de esto algunos autores, además de Frankl, han hablado de una nueva dimensión en psiquiatría y psicología (Rollo May, 1967) llamada la dimensión existencial. De un determinismo biológico marcado por la medicina pasamos a un determinismo social influenciado por las primeras carreras de sociología, donde posteriormente, años después, la psicología hizo su intervención en medio de ambas, como ser natural y social. O como se dice en la actualidad, un ser multidimensional, una persona biopsicosocial. Por otro lado, lo *existencial*, lo *psíquico* y lo *corpóreo* son tres dimensiones que en la

logoterapia se fundamenta como bases de una antropología integral. De hecho, en la logoterapia se fundamenta también en lo *noológico*, lo *psicológico* y lo *biológico* respectivamente, considerando lo sociológico en lo psicosocial. De esta forma, ya no concebimos al hombre como cuerpo y mente como apreciamos en el dualismo de Descartes (res extensa y res cogitans), sino que comprendemos que, como dijo Scheler (1927): *El proceso de la vida fisiológica y el de la vida psíquica son rigurosamente idénticos desde el punto de vista ontológico, como ya Kant había sospechado. Sólo fenomenalmente son distintos; pero también fenomenalmente son con todo rigor idénticos en las leyes estructurales y en el ritmo de su curso.*

Más allá de convergencias y divergencias entre el dualismo cuerpo-mente, también existen posturas triádicas como la de la logoterapia frankleana y el psicoanálisis lacaniano. De hecho un lazo posible entre la logoterapia y el psicoanálisis lacaniano se encuentra en la epistemología de los tres registros de este último modelo. En palabras mismas de Lacan (1975): **Real, imaginario y simbólico bien vale la otra triada que, si se escucha la lección de Aristóteles, compone al hombre, a saber, nous, psyché, soma, o incluso voluntad, inteligencia, afectividad.**

Sabemos que la logoterapia funda los constructos de cada dimensión humana desde estas mismas etimologías, *nous, psyche* y *soma*, anexando esta lección Aristotélica que Lacan muy bien relejó, para hacer nuevas referencias hacia lo existencial, lo psicológico y la corporalidad: Voluntad en vez de espíritu, inteligencia en vez de mente, y afectividad en vez de cuerpo, además de su enseñanza sobre los tres registros: real, imaginario y simbólico respectivamente.⁸ Por otro lado, la postura de la filosofía existencial con respecto a este tema está orientado al quiasmo que permite concebir el fenómeno de la dualidad sin separarla, sino más bien atendiendo el entrecruzamiento, la sobreposición, la reversibilidad, el encabalgamiento y la recíproca relación que existen. Es así que se especula que esta dimensión existencial de la que hablábamos sea el puente entre lo orgánico y lo psíquico. En palabras de Merleau-Ponty (1945): *Nunca se dio un nombre a este tercer término entre lo psíquico y lo fisiológico, entre el para-sí y el en-sí, que nosotros llamaremos existencia.*

Parece entonces que la existencia es el elemento que permite la unión entre lo psicofísico. Es interesante observar cómo desde sus propias terminologías estructurales, Lacan (1977) nos habla de la importancia de esta función unificadora en sus tres registros basados en el nudo borromeo: *Lo máximo que se puede figurar de él es decir que lo real aporta el elemento que puede mantener juntos lo imaginario y lo simbólico, es decir, cosas que son muy diferentes entre sí.*

Así mismo, Frankl (1942) también escribe sobre esta función desde la logoterapia haciendo alegoría a cómo la dimensión existencial, que también llama espiritual,

⁸ La realidad va de la mano con la identidad, y es así que la realidad le da un sentido a la identidad, y a su vez, la identidad puede darle sentido a la realidad, habiendo una diferencia grande entre lo imaginario y lo simbólico, así como también entre lo real y la realidad. La realidad es más propia de lo imaginario-simbólico, mientras que lo real es lo inefable.

es constituyente para la unicidad cuerpo-mente: *No afirmamos en modo alguno que el hombre esté <<compuesto>> de cuerpo, alma y espíritu. Todo está unificado; pero sólo lo espiritual constituye y garantiza lo <<uno>>.*

Lo existencial es la base de la personalidad, y siguiendo la lógica de los términos de Aristóteles, lo existencial es entonces voluntad, y bajo la lógica de Frankl, Merleau-Ponty y Lacan, la *voluntad* unifica la *inteligencia* y la *afectividad*. Es decir, la voluntad es transversal. Esto se aprecia cuando Frankl enlaza volitivamente el placer al cuerpo, el poder a la psique y el sentido a la existencia.⁹

Sin embargo, a pesar de posicionar al *sentido* en su registro existencial de la *voluntad*, ¿dónde podríamos agrupar al *sinsentido*? Si es se trata del registro imaginario o simbólico, en definitiva, estará supeditado por el lenguaje y las imágenes, pero al situar al *sinsentido* en la dimensión existencial, notamos, como afirmamos anteriormente, la falta posee su función en la existencia humana. El *sinsentido* sería de donde parte el camino hacia el *sentido*, como en el origen del universo, que lleva al límite el sentido de nuestro entendimiento, y más allá de ese sentido, no hay respuestas. Pero el hecho de que más allá de las leyes del tiempo no haya ningún sentido para nosotros, abre la posibilidad de que quizá eso es lo que permite que el *sentido* y el *sinsentido* sean posibles.

Conclusiones sobre la doble función existencial

Este *sentido* y *sinsentido* de la conciencia, está implicado en todas nuestras interacciones, incluyendo también por supuesto las que se dan dentro del proceso psicoterapéutico. Es así que esta doble función existencial es pieza vital en las intervenciones psicológicas, que ha de reconocer la interrelación entre la función del *sentido* y la función del *sinsentido* en todos los niveles de la interacción terapéutica. Es decir, saber cómo opera el *sentido* y el *sinsentido* en la vida del consultante. Esto también implica la interacción con el psicoterapeuta, porque esta doble función se da en todas las interacciones humanas. Cuando las sesiones empiezan a dejar de tener sentido, sentimos que algo ya no está funcionando, tanto para el consultante como también para el psicoterapeuta. Esto es un reflejo de cómo construimos nuestras relaciones humanas, y cuando un vínculo ya no tiene sentido para nosotros, cambiamos. Sea de psicoterapia o de psicoterapeuta. Si un trabajo ya no tiene sentido para nosotros, a pesar de haber intentado mejorarlo, terminamos por dejarlo. Naturalmente, lo que no tiene sentido para nosotros, lo dejamos, porque si lo mantenemos, estaremos viviendo algo que ya no tiene sentido alguno para nosotros, y eso se refleja en nuestro estado anímico,

⁹ En propias palabras de Frankl (1942): "Si el psicoanálisis ve a la existencia humana como dominada por una voluntad de placer, y la psicología individual la ve como determinada por la voluntad de poder, el análisis existencial, en cambio, la ve como gobernada por una voluntad de sentido." Si se nota, las perspectivas de Freud, Adler y Frankl hacen alusión a las tres dimensiones del ser humano en la logoterapia, donde la voluntad las atraviesa como una totalidad.

y, por lo tanto, en nuestra forma de relacionarnos. Por el contrario, si estamos viviendo algo que tiene mucho sentido para nosotros, sea a nivel laboral, familiar, de pareja, personal, social, vamos a experimentar una realización muy grande con nosotros mismos y con los demás. Pareciera en un nivel bastante básico que, la conciencia disfruta el *sentido*, porque puede moverse a través de él, arrojándose a una dirección que se está moviendo por misma finalidad. Sin embargo, por alguna razón nuestros propósitos no siempre están del todo claros en nuestras interacciones, no sabemos cuál fue el fin de nuestro actuar en dicha situación, no reconocemos la finalidad de nuestro discurso con esta persona y no sospechamos preguntarnos siquiera para qué estoy pensando esto. Nos cuesta reconocer la dirección de nuestras palabras, la dirección de nuestros pensamientos, la dirección de nuestros actos, la dirección de nuestras emociones, la dirección de nuestros objetivos, la dirección de nuestras motivaciones, la dirección de nuestra voluntad; pero es posible hacerlo, como si se tratase de una finalidad inconsciente, que necesita cuestionarse para que ese propósito se torne consciente.

De la misma manera, nos preguntamos por qué esto tuvo más sentido para nosotros y para ellos no, comprendiendo la relatividad de esta función dentro del campo de la subjetividad, ya que para uno puede tener sentido esto, pero para el otro puede no tener ningún sentido, y lo que para nosotros no tiene ningún sentido, para el otro puede tenerlo. Esto lo podemos ver reflejado en el aprendizaje de diversos campos, ya que las fórmulas matemáticas de Einstein no tendrán ningún sentido para nosotros, pero para los matemáticos sí. Igual en la elección de trabajos, para muchos no tendrá sentido tirarnos todos los días de un avión en paracaídas como actividad laboral, así como para otros sí puede tener mucho sentido ser coleccionista de objetos o ser un boxeador. Podemos concluir entonces que, tanto el *sentido* como el *sinsentido*, así como la voluntad, son transversales, y, por lo tanto, inter-relativos en el campo de la doble función existencial.

Referencias bibliográficas

- Frankl, V. (1942). *El hombre doliente*. Ed. Herder. Buenos Aires, Argentina
- Frankl, V. (1995). *Análisis Existencial y Logoterapia*. Argentina: Herder
- Frankl, V. (2001). *Psicoterapia y Existencialismo*. Argentina: Herder
- Hegel, G. (1807). *La fenomenología del espíritu*. España: Editorial Fondo de Cultura Económica
- Lacan, J. (1958). *Seminario 6: El deseo y su interpretación*. Argentina: Herder
- Lacan, J. (1958). *Seminario 23: El Sinthome*. Argentina: Herder
- Lacan, J. (1960). *Seminario 8: La transferencia*. Argentina: Herder
- Lacan, J. (1991). *Función y campo de la palabra y el lenguaje en psicoanálisis. Escritos 1*. México: Siglo Veintiuno
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Fenomenología de la percepción*. México: Artemisa
- Sartre, J. (1943). *El ser y la nada. Ensayo de ontología fenomenológica*. Argentina: Ibero Americana
- Scheler, Max. (1928). *El puesto del hombre en el cosmos*. Argentina: Losada

Curriculum

Director de Mutuamente – Clínica de Salud Mental. Licenciado en Psicología Clínica. Especializado como psicoterapeuta individual y grupal en el campo del Trastorno Límite de la Personalidad. Analista Existencial & Logoterapeuta (Perú). Psicoterapeuta Centrado en la Persona & Counselor (Argentina). Terapeuta Zen basado en el budismo (Reino Unido). Magister en Educación con mención en Docencia e Investigación

en Educación Superior de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Correo de contacto:

leonardogaliano@hotmail.com

Fecha de presentación: 07/02/2023

Fecha de aceptación: 03/03/2023

Sección Investigación

Terapia Existencial de grupo en pacientes con trastorno psicótico

José Vicente Pérez-Fuster Soto y María José Perruca Pacios.
Valencia, España

Unidad 10 de Salud Mental de Hospital Doctor Peset.
Instituto de Terapia Gestalt de Valencia.

Este trabajo ha ganado el premio Pablo Rispo en las categorías investigación y trabajo comunitario, presentado en el XI Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial realizado en la ciudad de México en octubre de 2022.

Resumen

En la Unidad de Salud Mental del Departamento 10 de Valencia, la psicoterapia existencial de grupo es una práctica habitual en nuestro entorno sanitario para la recuperación del proyecto existencial y desarrollo de la autodeterminación de personas que acuden por presentar trastornos psicóticos. El grupo terapéutico se estructura en diez sesiones de dos horas de duración con una cadencia semanal. El trabajo con las preocupaciones existenciales de la vida, como libertad, responsabilidad, soledad, finitud y sentido de la vida, son tratadas desde la exploración en la relación grupal junto con ejercicios vivenciales que contribuyen a la elaboración del proceso terapéutico, con una marcada disminución de la medicalización, la psiquiatrización y la psicologización de los problemas susceptibles de atención clínica.

Palabras claves

Proyecto existencial, recuperación, autodeterminación, sentido.

Abstract

Existential group psychotherapy is an usual practice in the Mental Health Unit of the Department number 10 in Valencia. In order to recover the existential project and develop self-determination of people who came suffering psychotic disorders, we use this type of psychotherapy in our healthcare environment. The therapeutic group is structured in ten two-hour sessions on a weekly basis. Existential concerns of life such as freedom, responsibility, loneliness, finitude and meaning of life, are dealt with through exploration in the group relationship and experiential exercises. That practice contribute to the elaboration of the therapeutic process, with a marked decrease in medication, the psychiatrisation and psychologisation of susceptible problems to clinical attention.

Keywords

Existential project, recovery, self-determination, meaning.

Introducción

Desde hace varios años y tras comprobar el incremento de la demanda en salud mental por los usuarios del sistema sanitario, llevamos a cabo diferentes programas de atención grupal de nuestros pacientes, desde distintos planteamientos teóricos en función de la formación y capacitación de los diferentes profesionales. Es así como surgió la propuesta de implementación del grupo de terapia existencial por nuestra parte, habiéndose realizado varias modificaciones en su estructura, a lo largo de los años con la experiencia adquirida, tales como el número de sesiones, la duración de las mismas, el número de participantes, en función de las necesidades de los pacientes y de las circunstancias concurrentes.

“Existen seres humanos que padecen trastornos de salud más que enfermedades y enfermos”. Acevedo, G. (2017). “La gran enfermedad de nuestro tiempo es la carencia de objetivos, el aburrimiento, la falta de sentido y de propósito”. Frankl, V. (1987).

La atención a las personas con trastorno mental grave (tmg) está dirigida al desarrollo de un proyecto de **acompañamiento** hacia la consecución de sus objetivos personales y mejora de su calidad de vida. Consideramos la **recuperación** como un proceso subjetivo, narrativo, centrado en la persona y dimensional¹. Como un camino que se construye desde la toma de conciencia. Desde una visión Existencial, se reconoce y asume la necesidad de que las personas diagnosticadas de tmg puedan desarrollar un propósito, comprender su historia y construir un **proyecto existencial** que los guíe y confiera **sentido**.

Los precursores de la terapia de grupo, Joseph Pratt, Edward Lazell, L. Cody Marsh, en el ámbito sanitario, ya describen la importancia de la relación entre los miembros como factor terapéutico y el grupo como el

espacio idóneo para abordar la situación global de la persona. Más importante que sus palabras era el clima que se creaba en el grupo mismo. El trabajo no se reducía a lo que toca al síntoma concreto que al comienzo trajo a cada persona a recibir tratamiento.

Los factores terapéuticos de la psicoterapia de grupo son descritos por diferentes autores:

Como indica Yalom (1996): Infundir esperanza, universalidad, transmitir información, altruismo, desarrollo de técnicas de socialización, comportamiento imitativo, catarsis, recapitulación correctiva de grupo familiar primario, factores existenciales, cohesión del grupo y aprendizaje interpersonal.

Entendemos que la recuperación implica a las siguientes dimensiones: física, clínica, funcional, social y existencial.

El discurso grupal es singular a cada grupo y es el principal factor terapéutico en la psicoterapia grupal. El grupo existe cuando es objeto de deseo para los integrantes, como previamente lo fue para el equipo terapéutico

La terapia de grupo existencial, es un método de relación interpersonal y de análisis psicológico, cuya finalidad es promover un conocimiento de sí mismo y una autonomía suficientes para asumir y desarrollar libremente la propia existencia. La noción central es la de proyecto existencial, analizar y explorar ese proyecto. El grupo se concibe como un espacio de apoyo, de relación, de conocimiento y de cambio. Tal y como refiere Y. Martínez (comunicación personal, 27 de Julio de 2021), a través de la descripción, análisis, sostén y apropiación de la experiencia.

En la experiencia psicótica, el grupo es un espacio para la intersubjetividad, un lugar de encuentro, de reconocimiento mutuo, de recuperación de la comunicación con el mundo exterior, de pertenencia, que permite no quedar atrapado en la cronicidad y en la repetición estéril. Permite realizar una contención, disminución de la angustia, basadas en la pertenencia grupal, en la identificación con otros miembros y en el apoyo inespecífico. Como dice Signorelli (2011), en el encuentro con el otro se despliega de manera relativa y transitoria la disponibilidad, la permisibilidad y la accesibilidad que hacen posible el encuentro. En la experiencia grupal, quizás sea posible integrar y dar sentido a la psicosis dentro de su experiencia biográfica.

Los **objetivos** que nos planteamos en el desarrollo grupal: explorar las preocupaciones existenciales básicas del ser humano como la libertad, responsabilidad, soledad finitud existencial y sentido de la vida, Yalom, I. (1984) de las personas con tmg. Facilitar la toma de conciencia, reconociendo las cosas que pueden cambiar y dependen de ellas y aceptando las que no, para contribuir a la construcción de un proyecto con sentido, que abarque las diferentes esferas de su vida. Conocer algunos aspectos de la experiencia de las personas en su proceso de recuperación, respecto a su enfermedad, diagnóstico y tratamiento. Facilitar el crecimiento personal de los integrantes del grupo a través de la exploración de la experiencia en los diferentes encuentros consigo mismos y con los miembros

del grupo. Contribuir a disminuir la medicalización, psiquiatrización y psicologización de los problemas de la vida cotidiana desde una perspectiva humana que contemple la multidimensionalidad de la persona, a nivel psicológico, biológico, sociológico y espiritual.

Marco teórico

¿Por qué psicoterapia de grupo existencial?:

Nos permite describir, analizar y sostener la experiencia desde la relacionalidad, facilitando el encuentro con los demás y con uno mismo. “La afectividad estructura el ser” (Rispo, P.). Recuperar la espontaneidad y contacto con el otro que está dañado en la experiencia psicótica. Tratar de entender la brecha que se abre en la existencia de la persona y acompañar en el apropiamiento de la misma. Del Ser en el mundo inauténtico, Dasein replegado a abrir la posibilidad desplegarse, recuperar la responsabilidad, autenticidad y contacto. Vivir desde el modo de ser inauténtico lo consideramos una falla existencial.

El trabajo grupal facilita la diferenciación en la construcción del vínculo en el que puede confiar y construir una identidad menos frágil y articulada². “En la terapia existencial de grupo lo fundante es el establecimiento de vínculos emocionales, de los vínculos afectivos que se entremezclan en las sucesivas sesiones grupales”, Rispo, P (2001). El grupo se concibe como un espacio de apoyo, de relación, de conocimiento y de cambio. La integración de la psicosis y la reconstrucción de su identidad permite ir renunciando a salidas o soluciones psicóticas de la experiencia vivida. El terapeuta traduce síntomas a un idioma interpersonal. Habitualmente los pacientes no son conscientes de la importancia que las cuestiones interpersonales tienen en su enfermedad

En la Psicoterapia de grupo en la psicosis, el dispositivo grupal es el medio más natural, en tanto espacio microsocioal para la recuperación. Es una tarea imprescindible en los servicios de salud mental. Los espacios institucionales son la ocasión para que la institución se torne terapéutica. La tarea psicoterapéutica debe ir acompañada de una acción social que transforme nuestras organizaciones asistenciales.

Después de una crisis psicótica, el paciente suele encontrarse desconcertado cuando no atemorizado, con miedo al estigma y en muchas ocasiones sin saber lo que ha ocurrido y sin insight. En aquellos pacientes con más capacidad de insight y siempre con la ayuda de todo el potencial grupal, quizás sea posible integrar y dar sentido a la psicosis dentro de su experiencia biográfica.

El continuado “mirroring” grupal, le ayuda a corregir e integrar las imágenes de sí mismo. El grupo permite realizar una contención, disminución de la angustia, basadas en la pertenencia grupal, en la identificación con otros miembros y en el apoyo inespecífico. En el grupo encuentra personas que han padecido experiencias similares y que han aprendido a vivir con ellas y a veces superarlas. La universalidad ayuda a salir del aislamiento y de su vivencia de singularidad, derivada de las experiencias psicóticas.

(2) Equilibrio entre la identidad de sí y la identidad de rol.

El espacio grupal es un lugar de encuentro, de reconocimiento mutuo, de recuperación de la comunicación con el mundo exterior, de pertenencia, permite no quedar atrapado en la cronicidad y en la repetición estéril. Es la posibilidad de experimentar por el otro ternura y calidez. "Ser para el amor" Rispo, P (2001). Actúa sobre la pérdida del rol social, status y confianza en las relaciones interpersonales. Reduce el aislamiento y favorece la confianza y apoyo entre iguales, permite hablar, resolver problemas, incorporarse a actividades, crear un sentido de pertenencia y estimular al paciente a plantearse y alcanzar nuevos desafíos.

"La psicoterapia de grupo ha demostrado ser muy valiosa en el sufrimiento subjetivo. El potencial curativo de un grupo terapéutico no reside en el terapeuta sino en el grupo mismo, incluido el terapeuta", Gómez, R. De La Hoz, A., De Castro, M.J. (2017). En el trabajo grupal, se establece un diálogo donde escucharse y poner palabras a las emociones.

Como indica Yalom (1998): Lo que digo, hago, no digo y no hago, repercute en los demás. Esa repercusión modela la imagen que tienen de esa persona. La forma en que piensan de esa persona, construye la manera en que lo tratan. Según como los demás lo tratan, dicen o hacen, construye la manera como se vive y se piensa a sí mismo. Cómo esta persona construye su identidad y la idea de sí mismo.

La psicoterapia de grupo también es agente de cambio para los profesionales, cura al profesional de sus estereotipos acerca del enfermar y permite conocer algo de sí mismo.

Metodología

El desarrollo de las sesiones de terapia existencial grupal ha sido semanal, con una duración de dos horas cada una y un total de 10 sesiones.

La configuración del grupo vino determinada por la capacidad de insight, ausencia o deterioro cognitivo leve, preservación de la estructuración espacio-temporal y nivel de motivación.

Entre los métodos utilizados, destaca el método fenomenológico-existencial (Martínez, Y.).

"La Fenomenología existencial, conlleva la observación de tres reglas básicas, las cuales son: 1) Regla de epojé, de abstención de prejuicios por parte del terapeuta, 2) regla de descripción, que invita a la persona a describir detalladamente su experiencia y 3) regla de la horizontalidad en la que no se condiciona una jerarquía de valores al discurso de la persona". Spinelli, E. (2007).

La actitud fenomenológica la describimos de la siguiente manera:

- Es el reconocer que todos nuestros saberes no nos alcanzan a comprender la realidad.

- La fenomenología existencial no parte de las certezas, parte de las incertidumbres y eso genera angustia.
- No es lo mismo la experiencia vivida que la experiencia narrada.
- En terapia hay una hipersimplificación de la complejidad que es el existir.
- No saber, deseo de saber y vivencia de princiante eterno.

El encuadre es nuestro mejor aliado, permite el pasaje de la desconfianza básica a poder confiar en el otro. Consideramos que el peor daño que le podemos hacer a los pacientes es no interesarnos por su vida, su sufrimiento y por ellos. Esperamos que ellos mismos puedan sentir un deseo de cambio y recuperar la confianza en sus posibilidades. Lo que nos encontramos es que habitualmente describen síntomas, saben poco de sí mismos y mucho de su angustia, miedos, impulsos y descontrol.

A continuación, detallamos de forma breve la estructura de las sesiones:

PRIMERA SESIÓN: presentación de cada uno de los miembros. Se exponen las características de las sesiones, avanzando los contenidos más importantes que se van a trabajar y dando las normas prácticas de funcionamiento de las mismas. Así como, la redefinición de las expectativas que tienen tras el primer encuentro.

SEGUNDA SESIÓN: trabajamos la "libertad". Comenzando por lo que entiende cada persona por ella, de tal manera que, al escuchar diferentes opiniones, se produce la redefinición del concepto en función del diálogo socrático grupal establecido. "La angustia es la aparición de la libertad en cuanto posibilidad frente a la posibilidad". Kierkegaard, S. (2010)

Posteriormente realizamos un trabajo con experiencias de ejercicio de la libertad y otras experiencias en que no, explorando los sentimientos que se producen en ellas. "El hombre es capaz de responder libremente a las condiciones puestas por el destino", Noblejas, M, A. (2000). Planteamos preguntas como:

- Me guío por las expectativas que otros tienen de mí?
- Creo que puedo cambiar aspectos de mi vida?
- Considero que no puedo cambiar nada?
- Analizo las ideas de los grupos con los que me relaciono?
- Cuando tomo decisiones, tengo en cuenta las repercusiones en mí y en los demás.

Tal como señalaba Jaspers (2009), el ser humano siempre decide lo que quiere ser, posibilitando la autoconfiguración de la persona de manera continua a lo largo de la vida, estando obligado a elegir en todo momento qué actitud tomar ante las diferentes situaciones que la vida le presenta," sólo yo ,puedo realizarme a mí mismo".

TERCERA SESIÓN: trabajamos la “responsabilidad. Lukas, E. (2008). Ambas forman parte de la espiritualidad del ser humano. “Soy libre para ser responsable”. Inicialmente se trabaja el concepto de responsabilidad en diálogo socrático grupal, emergiendo ideas que en ocasiones contrastan con la concepción que tiene cada integrante del grupo.

En ocasiones el trabajo se puede realizar en parejas o en grupos de tres o cuatro personas, donde una persona habla de sus experiencias, otra persona escucha atentamente y una tercera persona ejerce el rol de observadora de la narración y recepción realizadas.

CUARTA SESIÓN: trabajamos la “soledad”. La diferencia fundamental que se plantea en los grupos al abordar este concepto, es diferenciar entre la soledad no deseada y aquella que es buscada por la persona. Asimismo, es importante establecer las diferencias existentes entre la soledad física y la soledad existencial tal y como sugería Unamuno en su libro de “Soledad” (1968). El reconocimiento de la posibilidad de estar solo, estando rodeado de personas y la experiencia de sentirse acompañado en la vida a pesar de encontrarse físicamente sola la persona.

SESIONES QUINTA, SEXTA Y SÉPTIMA: trabajamos el concepto de resiliencia para superar circunstancias traumáticas como la muerte de un ser querido, etc.

“En muchas ocasiones, el problema no es el problema sino el lugar que este ocupa en nuestra existencia”. Acevedo, G. (1985).

En ocasiones aparece como respuesta la ayuda de los medicamentos, si bien no se considera generalmente como lo prioritario, tendiendo a considerar la existencia de un cierto abuso en el consumo de psicofármacos, como una forma rápida de evitar la angustia.

Han sido muchos autores procedentes de la filosofía existencialista, quienes han planteado el absurdo o sinsentido de la vida, cabe destacar a Albert Camus, (2012), quien desde sus obras como “El mito de Sísifo” (2012) y “El extranjero” (2013), plantea el absurdo de la vida y el hecho que la necesidad de darle un sentido a la vida, conlleva el que la vida misma sea absurda. Camus considera tres antídotos antiabsurdo de la vida, los cuales son: la rebeldía, la libertad y la pasión. Camus, A. (2013)

Kafka, en “El proceso”, relata el absurdo de la acusación de Josef K., siendo incapaz de entender el motivo de la detención que padece, el argumento ante la ley pierde cualquier tipo de significado o sentido en su existencia.

Asimismo, Dostoievski en “Los hermanos Karamazov” (2011), habla de la necesidad de vivir ante la ausencia de sentido y Tolstoi en “Mi confesión” (2008), recurre al sinsentido de la vida, sustentada en la cotidianidad, y la necesidad de trascender a la espiritualidad para alcanzar el sentido.

Irvin Yalom, psicoterapeuta existencial, considera que la vida no tiene sentido, pero que el ser humano lo puede encontrar, Yalom, I. (1984).

OCTAVA SESIÓN: trabajamos la finitud existencial o dicho de manera más clara “La muerte”. Desde la

concepción heideggeriana del ser humano como “ser para la muerte”, la vida como proyecto, no tiene sentido sin la muerte, siendo precisamente la aceptación de la muerte, un hecho fundamental para la vida, de tal manera que quien tiene dificultades para aceptar la muerte y se sitúa ante ella desde el miedo, también se encuentra con miedo ante la vida misma;” se está preparado para vivir cuando se está para morir”.

NOVENA SESIÓN: trabajamos el sentido de la vida. Se exploran cuestiones significativas de la vida para cada persona, por ejemplo:

- Cuáles son las razones más importantes para vivir?
- Qué es lo significativo y valioso de la vida?
- Qué quiero hacer y qué conlleva el hacerlo?
- Qué no quiero hacer y qué conlleva el seguir haciéndolo?

DÉCIMA SESIÓN: sesión de cierre. Planteamos tres preguntas que responden individualmente:

- Cómo he vivido la experiencia de la terapia de grupo?
- Qué he aportado al grupo?
- Qué me ha aportado el grupo?

Sector beneficiario

Personas diagnosticadas de trastorno mental grave, trastorno psicótico.

Lugar de aplicación

En el departamento de salud 10, correspondiente al hospital Dr. Peset de Valencia, en la unidad de salud mental de Fuente San Luis.

Resultados

¿Qué me ha aportado la terapia existencial grupal?: “Darme cuenta que no estoy solo”. “Conocer compañeros”. “Reconocer que lo que me ocurre, también le pasa a otras personas”. “Identificación con ellos”. “Aumentar las actividades en cantidad y calidad, tener más vida social”. “Mejorar las relaciones sociales”. “Compartir experiencias y desahogarte”. “Me inspira ver que otros mejoran”. “Saber que el grupo ha ayudado a otros con problemas como los míos me anima”.

¿Cuáles son las razones para vivir?: Familia, amigos, desarrollar un proyecto que me facilite levantarme por las mañanas, esperanza, buscar trabajo y salud.

¿Qué es lo más valioso de mi vida?: La familia, el amor, conversar con los compañeros, la vida misma, estar vivo, ver crecer a mi hijo, conformarme con lo que tengo, venir a las actividades del centro.

¿Qué necesitas para recuperarte?: tener más seguridad en mí mismo, tiempo para estabilizar mis síntomas, estabilidad laboral, evitar situaciones estresantes, hacer ejercicio y motivación para realizar las actividades cotidianas.

¿Qué puedo hacer para sostener la soledad?: Pensamientos positivos, intentar distraerme. Encontrar motivación. Buscar entretenimientos, leer, internet, música, etc. Contactar con amigos y aprender a estar solo. Conectar con mi círculo de gente. Pensar que todos estamos solos.

Conclusiones

El grupo terapéutico existencial, facilita el cambio de actitud ante los problemas de la vida, diferenciando aquellos que son susceptibles de ser modificados de los que no, tomando conciencia de la libertad de elección de la actitud desarrollada ante los mismos.

El trabajo desde la fenomenología-existencial, acompañado de trabajos vivenciales, contribuye al crecimiento personal de las personas integrantes, permitiendo una mejor capacidad de vivir su existencia en relación con el mundo, consigo mismos y con los demás. Así como tomar conciencia del proyecto de vida personal.

Las preocupaciones existenciales, como libertad, responsabilidad, soledad, finitud y sentido de la vida tratadas desde la exploración en la relación grupal, contribuye a la elaboración del proceso terapéutico, con una marcada disminución de la medicalización, la psiquiatrización y la psicologización de los problemas susceptibles de atención clínica.

Bibliografía

- Acevedo, G. (1985). El modo humano de enfermar. Fundación argentina de logoterapia.
- Acevedo, G. (2017). Vivir como gerundio existencial. Buenos Aires. Argentina. I. Logoterapia.
- Camus, A. (2012). El mito de Sísifo. Madrid. España. Grupo Anaya.
- Camus, A. (2013). El hombre rebelde. Biblioteca Camus.
- Camus, A. (2013). El extranjero. Biblioteca Camus.
- Crumbaugh, J.C. y Maholick, L.T. (1969). Manual of instructions for the Purpose in life test. Saratoga: Víctor Frankl institute for logotherapy.
- Díaz, C (2017). Sobre las psicoterapias existenciales humanistas. Madrid. España. Sonora
- Dostoyevski, F. (2011). Los hermanos Karamazov. Madrid. España. Alianza Editorial.
- Fabry, J. (2017). Señales del camino. México DF. México. LAG. Colección Sentido.
- Fatone, V.(1953). Introducción al existencialismo. Buenos Aires. Editorial Columba.
- Fontan, P.(1994). Los existencialismos: claves para su comprensión. Madrid. España. Ediciones pedagógicas.
- Frankl, V. (1987). El hombre doliente. Barcelona. España. Herder.
- Frankl, V. (2008). La voluntad de sentido. Barcelona. España. Herder.
- Frankl, V. (2008). Teoría y terapia de las neurosis. Barcelona. España. Herder.
- Frankl, V. (2014). La psicoterapia en la práctica clínica. Barcelona. España. Herder.
- Frankl, V. (2015). El hombre en busca de sentido. Barcelona. España. Herder.
- Gómez, R. De La Hoz, A. De Castro, M.J. (2017). La psicoterapia de grupo en los servicios de salud mental, AEN Estudios.
- Jarquín, M. (2004). La Psicoterapia existencial: una aproximación. México. Lag.
- Kafka, F. (2013). El proceso. Madrid. España. Alianza.
- Kierkegaard, S. (2010). Concepto de angustia, Madrid. España. Alianza.

- Lukas, E. (2008). Víctor Frankl, el sentido de la vida. Barcelona. España. Plataforma.
- Martínez, Y.A. (2009). Filosofía Existencial para terapeutas y uno que otro curioso. México. LAG.
- Martínez, Y. (2012). Psicoterapia Existencial, teoría y práctica relacional para un mundo post-cartesiano. México. Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.
- Martínez, E. (2011). Las psicoterapias existenciales. México. Manual Moderno.
- Noblejas, M.A. (2000). Palabras para una vida con sentido. Bilbao. España. Desclée de Brouwer.
- Rispo, P. (2001). Por las ramas de la existencia. Fenomenología de las modalidades del ser. Buenos Aires. Argentina. Fundación CAPAC.
- Rispo, P. (2002). La experiencia terapéutica existencial de grupo. Buenos Aires. Argentina. Fundación CAPAC.
- Spinelli, E. (2007). Practising existential psychotherapy. Londres. SAGE. El método fenomenológico.
- Tolstói, L. (2008). La confesión. Madrid. España. Acantilado
- Unamuno, M. (1968). Soledad. Barcelona. Espasa Calpe. Colección Austral.
- Yalom, I. (1984). Psicoterapia existencial. España. Herder.
- Yalom, I. y Vinogradov, S. (1996). Guía breve de psicoterapia de grupo. España. Paidós.
- Yalom, I. (1998). Psicoterapia existencial y terapia de grupo. España. Paidós.

Curriculum

José Vicente Pérez-Fuster Soto: Médico psiquiatra, sociólogo, antropólogo y psicoterapeuta humanista-existencial (terapeuta Gestalt y existencial, Logoterapeuta). Psiquiatra del área 10 de salud del Hospital Doctor Peset de Valencia. Miembro del equipo docente del Instituto de Terapia Gestalt de Valencia, docente de logoterapia en AESLO (Madrid) y en terapia existencial. Ex profesor de psiquiatría en la Facultad de Medicina de Valencia.

María José Perruca Pacios: Psicóloga General Sanitaria. Psicoterapeuta Humanista-Existencial. Forma parte del equipo de psicoterapia del Instituto Terapia Gestalt de Valencia, de donde además, es docente en la formación de Terapia Existencial. Psicoterapeuta en ejercicio, y autora de varios artículos relacionados con la Terapia Gestalt y Ética Asistencial. Técnica especialista en salud mental y miembro del Comité de Ética en Servicios Sociosanitarios.

Correo de contacto:

José Vicente Pérez-Fuster
perez-fuster@hotmail.com

María José Perruca Pacios
mperruca77@gmail.com

Fecha de entrega: 12/10/2022

Fecha de aceptación: 26/12/2022

Análisis fenomenológico-hermenéutico de las perspectivas de suicidas y terapeutas existenciales frente al suicidio.

Brenda Reyes Mayo

Ciudad de México, México

Círculo de Estudios en Terapia Existencial, ALPE México

Este trabajo ha ganado el premio Pablo Rispo en la categoría investigación presentado en el XI Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial realizado en la ciudad de México en octubre de 2022.

Resumen

Este trabajo presenta los resultados de una investigación fenomenológico-hermenéutica que busca explorar y analizar los significados y constructos presentes en la forma de mirar el suicidio de suicidas y terapeutas existenciales, a partir de dos grupos focales. La metodología empleada fue el análisis narrativo crítico de Langdrige (2007).

Palabras clave

Suicidio, terapia existencial-fenomenológica, fenomenología hermenéutica, análisis narrativo crítico.

Abstract

This paper presents the results of a hermeneutic-phenomenological research that aims to explore and analyze how suicidal persons and existential therapists think about and give meaning to their experiences around suicide. Two focus groups were analyzed using Langdrige's (2007) critical narrative analysis method.

Keywords

Suicide, existential-phenomenological therapy, hermeneutic phenomenology, critical narrative analysis.

Introducción

Este artículo presenta los resultados de una investigación que llevé a cabo como parte de mi tesis de maestría entre el 2019 y el 2021. Al estarme formando como terapeuta existencial¹⁰, comencé a preguntarme cuáles eran las ventajas y las limitaciones de trabajar desde un enfoque exploratorio, no-moral y no directivo. Siendo además alguien que ha intentado quitarse la vida, y habiendo tenido muchas conversaciones con otras personas en la misma situación, pensaba que una psicoterapia que no buscara imponer el deber de seguir viviendo pese a cualquier dificultad podría tener

ventajas para algunos consultantes. Sin embargo, esto era algo que intuía únicamente a partir de mis lecturas y de situaciones más bien anecdóticas.

Investigar sobre las ventajas y limitaciones de la terapia existencial-fenomenológica tiene sus propios problemas. Para empezar, no es un modelo estandarizado ni existe una ortodoxia en su práctica. Distintos psicoterapeutas tienen distintos estilos y formas de aplicar el enfoque, que además varían de consultante en consultante: tal es la pretensión del modelo mismo. A esto habría que añadirle la posibilidad de que decidieran abandonar la fenomenología en pro de la prevención del suicidio cuando lo consideraran necesario. Por tanto, la forma como deciden enfocar el proceso terapéutico depende en gran parte de su forma de conceptualizar el suicidio. Es por ello que decidí ir un paso atrás e investigar directamente la perspectiva que tienen los terapeutas existenciales sobre el suicidio y de qué manera consideran que esto impacta en su práctica.

Me era también importante conocer la perspectiva de los suicidas, saber de qué manera conceptualizaban y experimentaban la muerte voluntaria, y cuáles eran sus expectativas y experiencias como pacientes. Poderle dar voz a estas personas es una oportunidad valiosa para reflexionar sobre qué tanto podemos acercarnos o no a su forma de pensar y experimentar sus propios dilemas sobre el suicidio. Además, escucharles me permitía poder cuestionar mis propias ideas sobre la muerte voluntaria y evitar asumir que compartíamos una forma particular de pensar el suicidio cuando no necesariamente es así.

Opté por utilizar el análisis narrativo crítico de Langdrige (2007) por ser un método fenomenológico-hermenéutico que permite una profundización en el análisis de la experiencia de los participantes y una lectura crítica de la misma. Además, es un método diseñado específicamente para ayudar a los investigadores a no imponer su propio punto de vista en un tema en el que tengan una implicación personal importante, permitiendo una mayor objetividad en el análisis de los datos.

Marco teórico

Antes de comenzar con mi exposición de los resultados, me parece importante destacar que existen muchas maneras de pensar, significar, experimentar, percibir, y expresar el suicidio. Tantas, que autores

¹⁰ El enfoque terapéutico en el que me formé fue el existencial-fenomenológico, que es también el modelo que practican los terapeutas existenciales a quienes entrevisté. Es por ello que, al hablar de terapia existencial a lo largo de este trabajo, me estaré refiriendo siempre a la terapia existencial-fenomenológica en particular, entendiendo que otros modelos existenciales pueden tener perspectivas distintas e incluso contrarias a las expresadas aquí.

como Szasz (2002, 2011) y Critchley (2020) comienzan sus comentarios aclarando que resulta problemático tener una sola palabra para una gama tan distinta de experiencias: suicidios motivados por una decepción amorosa, como forma de protesta política, para evadir la justicia, por honor, como una forma de proteger a los seres queridos, envueltos en una experiencia de profunda soledad, llenos de emociones intensas, motivados por un aplanamiento emocional, que son producto de una moda, en personas perfectamente sanas, como una alternativa rápida a una muerte lenta y dolorosa, vistos como racionales o irracionales, y un largo etcétera (Bauzá, 2018; Szasz, 2002, 2011; Critchley, 2020). Esto hace que el suicidio sea un fenómeno complejo y difícil de reflexionar en términos generales.

De ahí que resulte importante poder escuchar la experiencia de personas que han pensado seriamente en suicidarse o incluso lo han intentado. Como nos recuerda Améry (2005), nuestras teorías sobre el suicidio pueden fácilmente resultar vacías para aquellos que atraviesan por la experiencia vivida de la muerte voluntaria, dejando en el suicida una sensación de ser poco comprendido por los otros. Esta situación puede hacer que la terapia existencial resulte valiosa, ya que es una invitación a quedarnos con la experiencia, más allá de la teoría.

Por supuesto, la tarea del terapeuta existencial frente al suicidio presenta sus propios desafíos. Hay pocas cosas más difíciles de escuchar para un terapeuta que las múltiples variaciones de la frase “estoy aquí porque estoy pensando en suicidarme”. Es una situación que suele despertar reacciones diversas, casi siempre de alarma, y plantear dilemas en torno a la confidencialidad y el respeto por la autonomía del paciente (Freedenthal, 2018). Las experiencias personales del terapeuta con el suicidio, o la falta de ellas, intervienen en su manera de interpretar lo que escucha y de actuar frente al otro.

Así mismo, es necesario tomar en cuenta que la terapia existencial-fenomenológica propone un modelo exploratorio, no-directivo, que busca acompañar al otro a partir de la descripción y análisis de su experiencia, con la intención de llegar a una mayor comprensión de la misma (Spinelli, 2015; Martínez-Robles, 2016, 2017). Esto contrasta fuertemente con otros modelos de terapia, como los propuestos por Águila Tejeda (2016), Ball y Ritchie (2020), y Bryan y Rudd (2018), que son más directivos y buscan directamente la prevención del suicidio.

Por último, cabe añadir que el suicidio es un fenómeno que tiene implicaciones en las cuatro dimensiones de la existencia (van Deurzen, 2012) tanto en la experiencia de los suicidas como en la de los terapeutas. Abordaremos más adelante cuáles son los principales temas que se presentan en cada dimensión.

Preguntas de investigación

¿Qué piensan sobre el suicidio las personas que lo han considerado como una posibilidad? ¿Cuáles son las suposiciones que hacemos los terapeutas existenciales cuando un paciente nos dice que está pensando en suicidarse? ¿Qué ideas, creencias y valores se

juegan frente al suicidio desde estas dos perspectivas?

Metodología

Técnica e instrumento de recolección de información

Se aplicó una entrevista grupal semi-estructurada en dos grupos focales, uno de ellos conformado por personas que habían considerado seriamente la posibilidad de quitarse la vida, y el otro por terapeutas existenciales que trabajan con pacientes suicidas. Las preguntas guía de ambos grupos fueron las mismas. Los participantes tenían permitido hacerse preguntas entre ellos. Ambos grupos focales se llevaron a cabo de manera virtual, a través de la plataforma Zoom.

Además, se le pidió a cada participante llenar un formulario de datos personales con preguntas adicionales sobre su experiencia con el suicidio.

Muestreo: Muestra de voluntarios.

Muestra: 4 personas (1 mujer y 3 hombres) que habían considerado seriamente la posibilidad de quitarse la vida, y 6 terapeutas existenciales (4 mujeres y 2 hombres), de entre 23 y 58 años de edad.

Período de recolección: Los grupos focales se llevaron a cabo durante el mes de noviembre del 2020.

Método de análisis:

Puesto que nuestras preguntas de investigación tienen un carácter principalmente exploratorio y están dirigidas a intentar comprender la forma como suicidas y terapeutas existenciales significan el suicidio, esta investigación tiene una metodología fenomenológico-hermenéutica: el análisis narrativo crítico propuesto por Langdrige (2007). El análisis narrativo crítico es un método diseñado para trabajar con temas comúnmente considerados delicados, en los que la investigadora tiene una implicación personal importante, y que se centra en analizar las narrativas de los participantes en búsqueda de las ideas principales que las sostienen. Cuenta con seis fases:

1. Crítica de las ilusiones del sujeto, donde la investigadora realiza una epojé de sus ideas preconcebidas sobre el tema.
2. Identificar las narrativas, el tono narrativo y la función retórica del discurso de los participantes.
3. Identidades y trabajo con identidades, en donde se identifica quién es la persona que está hablando y cómo su identidad está ligada con su discurso.
4. Identificar las prioridades temáticas y las relaciones entre los temas presentes en la narrativa.
5. Desestabilizar la narrativa, en donde la autora realiza un análisis crítico del texto a partir del cuestionamiento de los puntos clave del discurso de los participantes.
6. Realizar una síntesis crítica, que permita presentar los resultados encontrados y el análisis realizado.

Resultados

Este artículo se centra en la cuarta, quinta y sexta fase del análisis narrativo crítico. En este apartado se presenta una primera tabla que representa las prioridades temáticas, y una segunda que incorpora las ideas centrales que sostienen las narrativas de los partici-

pantes de ambos grupos, junto con las ideas que desestabilizan dichas narrativas. La discusión presenta la sexta fase. El análisis obtenido durante las primeras tres fases se incorpora de manera sintética a lo largo del texto.

Tabla 1. Prioridades temáticas

DIMENSIÓN	GRUPO FOCAL SUICIDAS	GRUPO FOCAL TERAPEUTAS
UMWELT	Muerte, métodos de suicidio, armas de fuego, dinero, salud, enfermedad terminal, dolor.	Cuerpo, trastornos mentales (alteración en los niveles de los neurotransmisores).
MITWELT	Pareja, amistad, familia, cultura, empatía, salud mental, acompañamiento profesional, acompañamiento no profesional, sufrimiento, tristeza, impulsividad, desesperación, pérdida de control, soledad, felicidad.	Vergüenza, culpa, familia, personas cercanas al suicida, influencia cultural de la religión, tabú, acompañamiento terapéutico, dilemas éticos, códigos éticos y legales (diferencia entre menores y mayores de edad), relación terapéutica, hospitalidad.
EIGENWELT	Identidad, diálogo interno, sentirse fuera de sí, un yo debilitado, voluntad, libertad, resedimentación de su identidad.	Relación personal con el suicidio.
ÜBERWELT	Valentía (como valor), religión, creencias sobre la muerte, ateísmo, cuestionamiento de sus valores.	Valores: respeto por la autonomía, elección consciente y reflexionada, no-coerción, no-violencia.

Tabla 2. Ideas centrales y desestabilización

GRUPO FOCAL	IDEA CENTRAL	DESESTABILIZACIÓN
GF SUICIDAS	El suicidio es una decisión o problema individual.	El suicidio aparece en un contexto dado y tiene consecuencias sociales. ¿Podemos ir más allá de una visión meramente individualista o sociológica del suicidio?
GF SUICIDAS	Quien tiene ideas suicidas debería recibir ayuda profesional.	Otras personas cercanas jugaron un rol más importante y cotidiano dentro de su proceso que sus terapeutas o psiquiatras. ¿Cuál es el verdadero rol de los psicoterapeutas frente a esta situación?
GF SUICIDAS	El suicidio es una forma de escapar del sufrimiento y de la vida.	Tensión entre las polaridades de escape y enfrentamiento. ¿Cómo sería pensar el suicidio a la vez como una forma de escape y de enfrentamiento?
GF TERAPEUTAS	Diferencia entre la forma de acompañar a los menores de edad y a los adultos.	La terapia existencial-fenomenológica propone un modelo no-directivo. ¿Es posible mantener una actitud fenomenológica al trabajar con menores de edad?
GF TERAPEUTAS	Si todo falla, que al menos sea una decisión consciente y reflexionada.	Horizontalización de la lógica y la emoción. ¿Qué posibilidades terapéuticas nos abre horizontalizar el eigenwelt y el mitwelt?
GF TERAPEUTAS	Es importante respetar la autonomía de los consultantes.	Tensión entre el valor de la vida y el valor de la libertad. ¿Es posible horizontalizar la no-intervención y la prevención?

Discusión

Parte de la complejidad de esta investigación, que probó ser una ventaja para el establecimiento del rapport y una desventaja para mi propio proceso emocional, es que yo pertenezco a ambos grupos poblaciona-

les. Curiosamente, esa es también la situación de varios de los participantes terapeutas. Esta es una circunstancia que genera una visión muy particular del suicidio desde la perspectiva terapéutica existencial, porque algunos de nosotros compartimos la idea de

que el modelo clínico de trabajo con el suicidio nos ha sido poco valioso, mientras que valoramos más las posibilidades de un proceso existencial-fenomenológico. Pero, ¿es así para todos?

En el grupo de suicidas la perspectiva fue distinta. Algunos de ellos estuvieron de acuerdo en que un acompañamiento que no intentara persuadirles de no quitarse la vida era fundamental, y otros reaccionaron con sorpresa a esta posibilidad, afirmando que habían recibido un acompañamiento más persuasivo que les había ayudado bastante. Lo que tenían en común todos ellos era que habían recibido un acompañamiento que les había permitido superar (o estar en proceso de superar) su crisis suicida. Además, para la mayoría de ellos la psicoterapia había sido poco relevante. Si bien todos afirmaron que era importante pedir ayuda profesional, al hablar sobre las personas más importantes para ellos en esos momentos, de quiénes les habían acompañado y ayudado a salir de sus momentos más oscuros, sólo uno de los cuatro participantes mencionó a su psiquiatra, haciendo más énfasis en una frase que le dijo que en la clínica. Esto nos plantea algo que me resulta interesante: aunque en el discurso social está muy aceptada la idea de que si una persona presenta ideación suicida debe pedir ayuda profesional, esta ayuda no resulta tan valiosa, en retrospectiva, cuando hay alguien mucho más cercano emocionalmente a la persona que puede acompañarla en su experiencia, independientemente del tipo de acompañamiento brindado.

Un segundo elemento que mencionaron como fundamental todos los participantes suicidas fue el esfuerzo realizado para salir de su situación. Uno de ellos afirmó, y los demás estuvieron de acuerdo, que llega un momento donde no escuchas a nadie, donde estás solo frente al suicidio, y es allí donde tienes que tomar una decisión; nadie puede sacarte de ese sitio, sólo es posible salir con tus propios medios.

Desde mi interpretación de esto, parece que lo que realmente ayuda es sentirse importante para alguien y recuperar un sentido de agencia sobre la propia vida. El cómo de esto varía ampliamente de persona en persona. Además, dentro de ambos grupos focales parece haber un tercer elemento que aparece como importante dentro del proceso, que es la posibilidad de acompañar a otros que atraviesan por una experiencia suicida. Esto es algo que puede ser resultado de haberse abierto a los otros narrando su propia experiencia, o de situaciones diversas. Para la mayoría de los participantes de ambos grupos, una de las primeras experiencias que tuvieron frente al suicidio fue inesperada, llegó cuando todavía no sabían qué hacer con ella, y les dejó una huella que les permitió aprender de la experiencia para luego abrirse a la posibilidad de acompañar a otros.

Este es un factor que aparece de una manera un tanto distinta en los terapeutas. Casi todos han pasado por una experiencia personal con el suicidio, directa o indirecta, que les ha dejado una profunda sensación de insatisfacción, y a veces es precisamente esta insatisfacción la que los lleva a preferir el modelo existencial por encima de otros.

Los terapeutas existenciales se enfrentan además a un dilema, que es el de permanecer con una postura fenomenológica frente al otro o adoptar una postura más clínica. Reconocen que parte del riesgo de la terapia existencial es que el otro pueda llegar a la conclusión de que realmente sí quiere suicidarse. Después de todo, la terapia existencial no tiene como objetivo la prevención del suicidio, de la misma forma que tampoco intenta evitar que el paciente tome cualquier otra decisión. Esta es una idea que genera una sensación incómoda en el grupo. Ninguno de los presentes quisiera que un paciente se suicidara, pero también hablan del desagrado que produce en muchos la idea de internarlo en un hospital psiquiátrico en contra de su voluntad. Para algunos, la solución al dilema se encuentra en el trabajo multidisciplinario, que ofrece la seguridad de que hay alguien más encargándose de prevenir el suicidio o tratar alguna posible psicopatología subyacente. Hay quienes afirman que sólo puede respetarse la voluntad de un adulto, siendo una obligación romper la confidencialidad con los menores de edad. Otros más dicen que el trabajo terapéutico debe mantenerse en la exploración, y que si la decisión final es quitarse la vida es mejor que se trate de una decisión largamente reflexionada y no impulsiva. No parece haber una respuesta clara a nada de esto. En lo que todos coinciden es en su deseo de comunicarle al paciente que desearían que siga viviendo, compartirle lo que les sucede en el encuentro, y que esto puede ser una herramienta muy poderosa. Aunque la terapia existencial no tiene el objetivo de prevenir el suicidio, el encuentro honesto con el otro puede generar esa consecuencia.

Conclusión

Quizá la ventaja de la terapia existencial frente a otros enfoques en el trabajo con pacientes suicidas sea precisamente que privilegia la relación terapéutica y se niega a tomar un rol directivo. Mandarle el mensaje al otro de que es importante para nosotros – cuando es un mensaje honesto – y al mismo tiempo permitirle ejercer su autonomía, puede facilitar que recupere el sentido de agencia sobre su vida y la experiencia valiosa, que es lo que ayudó a los participantes del grupo focal de suicidas a superar su crisis personal. Eso es, al menos, lo que han atestiguado varios de los participantes terapeutas. También es cierto que esto no es conclusivo, no sólo porque la metodología fenomenológica-hermenéutica aquí empleada no busca llegar a conclusiones, sino también porque las experiencias de los participantes suicidas nos enseñan que un enfoque directivo puede ser igualmente valioso.

No hay una única manera válida de trabajar terapéuticamente con el suicidio. La invitación que nos hace la fenomenología, y que nos hacen también las conversaciones de los grupos focales de esta investigación, es a abrirnos a escuchar las múltiples posibilidades de acompañamiento, a reconocer qué es valioso para cada uno de los involucrados, a admitir que nuestra experiencia influye de forma importante en nuestra forma de acompañar a otros, y a buscar el diálogo más que la imposición de una única postura. El grupo focal de suicidas nos enseña que quizá los terapeutas

ni siquiera somos tan importantes, y tal vez esto podría señalarnos el valor del sostén que pueden brindar otras relaciones. Tal vez, si sólo somos importantes cuando no hay alguien más, la exploración de la experiencia y de los vínculos sea fundamental. Quizás a veces nos toca simplemente estar ahí para mandar el mensaje de que el otro nos importa lo suficiente para quedarnos con él. Tal vez el respeto por su autonomía le recuerde que tiene el poder de tomar decisiones importantes. Si todo sale como deseáramos, quizás todo eso le sirva para seguir adelante con su vida. Si no es así, ojalá podamos respetarle lo suficiente para permitirle morir con dignidad.

Esta es una postura contracultural y ciertamente polémica. Admito que podría estar equivocada. Sin embargo, quiero cerrar compartiendo la enseñanza más grande que me ha dejado haber llevado a cabo este proyecto de investigación: antes de tomar cualquier camino, antes de elegir cualquier estilo de acompañamiento, preguntémosle a la persona que tenemos delante qué es lo que quiere; no siempre lo sabrá ni siempre lo mantendrá en el tiempo, y eso es parte del desafío. La decisión de intervenir o no para evitar que alguien se quite la vida, o la de qué tipo de acompañamiento es el mejor para esa persona no le corresponde únicamente al terapeuta, también en esto estamos juntos con el otro.

Referencias

- Améry, J. (2005). *Levantar la mano sobre uno mismo*. Pre-Textos.
- Águila Tejeda, A. (2016). *Suicidio: la última decisión*. Trillas.
- Ball, M., y Ritchie, R. (2020). *Suicide Narratives: Healing through knowing*. Humane Clinic.

- Bauzá, H. F. (2018). *Miradas sobre el suicidio*. Fondo de Cultura Económica.
- Bryan, C. J., y Rudd, D. (2018). *Brief cognitive-behavioral therapy for suicide prevention*. The Guilford Press.
- Critchley, S. (2020). *Notes on suicide*. Fitzcarraldo Editions.
- Freedenthal, S. (2018). *Helping the Suicidal Person*. Routledge.
- Langdrige, D. (2007). *Phenomenological Psychology. Theory, Research and Method*. Pearson Education Limited.
- Martínez-Robles, Y. A. (2016). *Terapia Existencial: Teoría y práctica relacional para un mundo post-cartesiano. Volumen 1*. Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.
- Martínez-Robles, Y. A. (2017). *Terapia Existencial: Teoría y práctica relacional para un mundo post-cartesiano. Volumen 2*. Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.
- Spinelli, E. (2015). *Practising Existential Therapy: The relational World*. SAGE.
- Szasz, T. (2002). *Libertad Fatal*. Paidós.
- Szasz, T. (2011). *Suicide Prohibition: The shame of medicine*. Syracuse University Press.
- van Deurzen, E. (2012). *Existential counselling & psychotherapy in practice*. SAGE.

Currículum

Brenda Reyes Mayo es licenciada en Psicología Clínica, con una especialidad en Diálogo Existencial y una maestría en Análisis Existencial-Fenomenológico. Es terapeuta existencial y docente del Círculo de Estudios en Terapia Existencial.

Correo de contacto:

brendareyesm@gmail.com

Fecha de presentación: 12/10/2022

Fecha de aceptación: 20/12/2022

Sección Aportes Originales

Fenomenología Existencial y Reducción de Daños: una alternativa en el tratamiento del consumo problemático de sustancias psicoactivas

Jorge Andrés Camus Chávez

Santiago, Chile

Universidad Gabriela Mistral

Resumen

El presente artículo revisará el consumo problemático de sustancias psicoactivas, abordado desde dos modelos que muestran similitud entre sus principios epistemológicos y antropológicos: la Fenomenología Existencial y el Modelo de Reducción de Daños. Ambos modelos han sido planteados en sus propias áreas de intervención como alternativas a los enfoques tradicionales que se aproximan a este fenómeno, demostrando ser estrategias innovadoras pues abandonan algunos de los principios clásicos de los tratamientos para drogodependencias, como son la directividad, la verticalidad y la imposición de objetivos predeterminados, entre otros. En esta línea, la horizontalidad, la co-construcción de sentidos y la mirada despatologizante que muestran estos dos modelos permitirían una regulación del consumo con mayor agencia y responsabilidad, en tanto mantienen una actitud respetuosa, exploratoria y desprejuiciada sobre las personas que presentan este problema. De allí que en este artículo se pretenda exponer la complementariedad que ambos modelos tienen, y así también sus alcances.

Palabras clave

Fenomenología, Existencial, Reducción de Daños, Consumo Problemático, Drogodependencias.

Abstract

This article will review the problematic use of psychoactive substances, approached from two models that show similarities between their epistemological and anthropological principles: Existential Phenomenology and the Harm Reduction Model. Both models have been proposed, in their own areas of intervention, as alternatives to the traditional approaches that approach this phenomenon, proving to be innovative strategies since they abandon some of the classic principles of drug addiction treatment, such as directivity, verticality and the imposition of predetermined objectives, among others. In this line, the horizontality, the co-construction of meanings and the depathologizing look that these two models shows, would allow a regulation of consumption with greater

agency and responsibility, while maintaining a respectful, exploratory and unprejudiced attitude towards the people who present this issue. Hence, this article intends to expose the complementarity that both models have, and thus also their scope.

Keywords

Phenomenology, Existential, Harm Reduction, Problematic Use of Substances, Drug Adiction.

Introducción

Las sustancias psicoactivas y su consumo se han transformado en un problema a lo largo del siglo XX, y más aún en las pocas décadas transcurridas del siglo XXI (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito [UNODC], 2022). El uso de sustancias como la marihuana, cocaína, opioides y anfetamínicos, entre otros, no solo puede observarse a nivel local en el continente americano, sino alrededor del mundo, donde han aumentado su producción y su uso durante los últimos 100 años como nunca antes se había visto. Según el informe entregado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, "las personas jóvenes siguen consumiendo más drogas que las adultas, y sus niveles de consumo son más elevados que los de las generaciones anteriores" (UNODC, 2022, p. 17), además de reconocer que en el año 2020, 1 de cada 18 personas consumió alguna droga ilegal, aumentando el consumo en un 26% en relación a los últimos diez años. A esto se suma el crecimiento de las economías de las drogas ilegales que ha aumentado aún con una pandemia a nivel mundial (UNODC, 2022). Es tal su masificación que la Organización de Naciones Unidas [ONU] desde el año 1961 hasta la actualidad ha intentado hacerse cargo de este problema y ha configurado distintas convenciones, departamentos y oficinas que logren abordar el fenómeno, o al menos diagnosticarlo globalmente (UNODC, 2014). Y si bien las sustancias psicoactivas no significan un inconveniente en sí mismas -pensemos aquí sobre los usos responsables y terapéuticos que cada una de ellas podría tener, considerando obviamente algunas salvedades (Avello et. al, 2017; Barletta, 2020; Utrilla, 2000)-, es el uso desmedido el que ha

traído consecuencias no deseadas a nivel social, y sobre todo a nivel personal dentro de las distintas naciones. Su consumo excesivo se ha relacionado directa e indirectamente con actos delictuales, antisociales, enfermedades y mortalidad de la población, demostrando tener un impacto individual —un impacto físico y mental— y una relevancia a nivel cultural, debido a la presencia, relación y/o correlación que estas sustancias han teniendo en diversas situaciones y fenómenos sociales (UNODC, 2013; UNODC, 2022). Agregado a lo anterior, la UNODC advierte que la producción de las mismas tiene un impacto ambiental importante en los ecosistemas naturales locales, como por ejemplo en la producción de la cocaína, siendo “la huella de carbono de 1 kg de cocaína 30 veces mayor que la de 1 kg. de cacao” (UNODC, 2022, p. 47).

Bajo el alero de la ONU, y comandados también por esta organización, el consumo, su frecuencia y los espacios en que se practica pasaron a ser asuntos del Estado, ente institucional que históricamente se tornaba paternalista durante el siglo XX (Organización de los Estados Americanos [OEA], 2013). Las distintas drogas imponen cargas diferentes a los sistemas sanitarios de los países que la componen (UNODC, 2022), pues la producción y uso de drogas ilícitas “pueden prosperar en situaciones de conflicto y de debilidad del estado de derecho y, a su vez, pueden prolongar o alimentar los conflictos” (UNODC, 2022, p. 18). Así, el fenómeno se transforma para estos entes gubernamentales en un asunto de suma urgencia a resolver.

Teniendo en consideración que en tanto sustancias psicoactivas hablamos también de un fenómeno químico/biológico, el rol estatal paternalista comenzó a limitar las libertades y a encuadrar las responsabilidades relacionadas al consumo, reduciendo unilateralmente la comprensión de la ingesta problemática de sustancias a una dimensión biológica del fenómeno. Lo anterior validó de manera natural los abordajes del problema que se encontraban posicionados desde un paradigma médico. Esta posición biomédica, que englobaba tanto a la medicina tradicional como también a una posterior visión psiquiátrica del problema, evidenció la influencia peyorativamente patológica que las sustancias tenían sobre la mente y el cuerpo de las personas (UNODC, 2013). Las sustancias y su consumo desmedido fueron primeramente visibilizados y significados como una *enfermedad*, siendo hasta hoy en día una de las visiones más populares para pensar este fenómeno en el mundo (Zapata & Jaramillo, 2019).

Ahora bien, los estudios actuales han evidenciado, en contraste a lo que se construyó históricamente como significado social, que el origen del uso problemático de sustancias estaría mayormente vinculado a factores psicológicos, por sobre factores genéticos (OEA, 2013). Entonces, el consumo pasaría de ser un asunto primariamente médico-biológico a ser una problemática psicológica y culturalmente construida. Si bien este reenfoque hacia la salud mental instaló a la psicología y las dimensiones histórica-subjetivas como ejes principales del tratamiento, no soslayó la predominancia instalada que ya poseían los discursos y tratamientos psiquiátricos como modelo de abordaje del fenómeno.

Así se mantuvieron, por ejemplo, tratamientos farmacológicos —como en la medicina clásica— para resolver el conflicto que presentaban los consumidores. También se acuñaron distintas etiquetas para este fin, siendo una de las más actuales y conocidas, la divulgada por la 5ª versión del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales [DSM-V], categorizada como *Trastorno por Consumo de Sustancias* (APA, 2014).

El paradigma psiquiátrico ha determinado hasta hoy una de las miradas que con mayor frecuencia existe sobre los consumidores de sustancias, tanto los que son problemáticos como los que no (Fundación Paz Ciudadana, 2004). Dadas las conductas antisociales que presentan algunos consumidores, estos han sido catalogados como “enfermos mentales” por la psiquiatría, en tanto la dependencia a sustancias es considerada como patológica y determinante de su persona. Aquella mirada antisocial y enfermiza, en conjunción con el ascenso del modelo higienista en las sociedades occidentales dio paso también a la exclusión social de estos grupos y a terapias enfocadas principalmente en la desintoxicación mediada por la abstinencia (Díaz-Heredia *et al.*, 2012). Por otro lado, la denotación de “enfermos” que se posó sobre estas personas sustentó una relación asimétrica y vertical en la sociedad, y asimismo en los tratamientos médicos destinados para estas personas (Jaramillo & Zapata, 2019). Esta desigualdad en la relación se basó en la creencia de que al ser los consumidores enfermos y determinados por su consumo, fueran también considerados como poco autónomos e irresponsables en su ingesta. Bajo esa creencia, esta sustancia influye al momento de decidir por su propia vida y los sujetos son conducidos en el día a día por su adicción; imbuyendo un sentido de vida vacío o sin proyección, y alienados físicamente de sus entornos sociales —familia y trabajo— por tener como prioridad diaria el consumo de estas sustancias. Aquella manera de significar al consumidor problemático se observa distante de cambiar radicalmente a nivel cultural, pues el fenómeno aún persiste en la actualidad como problemática social y clínica (Tatarksy, 2002).

En vista de lo anterior se hace relevante difundir y abordar este asunto desde una mirada que considere prácticas que incluyan a las personas y su *voluntad de poder* en la construcción de sus propias estrategias terapéuticas y resolutivas respecto a su consumo problemático. Así se distancia al sujeto de dinámicas terapéuticas excluyentes, avaladas además por la actitud paternalista que mantiene el Estado frente a este fenómeno. Esta exclusión del consumidor en la construcción de soluciones para su problema se manifiesta también en la relación autoritaria que se instala entre el profesional y el consumidor en los tratamientos actuales con orientación médica o en los tratamientos orientados hacia la abstinencia. Estos posibilitan luego discursos, teorías, tratamientos y resoluciones clínicas que finalmente reproducen la misma exclusión y no permiten desplegar de forma genuina la experiencia y el relato que los consumidores poseen sobre sí mismos, ciñéndolos en un círculo vicioso que merma la autonomía y responsabilidad que a la vez se

les critica (Tatarsky, 2002; Milanese, 2015). La problemática entonces radica en la imposibilidad de los consumidores de ser pensados y significados de otra forma que no sea la de una persona “enferma”, en la cual la enfermedad es constitutiva de su subjetividad, encontrándose su comprensión supeditada a conductas y síntomas de orden patológico. En contraste, su situación puede ser comprendida desde una visión histórica que rescate su propio sentido, libertad, voluntad y decisión en relación al consumo que mantienen; que a la vez ofrezca una posibilidad de cambio auténtico. Esta alternativa permite que resalten los recursos y potencialidades visibilizados de forma autónoma, y no los rescatados e impuestos por un tercero que supone mayor entendimiento de su propio problema.

En el marco de este artículo se rescatan para el abordaje de este fenómeno perspectivas en las que la horizontalidad del vínculo prime por sobre la jerarquización de los roles y se dé preponderancia a las experiencias del consumidor antes que a teorías que puedan definir su problemática. Para ello, se han revisado dos enfoques clínicos ya construidos —para el análisis y para la intervención—, los cuales promueven esta aproximación horizontal hacia el sujeto en cuestión: el modelo de reducción de daños y la mirada clínica de la fenomenología-existencial.

El modelo de reducción de daños, a diferencia de los modelos basados en la abstinencia, observa al consumidor problemático de alcohol primeramente como una *persona* —liberada de teorías o prejuicios—, para luego, en un segundo momento, adjuntar a él su problema de consumo. Este enfoque promueve una visión en que persona y consumo se distancian y diferencian como dos asuntos distintos, pero relacionados. De este modo, la persona, su historia y sus propios motivos son considerados como una primera explicación del problema del consumo, alejando al discurso tradicional que etiqueta y categoriza a los consumidores como enfermos, en donde persona y problema son indisolubles. Aquí los motivos se reducen a la dinámica de factores biológicos que determinan el actuar; una persona sin capacidad para dar un sentido propio y responsable a su problema, conducida químicamente en su día a día (Tatarsky, 2002; Milanese, 2015). El modelo de reducción de daño busca recoger las necesidades e ideas expresadas por la persona, lo cual contrasta con la imposición de la ideología moral y médica —religiosa y psiquiátrica— que ha servido para categorizar estereotípicamente ciertos fenómenos y experiencias que poseen las personas con respecto a su consumo. En este sentido, la enfermedad y el poco juicio mental que se le atribuía a los “enfermos” ponían al sujeto en una posición de cuasi interdicción, y asumían para el terapeuta un rol jerárquicamente superior. Bajo este enfoque, el terapeuta decidía unilateralmente el problema, la forma en que debía progresar el tratamiento de ese problema, así como los objetivos de este, invalidando globalmente el sistema de creencias y el sentido e historia que sustentó dichas experiencias en el paciente, los cuales suscitaron finalmente la problemática de consumo en su vida (Tatarsky, 2002; Milanese, 2015). Por otro lado, el modelo de reducción de daños está enfocado

en las necesidades de las personas y en las propuestas que estas hacen para resolver dichas necesidades. El problema del consumo pierde obligatoriedad, pudiendo ser otros asuntos los prioritarios de solucionar en terapia, circundantes al consumo mismo. Esto no quiere decir que el problema del consumo disipe su importancia: si bien puede recibir un tratamiento indirecto, no por ello estará menos problematizado. Pero a la postre, la Reducción de Daños abre la posibilidad a que la terapia sea *multi-temática*, alejándose de modelos clásicos en los que el proceso se orienta exclusiva y directamente al problema del consumo, siendo este el asunto principal y único del tratamiento. Continuando con los enfoques mencionados anteriormente, y que son coherentes con la mirada humanitaria que plantea metodológicamente el modelo de reducción de daños, se plantea una complementariedad de este modelo de abordaje de sustancias psicoactivas con el enfoque fenomenológico-existencial. Este enfoque relativamente reciente en la literatura y práctica clínica que ha sido diseñado desde diversas miradas y autores afines a la filosofía existencial (Cooper, 2003; van Deurzen, 2009) toma por ejes teóricos principales distintos fenómenos y condiciones que son transversales a todos los seres humanos, abordados a través de una actitud respetuosa y desprejuiciada en su acercamiento. Dentro de estos fenómenos podemos encontrar experiencias transversales al ser humano como son la búsqueda de un significado o sentido en la vida y en el mundo; la libertad y la responsabilidad; el vacío existencial; el tiempo y la muerte; la angustia, entre otros (Castro & Chacón, 2011; Längle, 2008; May, 1963; Schneider, 2010; Yalom, 1984). Emilio Romero (2003) comprende al ser humano también desde una mirada existencial, como un ser constituido por ocho dimensiones: la dimensión ontológica, la social, la de la praxis, la corporal, la motivacional, la espacio-temporal, y la axiológica, relevando otros factores que enriquecen la concepción del mismo.

Esta manera de atender a dichos fenómenos tiene sus orígenes en la primera mitad del siglo XX, cuando los psiquiatras suizos Ludwig Binswanger y Medard Boss, inspirados en la obra “Ser y Tiempo” de Martin Heidegger, desarrollaron uno de los modelos preliminares que inspirarían más tarde a cientos de psicoterapeutas y filósofos, en busca de una aplicación del mismo (Martínez, 2012).

Kirk Schneider (2010) entiende que la terapia existencial supone el proceso de conocerse y convertirse en uno mismo, concibiéndola como una práctica intensiva, exploratoria y encarnada, en la cual se ayuda a las personas a reclamar y empoderarse de sus propias vidas a través de su libertad. Esto se condice con lo postulado por Efrén Martínez (2015), terapeuta que ha abocado parte de su trabajo en la problemática de las adicciones desde la logoterapia, asociándola a un conflicto de libertad y sentido desarrollado por los consumidores. Explica que quienes presentan consumo problemático se verían carentes de un sentido claro y genuino con respecto a sus vidas, utilizando la sustancia para otorgar dicho sentido o para ocultar el sentido que los lleva a consumir de forma problemática. Sobre lo anterior, la visión del psiquiatra Alfred

Länge acerca de la terapia coincide con la propuesta por el Modelo de Reducción de Daños: “No se puede prescribir sentido, como se mostrará; tampoco lo puede proporcionar un libro. La búsqueda de sentido es un proceso que tiene dos características: tiene que ser constante y nadie puede hacerlo por el otro” (2008, p. 9). En este punto, ambos enfoques se reúnen en torno a un recurso neurálgico para su complementariedad: la libertad y responsabilidad del paciente sobre sus decisiones.

El consumidor es para estos dos modelos quien genuina y libremente conducirá su propio proceso y generará el cambio deseado. Lo anterior también se condice con lo planteado por Yaqui Martínez (2012) al asegurar que la terapia existencial es un proceso

(...) donde cada uno de los participantes, cliente o paciente y terapeuta, se encuentran sesión a sesión para realizar un trabajo de análisis conjunto, en el cual, a través del encuentro, van resignificando los aspectos más importantes de la vida del primero, reinterpretándolos y aportándoles nuevos sentidos (p. 108)

Ahora bien, los fenómenos que aborda la perspectiva fenomenológica existencial, además de ser inherentes y básicos en todo ser humano, se presentan también en el consumo problemático de sustancias y se expresan subjetiva y particularmente en cada persona. Variados estudios muestran la presencia de estas preocupaciones alrededor del mundo: mujeres mexicanas y colombianas, por ejemplo, dan sentido al consumo a través de la diversión y evasión que les genera en sus realidades, a la vez que el mismo consumo funciona como un catalizador de emociones poco elaboradas (Páez-Zapata & Posada, 2014; Cortaza & Villar, 2008). Otros estudios visibilizan el traspaso de la responsabilidad del consumo desde el Estado hacia los individuos, normando de todos modos las libertades de su ingesta (Engs, 1981; Grill & Nihlén, 2012). También existen investigaciones que asocian el consumo de sustancias, como el alcohol, a la configuración de vacíos existenciales, además de posibilitar sentidos de vida incongruentes con los proyectos vitales de quienes consumen (Gerwood, 1998). Dado lo anterior, la reducción de daños y el enfoque fenomenológico existencial, se complementarían, ya que ambos permiten pensar e intervenir el consumo problemático de sustancias.

Sumado a lo expuesto, ambos enfoques coinciden en que los discursos expresados autónomamente, durante y después de las sesiones terapéuticas, tienen un intenso impacto en la agencia de los cambios producidos en la vida de las personas, posibilitando acciones y modificaciones continuas en el proceso. Dentro de este panorama, la fenomenología-existencial muestra la importancia de la historia y de la problematización automotivada de los pacientes: la libertad, la responsabilidad y el sentido construidos desde las propias subjetividades, y no desde un modelo que impone conceptos y objetivos *a priori*, facilitando reflexiones inherentes a la persona y un mayor compromiso con el

problema (Bohart, 2000; Britton *et al.*, 2009; Coleman & Neimeyer, 2015).

Esta complementariedad entre ambos enfoques se diferenciará también de otros modelos que han abordado este fenómeno, particularmente en la prevalencia que se da a las experiencias subjetivas, en contraste con los significados cognitivos y biológicos que las investigaciones han construido comúnmente (Coullaut-Valera *et al.*, 2011; García-Moreno *et al.*, 2009; Kuhar, 2016). Tanto el modelo de reducción de daños como la mirada fenomenológica existencial posibilitan una comprensión experiencial y subjetiva de la cual adolecen los abordajes de corte biologicista que existen sobre estos fenómenos.

Modelo de Reducción de Daños

El modelo de reducción de daños es concebido como un enfoque relativamente actual, comparado a los modelos desde los que se venía mirando la problemática de la dependencia de sustancias. Esos modelos tradicionales basan sus tratamientos en torno a un objetivo único y superior: la abstinencia del consumo (Chacón *et al.*, 2018). En efecto, en ese tipo de terapia, “la abstinencia de todos los químicos que alteran el ánimo es la única meta aceptable para los usuarios compulsivos de sustancias” (Tatarsky, 2002, p. 29). Eso supone que la abstinencia se transforme en el criterio “para definir el éxito tanto del cliente como de quien proporciona el tratamiento, y es el prerrequisito para continuar recibiendo asistencia” (p. 30). Por lo tanto, los modelos basados en la abstinencia condicionarían el tratamiento a tal punto que la persona se vuelca, a como dé lugar, hacia dicho objetivo, sin desarrollar una estrategia genuina ni menos realizar una problematización profunda del porqué consume riesgosamente. Esto, pues el modelo tradicional supone “que los usuarios activos tienen una conciencia y un juicio tan deficientes que no pueden participar significativamente en el tratamiento o en la psicoterapia” (Tatarsky, 2002, p. 30). Juicio que se ve alterado por el consumo sostenido de dicha sustancia y los efectos mentales que esta práctica abusiva presume. Esta perspectiva es avalada también por la Organización Mundial de la Salud en tanto patologiza la adicción a sustancias y posiciona a las personas como enfermos (Calvet, 2002). Ante este deterioro de la voluntad, la persona que consume ve despreciada por los expertos tratantes sus decisiones y la historia que la llevó a consumir, negando “la importancia de los significados personales que tiene el uso de drogas para las personas” (Tatarsky, 2002, p. 31). Supone entonces que el consumidor debe ceder ante las decisiones expertas de un profesional que posea mayor facultad, mayor y mejor visión sobre lo que está sucediendo, devaluando la capacidad de decidir de la persona que realmente posee el problema.

El modelo de reducción de daños, al contrario del orientado hacia la abstinencia, busca primeramente entender el uso de las drogas dentro del contexto en el que habita y/o se ha desenvuelto la persona con consumo problemático (Markez, 2002). Para ello, explica a través de la historia del consumidor el uso, los modos y las consecuencias directas e indirectas del

abuso de la sustancia, sin incurrir en ideologías moralizantes ni culturales en relación a su uso; *moralinas* que con anterioridad han castigado y culpabilizado tremendamente a los consumidores no de su uso, sino de los hechos existenciales que los llevaron a ese tipo de uso, o sea, sancionando e invalidando directa o indirectamente la historia de estas personas (Rodríguez-Martos & Torralba, 2002; Tatarsky, 2002). Esta nueva visión sobre la persona/consumidor que vincula la utilización de sustancias con su subjetividad lleva a responsabilizar asertiva y conscientemente a los individuos de sus decisiones y humaniza además la relación terapéutica, que se había visto transformada por el dominio autoritario y exclusivo del profesional a cargo de la terapia. En este marco, la reducción de daños entregaría el poder de decidir a la persona sobre su consumo problemático y desplaza al terapeuta en su rol paternal e impositivo (Marlatt, 1996; Milanesse, 2015). Desde esta perspectiva, la reducción de daño más que demandar la erradicación absoluta del consumo —la abstinencia—, busca “ayudar al cliente a moverse a lo largo del *continuum* [de nocividad], acercándose al punto de menor daño” (Tatarsky, 2002, p. 33). Se dirige, entonces, a que el cliente se comprometa en una relación en la cual pueda observar los ejes problemáticos de su consumo y codesarrollar estrategias acordes a su identidad e historia. El foco se direcciona por lo tanto hacia el cuidado propio que posee cada persona para sí misma; cuidado y autoobservación que eventualmente reconducirá a esta hacia su problema de consumo, suscitando desde su propia individualidad la problematización de esta práctica riesgosa (Marlatt, 1996; Larimer *et al.*, 1999). De esta manera, la meta del proceso se desarrolla en avance terapéutico y no es impuesta al inicio, como en los modelos tradicionales (*op. cit.*, 2002).

Lo dicho recientemente no quiere decir que la relación terapéutica pierda relevancia. El que el terapeuta quede desplazado no significa que quede del todo silenciado: este adoptaría otro rol, igual de importante que la participación activa y responsable del consumidor en su reducción de daños. Tatarsky (2002) menciona que en esta materia los terapeutas “deben llegar a la sesión con las manos vacías y con la mente de un principiante” (p. 125), un desafío que a ratos puede no cumplirse, dados los abundantes prejuicios en torno a los consumidores o la habituación del terapeuta a posicionarse en un rol más directivo, como acostumbra a mostrarse en los modelos clásicos de tratamiento de sustancias. Esta actitud es semejante a la que se revisará más adelante, cuando nos refiramos al método más adecuado para abordar puramente —o al menos eso pretende— la realidad: la fenomenología. Por otro lado, el mismo Tatarsky (2002) menciona que los terapeutas requieren de coraje y valentía para abandonar la clásica postura autoritaria y verticalizada que se da en la relación terapeuta-cliente y entregarse a esta actitud de principiante, dispuesta a explorar el mundo del otro, más que a enjuiciarlo.

La forma en que el terapeuta y cliente delinear el proceso de reducción de daños se definirá en la relación cooperativa que existe entre estos dos actores. Tatarsky (2002) da a entender que la intensidad del tra-

tamiento se corresponderá con la gravedad del consumo, en términos de los daños y los riesgos que este pudiese generar, influyendo también en esta decisión el sistema o redes de apoyo con las que cuente la persona al momento de consultar, y con la gravedad del alcance afectivo, laboral, personal y/o familiar que ha tenido el consumo en la persona.

Este modelo basado en la cooperación, el respeto y la responsabilidad toma como fundamentos para sus bases metodológicas las ideas expuestas por el psicólogo humanista Carl Rogers (Chacón *et al.*, 2018). La terapia centrada en el cliente que Rogers construye promueve los valores y actitudes que buscan desarrollar una relación en la que el vínculo entre terapeuta y cliente sea primordial y no directivo. Así, se espera que el cliente no vea la relación o la confianza que ha depositado en esta condicionada por factores ajenos a sí mismo, como puede ser en este caso el ideal de la abstinencia (Chacón *et al.*, 2018). Es necesario mencionar aquí lo inspirado que se vio Rogers en la fenomenología y filosofía existencial, incluso llamando con orgullo a su propio modelo terapéutico, como una forma de terapia fenomenológica (Martínez, 2012).

Al contrario de lo que se podría creer bajo cierto sentido común, otros enfoques clínicos han podido integrarse con la reducción de daños, a pesar de que epistemológicamente puedan distanciarse de los abordajes de la fenomenología-existencial. El enfoque cognitivo-conductual, por ejemplo, ha entregado técnicas útiles para visualizar ciertos hábitos de consumo y asimismo planificar estrategias para afrontar dichas situaciones, posibilitando una reflexión con respecto al futuro del consumidor que el enfoque fenomenológico existencial a veces pierde de vista al dar demasiado énfasis en el presente (Tatarsky, 2002). De la misma forma, el enfoque psicoanalítico, que ha tenido según Tatarsky “mala reputación en cuanto al tratamiento de personas con problemas de drogas y alcohol” (2002, p. 67), ha podido demostrar su valor en tanto su terapia enfocada en la exploración y en hacer consciente aquellos hábitos que son inconscientes a las personas. Esta perspectiva permite que la persona visualice las motivaciones de su consumo, así como observar la historia que justificaría dicho uso problemático.

Desde aquí, y dado los diferentes puntos que abordan los enfoques clínicos en la reducción de daño (Romaní, 2013), se hace imperante preguntarse en qué punto la terapia existencial es complementaria con este modelo. Y bien, la importancia que da la fenomenología-existencial a cualidades innatas de los seres humanos —como el sentido (significado y propósito), la libertad, la responsabilidad, las decisiones, el cuerpo, los valores, lo interpersonal, entre otros—, es la misma importancia que la reducción de daños ha dado a dichas características de la existencia humana.

En este aspecto, la reducción de daños —al igual que la psicoterapia existencial— busca ampliar a la conciencia del consumidor las posibilidades por las que podría estar usando problemáticamente sustancias. Clásicamente se han reducido estas posibilidades a algunos argumentos comunes: el entretenimiento, el ocio, la evitación, la religión o la medicina ancestral (Romaní, 2013). Y, desde una mirada vertical y dis-

tanciada del consumidor, basada en prejuicios y otros mecanismos heurísticos, las personas que consumen sustancias psicoactivas problemáticamente son típicamente catalogadas como “débiles, sociópatas, egoístas, no confiables, infantiles, rebeldes y artistas” (Tatarsky, 2002, p. 179), limitando la visión de lo que experimentan estos individuos en su consumo y generando una autoimagen también distanciada de sí mismos. Tatarsky (2002) menciona que cada una de estas personas posee “una relación única con la sustancia, que puede contener o encarnar numerosas funciones y significados personales” (p. 177), lo que en otras palabras podría significar que, si bien podemos categorizar y agrupar ciertos fundamentos o razones por las cuales las personas inician o mantienen el consumo, la razón siempre quedará suscrita a la historia personal del consumidor. Así, hay tantas razones para consumir como consumidores existan, y estas razones no necesariamente se excluyen entre sí: el bienestar y el malestar pueden complementarse y confluir como una única razón de consumo, sin generar una división interna entre los fundamentos que posibilitan el uso de una determinada sustancia. Tatarsky (2002) explica que las sustancias poseen un valor adaptativo con el cual las personas intentan enfrentar ciertas situaciones de vulnerabilidad. La capacidad de percibir los significados que emergen en estas situaciones de vulnerabilidad está enlazada a la misma capacidad de la persona de explorar internamente

(...) las razones personales para consumir; la preocupación por saber si uno está satisfaciendo las necesidades y deseos propios de la mejor manera posible, y la búsqueda de las necesidades, sentimientos, deseos y otros aspectos de uno mismo que se expresan a través del deseo de consumir (Tatarsky, 2002, p. 178).

Esto toma relevancia en la medida que la fenomenología-existencial pretende examinar y entender los variados significados y propósitos que supone el uso problemático de sustancias en un proceso de reducción de daños desde una posición subjetiva y que suscite la construcción de una moral propia en la cual los procesos no sean igualados en términos de normalidad. Es decir, en donde la persona que realiza la reducción de daños sea la única vara para medir sus avances en sus propios términos.

Ahora bien, en cuanto a la relación que establece el Estado con las personas que poseen dependencia a sustancias, la reducción de daños es una propuesta que pretende devolver el abordaje del problema hacia un enfoque que esté abocado completamente hacia los derechos constitucionales que los usuarios pueden exigir a las autoridades institucionales de sus respectivos países. Como afirma Milanese (2015), en la medida que la salud es considerada un derecho humano básico para la autorrealización de las personas y, asimismo, para el desarrollo integral de todas las áreas que constituyen a los individuos como seres sociales, la reducción de daños se transforma en “una estrate-

gia de restitución de derechos y oportunidades” (p. 9) y responde a la necesidad de las personas de ser reinseridas a la sociedad como iguales, y no excluidas de esta, como se produce en los enfoques centrados únicamente en la abstinencia. De igual manera, por ejemplo, en el caso de Chile, la Red Chilena de Reducción de Daños (2010) ha intentado poner en discusión desde el año 2004 este tema sobre las mesas gubernamentales, problematizando la política estatal de erradicación de las drogas; política que asume una actitud estatal basada en metodologías como son la abstinencia y la represión legal/policial. Como explica Calvet (2002) —esta vez revisando el caso de España, Italia y Francia—, estos Estados se basan en un “enfoque legal prohibicionista implementado desde la promulgación de la Convención única, y desarrollado en las distintas legislaciones estatales” (p. 93), criminalizando el consumo, y de igual manera a los consumidores. Calvet (2002) también revisa los ejemplos de países como Suiza, Alemania, Holanda o Inglaterra, en donde se han implementado efectivamente a las políticas públicas la metodología de reducción de daños, al incorporar “dispositivos como las salas de consumo higiénico o el tratamiento de prescripción de heroína” (p. 94). En estos casos el Estado, sin medidas coercitivas o criminalizantes, ha podido fortalecer el control y el uso cuidadoso de sustancias, distanciándose de las consecuencias que otros países han experimentado, en donde la prohibición solo ha aislado y oscurecido el fenómeno, perdiendo la accesibilidad de los agentes gubernamentales para tratarlo. Este efecto prohibicionista encuadra, como se dijo anteriormente, a los consumidores en el marco de la ilegalidad y, por lo tanto, de la criminalidad, reduciendo aún más las posibilidades de que estos puedan exponer su problema y pedir ayuda, alejándolos finalmente de los recursos que podrían asistirlos en su situación problemática (Calvet, 2002).

Así, la reducción de daños tiene alcances tanto individuales como sociales. Distintas organizaciones han intentado llegar a una definición de esta metodología que englobe las aristas recién dichas. Para efectos de esta investigación, la reducción de daños se comprenderá desde la definición de distintos autores/organizaciones. Por un lado, la International Harm Reduction Association [Asociación Internacional de Reducción de Daños] define a la reducción de daños a través de “las políticas y programas que intentan principalmente reducir las consecuencias de salud, sociales, y económicas adversas de las sustancias alteradoras del humor de los consumidores de drogas, sus familias y comunidades” (Buning *et al.*, 2004, p. 39). Por otro lado, Markez (2002) la conceptualiza como “una aproximación más humana, orientada socialmente y sobre todo más eficiente, donde el primer interés es proteger la salud de los usuarios y mejorar la realidad psicosocial” (p. 139). Milanese (2015) define esta metodología partiendo del objetivo final de la misma; la reducción de daños “es hacer que las condiciones de las personas no empeoren [...], persigue el mejoramiento de las condiciones de vida para que una persona pueda participar satisfactoriamente en la vida social” (p. 9), haciendo hincapié en que es un modelo

que busca prevenir, tratar y reinsertar a los consumidores. Milanese dice tajantemente que la reducción de daños es “un conjunto de estrategias e intervenciones integrales con enfoque de derechos humanos, dirigidas a la disminución de riesgos y consecuencias adversas del consumo de sustancias psicoactivas para mejorar la calidad de vida de diferentes grupos poblacionales, de acuerdo a su realidad y necesidad” (p. 10). La Red Chilena de Reducción de Daños entiende, a su vez, que este modelo se constituye de “toda acción individual y colectiva, médica o social, destinada a minimizar los efectos negativos del consumo de droga, prácticas sexuales riesgosas y violencia en las condiciones jurídicas y culturales” (2010, p. 8).

Para terminar, y de manera muy sucinta, Chacón y colaboradores (2018) definen la reducción de daños como “*un conjunto de estrategias e ideas prácticas destinadas a reducir las consecuencias negativas asociadas a las conductas de riesgo en las personas*” (p. 29).

Fenomenología-Existencial: Caracterización Metodológica

Continuemos ahora con la profundización del segundo enfoque enunciado y que muestra complementariedad con el de Reducción de Daños: el modelo Fenomenológico-Existencial. Este modelo tiene asentadas sus raíces en los planteamientos construidos a partir de un método filosófico que pretendía ser más tarde extrapolado a las ciencias naturales: hablamos aquí del método fenomenológico. El método fenomenológico alcanzó popularidad gracias al filósofo y matemático Edmund Husserl quien reordenó y operacionalizó de forma sistemática y coherente algunas ideas que provenían de su profesor y referente académico Franz Brentano. Las ideas que se recogieron de Brentano estaban relacionadas al funcionamiento y dinamismo de la conciencia, y la percepción y representación de las imágenes en la psique (Lambert, 2006; León, 2009). Con este método, Husserl buscó además solucionar el problema que en ese entonces —hablamos aquí de las primeras décadas del siglo XX— se divisaba mayormente en las ciencias positivistas; a saber, si la ciencia se encontraba facultada para acceder y describir de forma fidedigna ciertos objetos científicos, primordialmente las experiencias subjetivas de las personas (Sassenfeld & Moncada, 2006). La mirada que mantenía el positivismo científico de aquella época suponía una exclusión radical de estas experiencias, incluso sin ser consideradas como constitutivas en los procesos de investigación y producción científica. Las peculiaridades y detalles de las vivencias subjetivas quedaban abruptamente zanjadas con los métodos científicos clásicos, neutralizándolas y despojando a estas experiencias de su valor más importante: la subjetividad. Husserl, por lo tanto, quiso construir un método filosófico que permitiera incluir y rescatar de forma válida para las ciencias estas dimensiones individuales que se encontraban irremediadamente presentes en la observación científica y posterior construcción de teorías, a la vez que visualizaba una herramienta adecuada y fehaciente para las investiga-

ciones ulteriores que se harían dentro de esta área en las ciencias sociales y humanas.

Partiendo de esta base, este enfoque buscó posicionar y revalidar a la experiencia subjetiva como fuente primordial de información en las investigaciones, pues, como parafrasea Sassenfeld y Moncada (2006), “todo cuanto sabemos del mundo y del ser humano lo conocemos mediante nuestra experiencia” (p. 95); en otras palabras, el mundo es percibido según la experiencia de quien percibe. En este sentido, Husserl trae devuelta al escenario científico a la individualidad de la persona: el observador y sus particularidades personales irremediadamente se ven involucradas en las conclusiones que puedan generarse producto de una investigación científica, ya que la percepción y las vivencias que de ella provienen son inherentes, inmediatas, y constituyen el primer acercamiento sobre el objeto percibido, lejos de las posteriores abstracciones mentales. Siguiendo a Sassenfeld y Moncada (2006), Husserl “deseaba alcanzar una comprensión exacta del ámbito de la experiencia que existe con anterioridad al mundo abstracto descrito por la ciencia, el mundo de la vida” (p. 96). Esto deseaba realizarlo a través de la aceptación del observador científico como incidente de su mismo quehacer y de los resultados que en este trabajo devengan, no como un observador externo que no se ve involucrado en este proceso. Husserl desarrolla con esto un primer intento por rescatar la subjetividad e individualidad del observador en las ciencias humanas.

Como se dijo anteriormente, Edmund Husserl anhela comprender de manera exacta los fenómenos de la vida o “tal como actualmente se muestran a la conciencia de quien los experimenta y observa” (Sassenfeld & Moncada, 2006, p. 96), con precisa descripción de lo que es observado, en especial los fenómenos psicológicos. A estos fenómenos de la vida Husserl los llama “vivencias intencionales” o “vivencias subjetivas” (Husserl, 2006).

Husserl cree que, en primerísimo lugar, la conciencia —como aparato indiscutible de acceso a la información perceptible— solo puede aprehender la realidad en base a los fenómenos que la constituyen. Por fenómenos entiende que son “la forma específica en que el objeto de estudio se presenta a sí mismo de modo inmediato a la conciencia del observador” (Sassenfeld & Moncada, 2006, p. 95). Esto supone, por un lado, una realidad que es accesible en cuanto a la forma en que se presentan a la conciencia estos hechos, desechando rápidamente la idea de una realidad objetiva que existe por sí misma: la realidad es realidad en tanto es percibida y representada, y el modo en que es representada es el modo en que a la conciencia se le muestran dichos hechos. Por lo tanto, no existe una verdad última que reemplace a la realidad subjetiva percibida por el observador, mas no supone la radicalidad de la inexistencia del mundo, ya que este, si bien no es accesible de manera objetiva, se presenta con anterioridad al ejercicio fenomenológico y es inteligible en tanto campo fenoménico perceptible (Husserl, 1962)

Edmund Husserl define a la fenomenología como un “*análisis descriptivo de las vivencias subjetivas*” (Lam-

bert, 2006, p. 13), refiriendo este análisis como exclusivo:

A las vivencias aprehensibles y analizables en la intuición, con pura universalidad de esencia, y no a las vivencias aperechadas empíricamente, como hechos reales, como vivencias de hombres o animales vivientes en el mundo aparente y dado como hecho de experiencia. (Husserl, 2006, p. 216).

Esto supone un “*intento sostenido por superar o trascender la dicotomización categórica entre sujeto y objeto*” (Sassenfeld & Moncada, 2006, p. 94), dada la ingenuidad que Husserl veía en las ciencias, las cuales poseían una mirada ilusamente separatista del proceso científico. Aquella ingenuidad característica del positivismo científico es llamada por el autor como *actitud natural* o “*la creencia cotidiana en la efectividad de la separación entre sujeto y objeto, que incluye la suposición de que existe una realidad objetiva independiente de quien la percibe y la estudia*” (Sassenfeld & Moncada, 2006, p. 94). Dicha actitud supone una especie de conformismo para con la realidad y los objetos que la componen, pues se asumen como naturales u obvios, desconociendo la implicancia perceptiva del observador en la misma, perdiendo posibilidad de pensarlos crítica e históricamente.

Como una respuesta ante la actitud natural, Husserl propone una nueva forma de posicionarse frente a la realidad, que reposa en la reflexión y en la crítica analítica de la misma: la actitud fenomenológica (León, 2009). Esta actitud es alcanzable a través de la aplicación disciplinada del método fenomenológico y posibilita una mirada aislada de la realidad o del objeto del que se es consciente. Se fundamenta principalmente en la práctica de la epojé (del griego “suspensión”), que consiste, según las mismas palabras del filósofo, en colocar entre paréntesis los prejuicios relacionados al objeto: “Colocamos entre paréntesis todas y cada una de las cosas abarcadas en sentido óptico por esa tesis, así, pues, este mundo natural entero” (Husserl, 1962, p. 73), cerrando “*completamente todo juicio sobre existencias en el espacio y en el tiempo*” (Husserl, 1962, p. 73), sin negar con ello el mundo del que es objeto este análisis fenomenológico, pues este solo queda *suspendido*. Sin duda, es la epojé la que caracteriza al método fenomenológico, pues gracias a este *movimiento* de la conciencia es que alcanza a percibir al fenómeno mostrándose a sí mismo tal cual es. Spinelli (2005), décadas después y en el contexto de la psicoterapia existencial, la definiría como una regla de aproximación a las personas en terapia, que consiste en “suspender nuestras expectativas y aseveraciones; en corto, poner entre paréntesis todo esto temporalmente, y tan lejos como podamos, para así enfocarnos en la información primaria e inmediata de nuestra experiencia” (p. 20, trad. propia).

Esta puesta *entre paréntesis* a la que es intencionada la conciencia permite que la misma no sea interferida —en el proceso fenomenológico descriptivo y reductivo— por otras ideas, imágenes, figuras mentales, etc., manteniéndose diáfana y analítica al momento de

encontrarse con las cosas; presta al momento en que las cosas se muestren en y por sí mismas (Leon, 2006; Sassenfeld & Moncada, 2006).

Fenomenología-Existencial: Dasein

Más tarde, Martin Heidegger vería principalmente en la fenomenología de Husserl, su maestro, dos problemáticas fundamentales en las que la teoría fenomenológica estaba atrapada. La primera surge cuando Husserl, en su afán de trascender la dualidad epistemológica del sujeto y el objeto, termina generando una teoría que incentiva justamente aquella dualidad, pues su método sigue suponiendo la existencia de “un sujeto ‘dentro’ y una realidad ‘fuera’ donde hay que determinar la forma en que se produce el ‘puente’ entre ambos” (Lambert, 2006, p. 32). El segundo problema que divisa Heidegger en Husserl es el distanciamiento científico y poco compromiso con la realidad que posee su fenomenología: Heidegger propone que, más que en un movimiento analítico, la fenomenología debería basar su método en un movimiento comprensivo-interpretativo sobre la realidad (hermenéutico). Tal como señala León (2006), la fenomenología heideggeriana es una aproximación a un mundo en que no

(...) se está libre de prejuicios ni puede considerarse una descripción neutral y transparente de lo real, ni la propia conciencia de un imparcial. La fenomenología no ha de partir de la ‘intuición’ si esta intuición se entiende como intuición de objetos, sino del entender (p. 3).

Así, Heidegger se aleja de la visión esencialista y cognitiva de Husserl, en tanto abandona el plano trascendental y metafísico en el que cae su maestro, y posiciona sus estudios en la vida misma, en la cotidianidad y factualidad de las cosas. Rechaza de esta manera una filosofía de los objetos y categorías y dirige su pregunta hacia el ser.

En relación a su visión antropológica de los sujetos, cuando Heidegger se pregunta por el ser humano, su respuesta es nombrarlo y definirlo a través de la palabra *Dasein*. Esta palabra, mezcla de otras dos —*da* (*ser*) y *sein* (*ahí*)—, es traducida literalmente al español como *ser-ahí*, y refiere principalmente a que i) el ser humano es *eyectado* al mundo, arrojado, lo que implica en primera instancia que este no tuvo decisión en su advenimiento hacia el mundo; ii) el ser humano, en tanto arrojado al mundo, siempre está *en* algo, lo que implica un siempre *estar relacionándose* con o hacia algo, y iii) este *ahí* (del *ser-ahí*) es con lo que se relaciona primordialmente, el cual refleja su posición de *situación*, en cuanto está siempre posicionado y localizado en un contexto (Vattimo, 1998). Además, este *ahí* del *ser* refiere también al tiempo y a que el ser humano o *dasein* se encuentra en el espacio —situado— debido al tiempo. El tiempo entrega aquí lo que Heidegger llamó *horizontalidad*, concepto que será entendido como la posibilidad del ser de proyectarse en el futuro, la posibilidad de *poder ser*, siendo esta la primera de las posibilidades para el ser humano, el poder ser-en-el-mundo (van Deurzen, 2005).

La idea de pensar al ser-ahí como proyecto en el tiempo obliga también a mirar la condición existencial finita en la que se encuentra el ser humano (*Dasein*): la otra e inevitable posibilidad de ser del *Dasein* es ser-para-la-muerte (Ahumada, 2011). Ante esto, Heidegger se refiere al *dasein* también como *existencia* —la existencia humana misma—. La palabra *existere*, de la que proviene existencia, quiere decir literalmente *estar hacia afuera*, o lo que es lo mismo, *estar-en-el-mundo*, inevitablemente eyectado, arrojado también en el tiempo (May, 1958). El existir es una forma de ser que es únicamente del *Dasein*, pues es la única forma de ser que se encuentra situada, siempre inmersa en un contexto, inevitablemente *siendo posibilidad* (Estrada, 2005).

El *Dasein*, en tanto es existencia hacia fuera en el mundo, arrojado, tiene también la posibilidad de volcarse sobre sí mismo y mirarse *situado*: el ser-ahí (*Dasein*) es el único ente que se pregunta por el ser; si hay pregunta por el ser es porque hay ser humano (*Dasein*) (Sassenfeld, 2016). Dentro de esta pregunta por el ser, el *Dasein* reconoce su finitud y que el tiempo supone una limitante de la que necesita hacerse cargo. Sassenfeld (2016) dice que existir “*no se trata de algo que se pueda detener o dejar de hacer para reanudar con posterioridad. En el plano pre-reflexivo, existir equivale a estar siempre ya aquí*” (p. 127) y, por lo tanto, la existencia es algo que debe afrontarse o mantenerse continuamente.

Ahora bien, el *Dasein* como posibilidad, como proyecto arrojado en el mundo, con temporalidad y horizontalidad, eyectado en esto hacia la muerte, consciente de su finitud, existente, anhela dar significado —o Sentido, diría Heidegger— a su existencia. Sin embargo, este sentido no lo busca en tanto cognición o aprehensión categórica de los objetos del mundo, ya que su meta no es depurar y llegar a la esencia de las cosas mismas (Sassenfeld, 2016). El *Dasein* se aproxima al mundo a través de la comprensión, y este es el modo en que se relaciona con el mundo en primerísima instancia; comprende como una forma de buscar y crear significatividad (Sentido) en el mundo y para el mundo y, paralelamente, para sí mismo (León, 2009; Sassenfeld, 2016). El concepto de comprensión confirmaría nuevamente la visión subjetivista que adopta más tarde el movimiento existencial filosófico y psicológico, en la medida que Heidegger desecha todo objetivismo y replantea su concepto de realidad fenomenológica.

Entonces, la comprensión es la forma de ser del *Dasein*; es “*cómo*” el ser humano (*Dasein*) se relaciona con el mundo. Según Sassenfeld (2016), la comprensión en Heidegger no se entiende como un ejercicio cognitivo, sino como un ejercicio experiencial y relacional: “*La comprensión no es, en primer lugar, una actividad psíquica interna, sino más bien una de aquellas experiencias centrales que une de forma indisoluble al individuo con el mundo*” (p. 127). León (2006) entiende, por otro lado, que el comprender o la comprensión de, por ej., un asunto o cosa determinada, se desarrolla, según Heidegger, “*mediante la comparación de lo que se necesita entender con algo que ya se conoce*” (p. 8), esto es, el ejercicio de entender el

mundo utilizando significados o conceptos que ya se encontraban en este mucho antes de ser eyectados —estar vivos—. Sassenfeld (2016) afirma sobre esto que “*el ser humano no habita un mundo carente de significado y sentido que lo antecede y que posteriormente es rellenado de significados —el mundo que habita es siempre ya un mundo y un lugar de significaciones—*” (p. 127). El ser, entonces, está arrojado en el mundo y también arrojado inevitablemente al significado (Sentido).

La comprensión, además, no es una acción que se ejecuta diferenciadamente de otras acciones, como por ejemplo comer o correr. La comprensión es una forma, un *cómo* del *Dasein* mismo, es la manera natural del *Dasein* de desenvolverse en el mundo. Sassenfeld (2016) dice sobre esto, refiriéndose a Heidegger, que “*la existencia humana no puede entenderse como una modalidad o característica sobrepuesta al individuo o como actividad que se lleva a cabo —más bien, lo hermenéutico define al individuo como ser humano—*” (p. 128).

En suma, y para terminar este apartado, la fenomenología aplicada al ser humano, expone desde éste ciertas características que más tarde atenderá el modelo Fenomenológico Existencial, y que servirán de puente con el modelo de Reducción de Daños. El *Dasein* puede ser expresado como el ser humano arrojado y relacionado continua, inevitable y comprensivamente en y con el mundo; mundo en el cual encuentra sus propias posibilidades de ser en la medida que también es consciente de sí mismo y de estas posibilidades; y en esta consciencia además es también consciente de su finitud y situación en dicho mundo. Esta finitud, la existencia, es *comprendida* en la medida que adopta un *sentido* (Significado) a su condición de proyecto. De aquí se desprende su visión acerca de la fenomenología como una aproximación epistemológica a la realidad, basada en la comprensión y en la imposibilidad de abstraerse del mundo como en otro momento lo hubiese planteado su maestro Husserl.

Ahora bien, y como se mencionaba anteriormente, la concepción del ser humano expresada por Heidegger será fundamental para pensar y construir la visión antropológica que planteará y abordará más tarde la Fenomenología-Existencial (Cooper, 2003; May, 1958; van Deurzen, 2005; Sassenfeld & Moncada, 2006; Spinelli, 2005; Yalom, 1984). No es de extrañarse que muchos de los conceptos —o derivaciones de los mismos— sean nuevamente hallados en ideas y teorías relativas a la psicoterapia existencial.

La visión fenomenológica de la epojé husserliana (o por lo menos la intención de suspender los juicios) y el *Dasein* o ser-ahí heideggeriano influenciarán directamente en la construcción de los primeros intentos realizados por la psicología por operacionalizar metódicamente una terapia que aproxime la consciencia del paciente hacia su existir y el modo en que este existe en su propio mundo (Cooper, 2003).

La libertad, el sentido, la responsabilidad, la angustia, la muerte, los valores, entre otros, tomarán cuerpo a la luz de esta aproximación epistemológica y antropológica, que buscará reivindicar el lugar del consumidor problemático de sustancias y su propia visión subjetiva

va; de hacer válida su experiencia como una fuente de aprendizaje y diálogo, y no como un síntoma a etiquetar y anular.

Puentes entre la Reducción de Daños y la Fenomenología Existencial.

Una vez revisados estos dos modelos, se revisarán ahora algunos de los puntos comunes entre ambos, con el fin de demostrar su aplicabilidad en la praxis misma de los tratamientos que están orientados al problema del consumo de sustancias psicoactivas.

I. Horizontalidad en la relación terapéutica:

Como se pudo apreciar en los apartados anteriores, el modelo de reducción de daños muestra una aproximación a la persona con problemas de consumo, en la cual esta, si bien presenta una dificultad, tiene la posibilidad de enunciar su experiencia en torno a la misma y participar activamente de la construcción de su propio proceso. Lo anterior se vuelve complejo pensado desde un modelo biomédico, sobre todo considerando que la persona, en su calidad de "enfermo" se ha visto entorpecido para tomar decisiones en relación a su consumo (Zapata & Jaramillo, 2019), y que es más bien el terapeuta experto quien tiene mayor conocimiento sobre cómo debería llevarse adelante el tratamiento, suponiendo incluso mayor comprensión de la experiencia en primera persona que tiene el paciente. O sea, al terapeuta no le basta ser experto en su propia área de conocimiento, sino también proclama ser experto en el área de conocimiento de otros. Así, el enfermo, en un rol de ínfima participación, recibe y acata pasivamente las indicaciones del terapeuta, anulando su propia experiencia y entregándose a una dinámica basada en la verticalidad, donde el terapeuta en una posición superior impone sobre el paciente, en una posición inferior, su verdad científica.

Ahora bien, la posibilidad de desarrollar una alternativa a esta verticalización de la relación terapéutica no surge sino sobre la base de una relación respetuosa y considerada, donde el otro pueda tener un espacio de escucha y de habla (Tatarsky & Marlatt, 2010). En este sentido, la fenomenología existencial es un aporte sólido en esa línea en tanto propone, más allá de una técnica o una estrategia de intervención, una actitud por parte del terapeuta que invita al otro a participar dentro del proceso, desarrollando sus experiencias y relatos como un sustrato no sólo necesario para el diagnóstico o proceso terapéutico que se lleva a cabo, sino como una activación de la participación del paciente dentro de su mismo proceso. De esta forma, el paciente puede construir en conjunto con el terapeuta la manera en que se construirá el camino, generando una horizontalidad en la relación, que por lo demás es necesaria para un vínculo que sostenga el acompañamiento desde una mirada compasiva y comprensiva, y no sólo de una mirada directiva y punitiva. De allí que la epojé, por ejemplo, se vuelva una herramienta tan valiosa para quienes decidan llevar adelante un acompañamiento de reducción de daños.

II. El Terapeuta como Persona:

En la misma línea de lo anterior, la posibilidad de volver horizontal la relación terapéutica no sólo tiene efectos en la ascensión del rol del paciente hacia la activación y participación; también el terapeuta se ve afectado por esta situación, y desde esta mirada, de manera positiva. En los modelos clásicos de intervención sobre drogodependencia, el terapeuta adopta una posición de ambivalencia notable, en tanto se responsabiliza de las indicaciones y efectos positivos que tiene el tratamiento, pero al mismo tiempo se desliga de cualquier efecto negativo que pudieron tener sus indicaciones, alegando que estos efectos son ahora exclusiva responsabilidad del paciente. Esto genera un gran resentimiento en las personas con estos problemas de consumo, pues se sienten culpables, además de desamparados en el acompañamiento (Yalom, 1984).

Desde la reducción de daños, la posición que toma el terapeuta en la medida que adopta una actitud fenomenológica es también la de una participación completa dentro de la relación terapéutica. El terapeuta no sólo tiene la posibilidad de construir conjuntamente el proceso con la persona, sino de visibilizar una condición que por ciertas circunstancias se ha perdido en las sociedades actuales, quizás por ideales de individualidad y autonomía: la relación es la que sana. El terapeuta es también aquí una persona que comete errores, que es humano, y cuya apreciación del problema es también en base a los insumos que el paciente trae. La posibilidad de incluir al terapeuta, de quitarle esa omnipotencia, ayuda a repartir el poder y también las responsabilidades al paciente, y así generar mayor agencia e involucramiento en su propio proceso.

May (1963) refiriéndose a la terapia existencial, también apuntaba a algo parecido:

No se trata de un sistema de terapia, sino de una actitud hacia la terapia, no de un conjunto de nuevas técnicas, sino de una preocupación por comprender la estructura del ser humano y su experiencia, las cuales deben subyacer en toda técnica. Por ello, tiene sentido decir — siempre que no se interprete mal— que todo psicoterapeuta es existencial en la medida en que resulta un buen terapeuta, o sea, que es capaz de aprehender al paciente en su realidad (p. 18).

III. La Co-Construcción de Significados:

Siguiendo con lo planteado en los puntos anteriores, la caída de la omnipotencia del terapeuta que trata este tipo de problemas, entrega la posibilidad de construir conjuntamente los distintos significados y matices que existen alrededor de las sustancias y el consumo problemático de estas. Los tratamientos tradicionales tienen por lo general una mirada bastante estereotipada sobre estos significados, incluso muchos de ellos soslayándolos, y prefiriendo rehuir la etapa más exploratoria de este asunto para avanzar rápidamente a cuestiones prácticas y ejecutivas (Tatarsky & Marlatt, 2010). Además, estos significados estereotipados son

en general de índole biologicista o incluso orientados hacia lo legal/moral (Tatarsky, 2002).

Lo cierto es que una mayor comprensión de estos posibilita también una mayor apropiación de las experiencias asociadas al consumo, y así de responsabilizarse del proceso terapéutico (Martínez, 2015). Las categorías médicas son un aporte aquí, pero solo como una orientación, incluso preliminar. La capacidad de explorar la relación que se tiene con el consumo, el por qué, el cuándo, el cómo se hace, y también los para qué -o sea, la funcionalidad que tiene para estas personas-, hace posible no solo ayudar a definir o dar más conciencia a este problema en el paciente, sino además entregar un relato contundente, con datos útiles para el terapeuta, y de acompañar en la ansiedad que pueda generar este entendimiento del paciente, muchas veces adormecido por las mismas sustancias (Martínez, 2015). En ese sentido, la reducción de daños entrega el espacio -la relación terapéutica- y el tiempo necesario para esa exploración, en tanto su meta no necesariamente tiene una caducidad predefinida; y la fenomenología existencial, aparte de posicionar al terapeuta en un lugar desprejuiciado -que quita relevancia momentánea a las categorías que clásicamente se usan en estos casos-, aporta con otros conceptos que son cotidianos y cercanos a las personas, rescatando así un lenguaje más acorde a las experiencias de las personas con este problema. Por ejemplo, pensar en qué *sentido* tiene el consumo, en los vacíos existenciales que se "rellenan" con la sustancia, en cómo restringe o amplía la libertad, o incluso cómo construir un consumo responsable de dicha sustancia, se aleja del lugar castigador y determinista que tienen las explicaciones biológicas-químicas o legales-morales del mismo. Cabe destacar, para evitar confusiones, que el hecho de quitar estas categorías clásicas que se relacionan en parte con la categoría de enfermedad no sustrae de estas experiencias problemáticas justamente la gravedad, intensidad o dificultad que pueda traer el consumo. La diferencia aquí es que en la reducción de daños y fenomenología existencial, el problema se construye sentidamente, mientras que en los tratamientos tradicionales, viene preconstruido y prácticamente se impone. Referido a lo anterior, Spinelli (2006) señalaba sobre la terapia existencial:

El objetivo último de la psicoterapia existencial es ofrecer los significados a la persona para ser examinados, confrontados, clarificados y reafirmados en el entendimiento de la vida, en los problemas que encontramos a través de la vida y en los límites impuestos sobre las posibilidades inherentes del ser-en-el-mundo (p. 312, trad. propia).

IV. La Co-Construcción de Objetivos Terapéuticos:

A propósito de los significados en torno al consumo comentados en el punto anterior, los tratamientos tradicionales sostienen en general metas que son rígidas, y que no tienen mayor variación, transformándose estas en condiciones a mantener, para poder permanecer incluso en el tratamiento, como por ejemplo,

en los tratamientos basados en la abstinencia (Tatarsky, 2002). En estos tratamientos el objetivo primero y último es mantener la abstinencia, y de no ser así se producen mecanismos de exclusión que van desde lo más institucional del tratamiento y de quienes lo imparten, hasta la discriminación de pares que observan estas conductas fuera de la "norma" y rechazan al paciente. Además, no existe variación en la construcción de estos objetivos dependiendo del tipo de consumo o el tipo de sustancia que es parte del problema: todos se homogenizan en la condición y meta de la abstinencia. Esto puede ser relativamente perjudicial en la participación que tenga el paciente de su propio tratamiento, considerando que este tipo de procesos conlleva necesariamente recaídas, asociadas siempre a la incertidumbre de la contingencia. Ya el psicólogo mexicano Yaqui Martínez mencionaba, sobre el devenir del ser humano: "estamos siempre en proceso de ser algo distinto de lo que estamos siendo ahora; somos principalmente dinámicos, autorreflexivos y cambiantes" (2012, p.182). Es por esto que, frente a esta nueva forma de imposición en que resultan los tratamientos de abstinencia, la reducción de daños surge como una alternativa que, al igual que con la exploración de significados en el punto anterior, da la oportunidad de repensar e individualizar -o personalizar- el proceso terapéutico en este tipo de problemáticas asociadas al consumo, pues *siempre estamos abiertos al cambio*: de decidir conjuntamente cuáles son los objetivos más cercanos y alcanzables para una persona que desea sacar de sí una conducta que se ha vuelto habitual y conocida en su cotidianidad; una conducta que en general ha sido hasta ese momento una de las pocas certezas frente a un mundo acechado por la incertidumbre. Por lo mismo, esto puede requerir (o no) de un proceso gradual de desapego y distancia de la misma, para transitar hacia otras posibilidades de ser. Aun así, no olvidemos que la abstinencia puede ser también una opción en esta misma línea de la reducción de daños. Al igual que en el punto anterior, la diferencia es que esta abstinencia se asume como compromiso voluntario, y no como una obligación institucional o autoritaria. Este compromiso claramente va asociado a una reapropiación de la libertad con que se vive el proceso, así como la posibilidad de tomar decisiones divergentes que puedan encausarse a una mayor responsabilidad para con el tratamiento y el cuidado de sí mismo.

Conclusión

Como se pudo observar, existen variados puntos de encuentro entre los enfoques que han sido expuestos a lo largo de este artículo. Casi todos estos puntos se sostienen en la posibilidad de dar mayor chance al paciente de participar en ciertas cuestiones relacionadas a su propio tratamiento. Cuestiones que en general son impensadas bajo otros abordajes, los cuales se han sostenido en visiones antropológicas que niegan la voluntad y acción de estas personas, y también de visiones epistemológicas que son idóneas para los terapeutas -pero no para los pacientes-, permitiéndoles restarse convenientemente de la responsabilidad que conlleva un acompañamiento de estas caracterís-

ticas. La fenomenología existencial y la reducción de daños demuestran poseer fundamentos suficientes para tener una aproximación de estas problemáticas que sea deferente e inclusiva con ambas partes de la relación terapéutica; permiten desmitificar además la visión de enfermos que tienen las personas y de devolverles libertad y posibilidades al encuentro con sus propios significados; facilitan alejarse además de una visión moralista y biomédica de la dependencia a estas sustancias, las cuales tienden a ser peyorativas y despectivas.

Quizás con qué preguntas y respuestas podrán encontrarse terapeuta y paciente si es que se permiten correr si quiera un poco ese velo que es sepultado por categorías y juicios a priori. Quizás qué significados y familiaridad habrá en esas conductas problemáticas que sostienen o sostuvieron a estas personas en los peores momentos de su vida.

Referencias

Ahumada, M. (2011). Del ser-para-la-muerte al ser-para-el-inicio: Martin Heidegger y Hannah Arendt. *Factórum*, 7, 8-13. https://kipdf.com/del-ser-para-la-muerte-al-ser-para-el-inicio-martin-heidegger-y-hannah-arendt_5aee97567f8b9ad64f8b4600.html

American Psychological Association [APA]. (2014). Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)

Avello, M., Pastene, E., Fernández, P. & Córdova, P. (2017). Potencial uso terapéutico de cannabis. *Revista Médica de Chile*, 145 (3), 360-367. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872017000300010>

Barletta, M. (2020). *Utilización Terapéutica de los Opioides: Consideraciones éticas, médicas y legales*. (Trabajo para optar por el grado de Medicina, Universidad de Santiago de Compostela). https://minerva.usc.es/xmlui/bitstream/handle/10347/24540/2/020_TFG_Medicina_Barletta_Uso_terapeutico.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Bohart, A. (2000). The Client Is the Most Important Common Factor: Clients' Self-Healing Capacities and Psychotherapy. *Journal of Psychotherapy*. Plenum Publishing Corporation. 10 (2), 127-149. Recuperado de <https://doi.org/10.1023/A:1009444132104>

Britton, P., Cavell, T., Faris, A., Fishburne, J. (2009). Examining Motivational Interviewing from a Client Agency Perspective. *Journal of Clinical Psychology*. Wiley Periodicals, 65 (9), 955-970. <https://doi.org/10.1002/jclp.20599>

Buning, E., Gorgulho, M., Glória, A., O'Hare, P. & Peyraube, R. (2004). *Alcohol y Reducción del Daño: un enfoque innovador para países en transición*. ICAHRE.

Calvet, G. (2002). El paradigma de la Reducción de Riesgos: Hacia una nueva política sobre drogas. *Eguzkilore*, 16, 93-103. Recuperado de <https://www.ehu.eus/documents/1736829/2174324/Eguzkilore+16%289%29%20CALVET.pdf>

Castro, A. & Chacón, G. (2011). *Psicología Clínica. Fundamentos Existenciales*. Ediciones de la U.

Chacón, S., Egenau, P., Hoyos, R., Lazo, C., Muñoz, I., Orrego C. & Vöhringer, C. (2018). *Enfoque de Reducción de daños: Manual para el usuario*. Fundación Hogar de Cristo.

Coleman, R. & Neimeyer, R. (2015). *Assesment of Subjective Client Agency*. *Journal of Constructive Psychology*, 28 (1), 1-23. Recuperado de <https://doi.org/10.1080/10720537.2014.939791>

Cooper, M. (2003). *Existential Therapies*. SAGE Publications.

Cortaza, L. & Villar, M. (2008). Surge en mi otra mujer: Significados del consumo de alcohol en mujeres mexicanas. *Escuela Anna Nery Revista de Enfermería*, 12 (4), 693-698. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1277/127715323013.pdf>

Coullaut-Valera, R., Arbaiza-Díaz del Río, I., de Arrúe-Ruiloba, R., Coullat-Valera, J. & Bajo-Bretón, R. (2011). Deterioro cognitivo asociado al consumo de diferentes sustancias psicoactivas. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 39 (3), 168-173. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-88873>

Díaz-Heredia, L. & Muñoz-Sánchez, A. (2013). Spirituality and low-risk consumption of alcohol in young adults. *Revista Investigación y Educación en Enfermería*, 32 (2), 287-294. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105228089015>

Engs, R. (1981). Responsibility and Alcohol. *Health Education*, January/February, 20-22. Recuperado de <http://hdl.handle.net/2022/17461>

Estrada, A. (2005). Heidegger y su concepto de mundo. *Ratio Juris*, 3, 124-134. Recuperado de <https://doi.org/10.24142/raju.v1n3a8>

Fundación Paz Ciudadana (2004). *Políticas y Programas de Prevención y Control de Drogas en Chile*. Recuperado de http://www.pazciudadana.cl/wp-content/uploads/2013/07/2004-01-02_Pol%C3%83%C2%ADticas-y-programas-de-prevenci%C3%83%C2%B3n-y-control-de-drogas-en-Chile.pdf

García-Moreno, L., Expósito, J., Sanhueza, C. & Gil, S. (2009). Rendimiento Cognitivo y Consumo de Alcohol Durante los Fines de Semana en Mujeres Adolescentes. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 9 (1), 75-91. Recuperado de <http://revistaneurociencias.com/index.php/RNNN/article/view/371/311>

Gerwood, J. (1998). The Existential Vacuum in treating substance-related disorders. *Psychological Reports*, 83, 1394.

Grill, K. & Nihlén, J. (2012). Responsibility, Paternalism and Alcohol Interlocks. *Public Health Ethics*, 5 (2), 116-127. Recuperado de <https://doi.org/10.1093/phe/phs015>

Husserl, E. (1962). *Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica*. Fondo de Cultura Económica.

Husserl, E. (2006). *Investigaciones Lógicas*, 1. Alianza Editorial.

Kuhar, M. (2016). *El Cerebro Adicto*. UC.

Lambert, C. (2006). *Mundo y Existencia*. Brickle.

Länge, A. (2008). *Vivir con sentido*. Lumen.

Larimer, M., Marlatt, A. & Palmer, R. (1999). Relapse Prevention: An Overview of Marlatt's Cognitive-Behavioral Model. *Alcohol Research & Health*, 23 (2), 151-160. Recuperado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10890810/>

León, E. (2009). El giro hermenéutico de la fenomenología en Martín Heidegger. *Polis*, 22, 1-14. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682009000100016>

Martínez, E. (2015). *Logoterapia: Una alternativa ante la frustración existencial y las adicciones*. CAA.

Martínez, Y. (2012). *Terapia Existencial. Teoría y Práctica Relacional para un Mundo Post-Cartesiano. Volumen 1*. Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.

Markez, I. (2002). Aspectos sanitarios de la reducción de daños y riesgos en época de globalización. *Eguzkilore*, 16, 137 - 151.

Marlatt, A. (1996). Harm Reduction: Come As You Are. *Addictive Behaviors*, 21 (6), 779-788. Recuperado de [https://doi.org/10.1016/0306-4603\(96\)00042-1](https://doi.org/10.1016/0306-4603(96)00042-1)

May, R. (1958). *Existence*. Basic Books.

May, R. (1963). *Psicología Existencial*. Paidós.

Milanese, E. (2015). *Modelo de Reducción de Daños del consumo de sustancias psicoactivas*. IAFA.

Organización de los Estados Americanos [OEA] (2013). El problema de drogas en las Américas: Estudios. Recuperado de http://www.up.ac.pa/ftp/2010/ob_droga/documentos/problem_a.pdf

Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito [UNODC]. Situación mundial con respecto al uso indebido de drogas. Naciones Unidas.

Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito [UNODC] (2014). Los Tratados de fiscalización internacional de drogas. Naciones Unidas.

Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito [UNODC] (2022). Informe mundial sobre las drogas 2022. Naciones Unidas.

Páez-Zapata, E. & Posada, I. (2014). Significados al consumo de alcohol en habitantes de una comunidad rural. *Revista Ciencias de la Salud*, 13(1), 77-90. Recuperado de <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/3653>

Red Chilena de Reducción de Daños (2010). *Reducción de daños y drogas, declaraciones y orientaciones*. División de Organizaciones Sociales de Chile. Recuperado de: <http://docplayer.es/8310711-Reduccion-de-danos-y-drogas.html>

Romero, E. (2003). El Inquilino de lo Imaginario. Formas Malogradas de Existencia. Norte-Sur.

Rodríguez-Martos, A. (2002). Prevención de lesiones atribuibles al alcohol en el marco de una política de reducción de daños. *Trastornos Adictivos*, 4 (2), 95-108. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-prevencion-lesiones-atribuibles-al-alcohol-13030759>

Romani, O. (2013). Reducción de daños y control social: ¿De qué estamos hablando? En *Martínez, D. & Pallarés, J. (2013). De riesgos y placeres: Manual para entender las drogas (p. 103-116)*. Milenio.

Sassenfeld, A., & Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista de Psicología – Universidad de Chile*, 15 (1), 91-106. Recuperado de <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2006.17146>

Sassenfeld, A. (2016). *El espacio hermenéutico: Comprensión y espacialidad en la psicoterapia analítica intersubjetiva*. SODEPSI.

Schneider, K. & Krug, O. (2010). *Existential-Humanistic Therapy*. American Psychological Association.

Spinelli, E. (2005). *The Interpreted World*. Sage Publications.

Tatarsky, A. (2002). *Psicoterapia de Reducción de Daños: Un Nuevo Tratamiento para Problemas de Drogas y Alcohol*. Rowman & Littlefield Publishers.

Tatarsky, A., & Marlatt, G. A. (2010). State of the Art in Harm Reduction Psychotherapy: An Emerging Treatment for Substance Misuse. *Journal of clinical psychology*, 117-122. Recuperado de <https://doi.org/10.1002/jclp.20672>

Utrilla, P. (2000). Aspectos farmacológicos de las anfetaminas. *Ars Pharmaceutica*, 41 (1), 67-77. Universidad de Granada. Recuperado de <https://www.ugr.es/~ars/abstract/41-67-00.pdf>

van Deurzen (2005). *Dictionary of Existential Psychotherapy and Counselling*. Sage Publications.

van Deurzen, E. (2009). *Everyday Misteries*. Taylor & Francis.

Vattimo, G. (1998). *Introducción a Heidegger*. Gedisa

Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Heder.

Zapata, D. & Jaramillo, J. (2019). *Paradigma de reducción de daño: alternativa en el abordaje de Trastorno por Uso de Sustancias psicoactivas (TUS)*. (Artículo para la obtención de título de Especialista en intervenciones psicosociales para la reducción del consumo de sustancias psicoactivas,

Universidad Católica de Pereira). Recuperado de https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/5521/1/DDME_SPA11.pdf

Curriculum:

Psicólogo, Universidad Diego Portales. Magíster en Psicología Clínica de Adultos, mención Humanista-Existencial, Universidad de Chile. Diplomado en Psicoterapia Humanista-Existencial, Universidad de Chile. Diplomado en Arteterapia, Universidad de Chile. Docente de Psicología Humanista-Existencial en Universidad del Desarrollo, Universidad Gabriela Mistral y Universidad Finis Terrae, Chile. Docente de Ética Profesional en Universidad del Desarrollo. Experiencia en clínica particular con consumo problemático de sustancias psicoactivas, diagnósticos de psicosis, y otros cuadros psicológicos, además de larga trayectoria comunitaria en problemáticas de housing y personas en situación de calle.

Correo de contacto:

jorge.camus.ch@gmail.com

Fecha de entrega: 30/01/2023

Fecha de aceptación: 18/02/2023

Vulnerabilidade Humana e conflitos sociais: suas fontes

Emilio Romero
Joinville, Brasil

O homem é a mais frágil de todas as criaturas, apenas um caniço, mas um caniço pensante (Blaise Pascal, Art.6,347)

Faça um balanço de algumas formas de medo e de covardia que até hoje você já experimentou. Verá que não são poucas; algumas você atenua e dissimula; outras o dominam até a angústia e o desespero. (Max Nolden, 2009).

O ser humano é um ser vulnerável: mostra-se deficiente, sem defesa e aflito assim que se percebe sem recursos suficientes para enfrentar as dificuldades e obstáculos que impedem suas vias de trânsito ou se algum fator ameaça sua segurança. Nem sempre toma consciência de suas deficiências, chegando a exibir uma notória arrogância por seu suposto poder e por seus períodos de bonança. Isto sucede tanto nos indivíduos como nos grupos. Em períodos de prosperidade e conquistas as pessoas gostam de dar a impressão de que estão por cima das *contingências negativas* que os cercam, mas em épocas menos favoráveis percebem claramente que não basta uma boa dose de otimismo para neutralizar as ameaças que os acossam e angustiam.

As ameaças ao ser humano se têm multiplicado em todos os planos estas últimas décadas. Numa cartada política, alguns observadores chegaram a dizer que o fato de existir apenas um pólo de dominação mundial, sem a contraposição que implicava a existência da União Soviética, o mundo entraria numa etapa de maior tranquilidade. Nada disso aconteceu, pelo contrário surgiram problemas piores ainda. O campo de forças opostas é essencial para o movimento na direção de mudanças conforme a interesses diferentes e diversificados. Hoje estas forças opostas existem, mas dentro de um mesmo paradigma, ou dentro de variantes do mesmo paradigma, que é a chamada "economia empresarial e financeira", ou Capitalismo. Acabavam assim setenta anos de Guerra Fria entre duas superpotências.

Estes últimos vinte anos se impôs a ideia da Globalização da economia capitalista, que ficava sem oposição de um sistema socioeconômico diferente, como acontecia até então. Este fato teve graves consequências para a composição de forças sociais em todos os setores, mas especialmente para a classe assalariada, que ficou sem uma referência de apoio. As conquistas sociais desta classe logo foram reduzidas na maioria dos países, que sob a ameaça do desemprego terminam por baixar a cabeça. Os sindicatos perderam seu poder de barganha, de pressão e de mobilização, que são as manifestações

de um poder vigente. A partir de então as regras do jogo seriam impostas apenas por

Washington para o resto do mundo. Em aparência só havia agora um único poder hegemônico. Inclusive China reconhecia já que era preciso introduzir algumas formas de economia de mercado se queria acelerar seu desenvolvimento material. Em 1990 não era uma ameaça séria para USA; não ameaçava sua hegemonia. Contudo, as coisas não eram tão simples.

Havia surgido outra frente de competição material e cultural, e de guerra não declarada. China cresce no plano econômico em porcentagens entre 7 a 10 % por ano, o que os países capitalistas de Ocidente não conseguem. NO 2001 o extremismo islâmico estoura as duas Torres em Nova York, numa ação muito bem planejada e terrível. USA se empenha em outras frentes de guerra. Bush ordena atacar **Irak**, que pretendia impor seu Poder no mundo muçulmano. Irak é desmantelado. Arrassado.

Desde 2008 estoura nestes países um período de recessão relativa e de convulsões que em diferentes pontos do planeta.

Era preciso acabar com esse foco de resistência, foco que apelava a meios desesperados para minar de alguma forma o poder de um inimigo forte. A queda das Torres gêmeas desatou uma nova guerra no Oriente médio. Era o começo de uma terrível crise do mundo capitalista, cujas manifestações mais sombrias se deixam sentir especialmente nos chamados países ricos, mas que afeta também aos países pobres. Apenas para dar um exemplo: em esses países se duplicou o desemprego estes últimos doze meses, chegando a uma meia de 10% na Europa. Economias aparentemente em plena prosperidade, como a espanhola, se desmoronaram.

Este é um aspecto básico para situar-nos no devido contexto, mas é só um aspecto, há outros igualmente muito importantes, todos relacionados com a vulnerabilidade humana.

A vulnerabilidade se manifesta em todos os planos e emana de diversas fontes que condicionam a existência. Farei um breve sumário destas fontes.

Na esfera biológica o homem está sujeito a todo tipo de doenças, muitas delas ainda incuráveis; o que é, pior não param de aparecer doenças não detectadas ou simplesmente não existentes até então, como acontece com a Aids. Há mais de 50 milhões de indivíduos aidéticos e cada dia aumentam alguns milhares, especialmente em países pobres, como Índia e as nações africanas. Com o aumento da longevidade nos países prósperos e nos em desenvolvimento, os problemas sociais se agravam, pois, os velhos não têm empregos e tampouco tem atendimento médico em razão que a medicina se privatizou, o que permite o atendimento só a uma fração de indivíduos que podem pagar tais serviços.

Só para dar um panorama das doenças que apresentam o mais alto índice de prevalência cito o estudo da Dra, Marilisa Berti de Azevedo Barros (2003):

Entre as 12 doenças pesquisadas, considerando todas as faixas etárias, as mais prevalentes foram: doença de coluna, hipertensão, artrite, depressão, asma e doenças do coração.

Com exceção de tuberculose e cirrose, todas as demais são mais prevalentes entre as mulheres, sendo as maiores diferenças em relação aos homens observadas na prevalência de - depressão (RP = 2,76), -artrite (RP = 2,07), tendinite/sinovite (RP = 2,18) -e cirrose (RP = 0,31). O padrão por idade e sexo diferencia-se com o tipo de problema de saúde considerado. As prevalências, em geral, crescem com a idade para a maior parte das doenças, incluindo artrite/reumatismo, doenças do coração, hipertensão, diabetes, doenças de coluna, insuficiência renal e câncer. A asma apresenta prevalência elevada em crianças, decresce até a faixa que vai dos 30 aos 50 anos e volta a aumentar a partir desta idade.

A análise do perfil de doenças dos adultos (18 anos e mais), segundo o nível de escolaridade revela que, com exceção de tendinite/sinovite, todas as demais doenças pesquisadas apresentaram maior frequência nos segmentos de menor escolaridade. As maiores disparidades sociais na ocorrência de morbidade – avaliadas pelo nível de escolaridade – foram observadas nas prevalências ajustadas de doenças do coração (RP = 3,29), artrite ou reumatismo (RP = 3,22), diabetes (RP = 3,23), insuficiência renal crônica (RP = 2,94) e hipertensão (RP = 2,90).

Por outro lado, o aumento descontrolado da população humana está gerando problemas que hoje parecem sem solução. O mais incrível é que nenhum Organismo Internacional denuncia este problema como um dos maiores que se registra na história do homem. Só a China, com sua sabedoria milenar, tem sabido aplicar medidas drásticas para deter este fenômeno; se não houvesse aplicado medidas draconianas segui-

ria os passos da Índia, submersa na mais abjeta miséria. Nenhum político tem a coragem de apontar o aumento planetário da espécie humana como um problema muito grave, sobretudo para as nações pobres, que nos países mais prósperos não existe este problema. Porém, bastaria uma campanha mediática e uma educação dirigida para diminuir a população numa geração, deixando-a em relação com os recursos materiais básicos. Inclusive alguns políticos do terceiro e quarto mundo, onde este mal é mais agudo, chegam à aberração de celebrar cada vez que constatarem o aumento de seus habitantes.

Este problema ainda apresenta outro agravante: a população tende a concentrar-se cada vez mais nas cidades, o que gera novas fontes de conflitos, sobretudo nas grandes urbes, como Rio, São Paulo, Cidade de México. A violência urbana, a aglomeração em favelas e tugúrios, a proliferação da delinquência, as dificuldades no trânsito, são alguns dos problemas decorrentes da concentração excessiva em áreas urbanas.

E há ainda um outro problema enorme: o aumento da longevidade, que prolonga a velhice e gera novas aflições na previdência social (aposentadoria) e nos atendimentos médicos.

No plano psicológico e social se registram um aumento notável de perturbações associadas à ansiedade, à depressão, ao estresse, com seus reflexos em todos os sistemas orgânicos, como acontece com as doenças cardiorrespiratórias, imunológicas e psicossomáticas.

Contudo, os problemas psicológicos afetam a *pessoa como um todo*. Devido à primazia dos interesses puramente materiais dominantes no Sistema Social (SS) as pessoas se têm ido gradualmente transformando apenas em consumidores ou em agente produtores de coisas e mercancias, todo direcionado para o aumento dos lucros, e nos casos dos pobres para a simples sobrevivência. Os indivíduos perdem os atributos essenciais à *noção de pessoa*: ser considerados como um fim em si mesmo e não como simples meios, ser considerados por suas qualificações intrínsecas e não apenas por sua *posição socioeconômica*.

É certo que esta *noção* é mais ideal do que real, havendo predominado a ideia de pessoa sobretudo como imagem social. Pior ainda: os direitos humanos básicos, aprovados pelas Nações Unidas, se tornam uma mera cartilha de intenções, mero cartaz na estrada. As pessoas se têm transformado em parafusos da gigantesca máquina produtiva, o que afeta inclusive aos que ocupam posições privilegiadas dentro do Sistema. Sem uma escala de valores e de crenças consistentes, salvo essas crenças oriundas de uma tradição já obsoleta, que sustentem a existência, apenas estimulados para a aquisição de bens de consumo e de divertimentos alienantes, a grande massa da população vive seu cotidiano na mera luta pela sobrevivência.

Certamente este fenômeno de despersonalização é de longa data, tanto assim que já foi denunciado em di-

versas épocas por alguns escritores notáveis. *Lembramos que Franz Kafka descreveu o mundo* das pessoas dos Anos Vinte, mostrando os diversos cenários sombrios em que se movem os indivíduos em esse tempo. Em nosso Continente, nos anos 30, um *Roberto Arlt* também nos mostrou o clima em que se debatiam seus personagens nas suas tentativas de sobrevivência. A diferença de Kafka, os personagens de Arlt são combativos, tentam resistir com todas as armas a seu alcance, mesmo que para isso precisem infringir todas as normas. Dois tipos de mundos diferentes, mas os dois tentando de alguma maneira resgatar a individualidade dentro de um sistema que se nega a reconhecê-la.

Na época atual, que alguns chamam de pós-moderna, outros de tecnológica-computacional, impõe-se uma nova forma de personalização; como escreve Lipovetsky, neste tipo de sociedade “em que reina a indiferença da massa, em que domina o sentimento de saciedade e de estagnação, em que a autonomia privada é óbvia, em que o novo é acolhido do mesmo modo que o antigo, em que a inovação se banalizou, em que o futuro deixou de ser assimilado a um progresso inelutável.”

Existe um clima de insegurança em todos os planos, derivados em grande parte de fatores socioeconômicos e políticos. É preciso sublinhar estas origens. Em especial, a área econômica gera no campo social e individual tensões e angústias que minam a defesas psicológicas das pessoas e enfraquecem sua capacidade adaptativa. Na esfera social aumentam os conflitos socioeconômicos, de maneira tal que dois terços da humanidade vivem na pobreza y um terço simplesmente na mais triste miséria. A miséria gera *guetos* que se tornam centros de delinquência organizada dedicados ao tráfico de drogas y de outras pragas sociais, como a prostituição, a mendicância, a falta de orientação moral, entre outras. A falta de orientação adequada nestes guetos e em outros setores da população é um problema que tampouco se examina em todas suas dimensões.

Ainda mais, as guerras entre nações não param; pelo contrário adquirem novas formas. No afã de domínio mundial surge como prática corriqueira as guerras de ocupação como estão fazendo os norte-americanos e europeus nos países árabes, que sob pretexto de neutralizar a ação de extremistas invadem esses territórios; ou simplesmente estes países fortes fomentam o armamentismo nos países pobres como acontece na África, Ásia e América Latina. Os EE.UU e outros países gastam bilhões de dólares em fabricação de armas, destinadas ao comércio e a seu uso em campanhas bélicas permanentes. Esse dinheiro investido em armas de destruição daria para acabar com a fome dos dois terços da humanidade. Até hoje nenhum alto hierarca dos países ricos tem feito esta proposta no seio das Nações Unidas.

Como consequência de uma economia centralizada na produção massiva e na prioridade dos lucros para as grandes empresas se descuidou o ambiente físico natural, o que terminou por gerar alterações climáticas

catastróficas que estão pondo em sério perigo a vastos setores da população na maioria dos países. O famoso acordo de Kioto com respeito ao cuidado básico do meio ambiente não foi assinado pelos países que mais poluem o planeta, isto é, os mais industrializados –EE UU e China.

A Globalização, que foi publicitada como um grande passo para a unidade mundial, se tem mostrado sem nenhum efeito positivo, salvo na área dos grandes negócios que beneficiam a uma minoria. Tanto é assim que os países capitalistas que dominam o mundo entraram numa crise financeira sem precedentes, levando à beira do colapso a todo o sistema da chamada economia de livre exploração e de iniciativa privada.

Foi necessário a intervenção do Estado para evitar o colapso de empresas famosas por seu tamanho e sua penetração no mercado mundial –como é a fabricação de carros e Bancos internacionais. O Estado desses países precisou injetar bilhões de dólares para salvar essas empresas, salvá-las com o dinheiro dos contribuintes, o que é um escândalo moral da pior espécie. Ninguém sabe até quando vai durar esta crise da economia capitalista. O único que se sabe é que o desemprego nos chamados países ricos alcançou índices assustadores e os medos do desamparo implicado na falta de uma renda fixa gera mais perturbações psicológicas e convulsões sociais.

O clima humano predominante especialmente nas megalópoles. Os FilósofosComo síntese do dito, submetida às condições e limitações apontadas, a existência da imensa maioria da população está ficando cada vez mais angustiante, mais desprotegida, mais vulnerável a todos os males indicados acima. É verdade que o Estado e as elites usam todos seus recursos de controle e direcionamento da consciência coletiva para persuadir a população que o sismo que afeta o sistema é algo passageiro, que logo as coisas voltarão a seus eixos e uma nova era da prosperidade tornará a florescer. Este é um simples truque para reforçar o conformismo Um dos papeis dos MICs (meios de informação coletiva) é condicionar a mente coletiva para que as pessoas aceitem os vícios e as injustiças do modelo econômico dominante. Contudo, vozes cada vez menos conformistas estão começando a dar sinais de que já não aceitam bovinamente os rumos cada vez mais abusivos do modelo da economia técnico-consumista-empresarial.

Indiquei as fontes mais notáveis da vulnerabilidade humana e algumas de suas manifestações em alguns planos da realidade. Faltou ainda referir as origens existenciais desta fragilidade. Em diversas épocas alguns pensadores sublinharam algumas características ontológicas da existência que permitem compreender as raízes profundas desta forma de desamparo humano. Citei acima a celebre frase de Pascal. Em seus “Pensamentos” há numerosos aforismos em que nos lembram as misérias humanas, mas apontam igualmente suas grandezas, pois o homem é uma

unidade de contrários, oscilando tanto para o bem como para o mal. Ele não é o único. Os maiores pensadores e escritores de nosso tempo já destacaram a intrínseca indigência de nossa condição. NO âmbito da filosofia são bem conhecidas algumas teses de Nietzsche, de Heidegger e de Sartre, de Marx.

Nietzsche destacou o subdesenvolvimento geral da espécie humana; afirma que o homem conserva os traços simiescos de suas origens; seria só uma ponte entre o macaco e uma espécie de ser a caminho de um futuro mal determinado, o *homem superior*. Só alguns homens audaciosos, afirmativos e voluntariosos superam à grande massa humana chegando a formar a elite governante, legisladora e dominante. Somos uma espécie de mera transição, que sobrevive graças a seus instintos básicos de animal de rapina, predador, supersticioso, astuto mais que inteligente, profundamente egoísta e sem senso maior de solidariedade, oscilando entre a vontade de dominar a seu próximo e seus artifícios para atenuar sua servidão perante os mais fortes. Por sua astúcia poder fazer de sua *fragilidade e de seus medos* uma ferramenta de poder, fingindo-se humilde e compassivo, embora esteja cheio de rancor. Inclusive faz de seus *medos* (“é o covarde demônio que há em ti que te diz há um deus”) uma promessa de compensação divina, embora essa compensação seja puramente imaginária, uma forma de engano estimulada pela ignorância, e pelos setores dominantes para tranquilizar aos dominados. Nietzsche não fazia concessões às ideais e crenças mantidas por uma longa tradição. Foi ainda mais longe: percebeu que no séc. XX entraríamos na era do *niilismo*, num período onde os valores tradicionais perderiam sua vigência e inclusive a religião diminuiria sua influência na coletividade limitando-se a um papel meramente ritual e de estímulo à alienação do povo; a noção do *sagrado* desapareceria ou ficaria como uma idéia vaga. Esse parece ser o sentido da frase pronunciada por Zaratusta: Deus está morto.

Desde uma perspectiva muito diferente a colocada por Nietzsche, **Marx** analisou o movimento da história nas Sociedades Complexas, especialmente na época do Capitalismo tal como se foi mostrando a partir dos Tempos Modernos. Entendeu que o movimento e a dinâmica da história obedecem e segue uma pauta sujeita a processos econômicos que geram duas classes em contraposição; uma classe de donos de capital e dos meios de produção em oposição com uma classe assalariada submetida ao Poder da classe dominante. Sua tese central é que esta relação pode ser superada se os assalariados se organizam e enfrentam numa luta incessante a seus opressores. A luta é inevitável.

Heidegger usa uma linguagem mais suave, mas não por isso deixa de destacar alguns traços do ente humano que estão presentes durante a vida toda. Mostra que a característica ontológica do ente humano é sua existência: é o ser que *está-aí*, jogado no

mundo, em total *desamparo e indigência*, sempre atento a preocupação e ao *cuidado de si sem que impliquem anulação de seu desamparo*, embora determinadas formas de cuidado funcionem, na prática, como atenuantes ou afastamento temporário do desamparo. No plano ótico, isto é, na vida comum vivida, todas as formas de cuidado visam afastar a indigência originária, criando um modo de vida mais seguro, menos exposto aos riscos enfrentados a diário. No entanto, nenhuma medida afasta a ameaça do nada que nos espreita deixando a existência na possibilidade de seu fim em qualquer momento. Somos seres temporais o que implica que vivemos na finitude e na transitoriedade.

Os postulados da filosofia sartreana apontam na mesma direção dos enfatizado por Heidegger, apenas acentuando ainda mais outras características existenciais. Vou destacar só quatro teses básicas que sublinham quatro peculiaridades do ser humano.

A primeira é a insuperável oscilação da existência entre o ser o nada, jogando o nada o papel mais eminente. A segunda, a existência é basicamente carência; de que carece o homem? É carência do ser: o homem *não é*, apenas se define por uma perpetua tentativa para ser algo. A terceira, não há nada que justifique a existência, não possui nenhum fundamento metafísico, é um ente puramente *contingente*, isto é, não é necessário, é gratuito. O homem é inteiramente livre, nada o determina em sua existência, embora sempre alega alguma causa determinante para justificar algumas decisões e comportamentos, tenta deste modo justificar-se ou atenuar sua responsabilidade em suas escolhas erradas. Liberdade e responsabilidade vão juntas. Se o homem não fosse livre não seria responsável.

Como se pode apreciar, na concepção destes filósofos a *vulnerabilidade* do homem tem origens profundas, que se enraíza em sua própria estrutura essencial. Contudo, estes mesmo pensadores não ignoram os aspectos positivos que permitem superar a negatividade ontológica, permitindo-lhe criar as condições de sua existência e seguir linhas de desenvolvimento que em alguma medida ora atenuam sua carência originária, ora o levam aos piores extravios.

É verdade que todos eles indicam que as deficiências e limitações inerentes à existência são em parte compensadas por alguns poderes que permitem tanto sua sobrevivência quanto o domínio sobre a natureza, seja a que está fora, em seu ambiente, como a que forma parte do próprio ser humano. Pascal seguindo as pegadas do pensamento grego aristotélico indicou a capacidade pensante, mas sem conceder todos os pontos à razão pois também advertiu “que o coração tem suas razões que a razão não compreende”.

Nietzsche colocou na auto-afirmação e a confirmação de si como expressão de uma vontade forte e no próprio egoísmo humano as ferramentas para alcançar um patamar de desenvolvimento criativo mais alto que a mediania em que permanece a imensa maioria dos mortais.

Heidegger não parece achar saída para superar a condição originária do *Dasein*; aponta de maneira muito ambígua um possível encontro com o ser através e na entrega a *Ereignis*, palavra alemã de significado difícil de traduzir em termos equivalentes em português. Seria algo assim como a entrega ao mero acontecer no fluir do tempo, numa contemplação em que o *Dasein* e o *Ser* se confundem. Seria a volta ao ser, sem que ele indique alguma via para alcançar este propósito, menos ainda num sentido coletivo. Sugere a atitude contemplativa do Budismo tradicional. Nem preciso dizer que semelhante proposta não tem sentido nos marcos da cultura ocidental, orientada desde séculos pela ideia de domínio da natureza e a instrumentação maquinística do homem pelo homem, menos em nosso tempo tecnológico e eletrônico, em que as pessoas se tornam simples mercancia no sistema econômico dominante.

A alternativa de Sartre é diferente das anteriores, especialmente quando se abre à proposta fundada por Marx, sem que a aceitação das grandes teses do socialismo doutrinário seja subscrita por ele da maneira como Marx as formula. Mediante a ação mancomunada, dirigida e organizada pela classe trabalhadora será possível a liberação do homem e o fim da opressão que um setor poderoso exerce sobre o outro carente de poder. Isso não significa que os quatro postulados ontológicos comentados acima percam sua validade; não, as novas relações humanas geradas pelo socialismo justo e libertário permitirão sua aceitação como algo natural, não como uma simples condena. O fundamental é que os poderes não estejam concentrados numa elite, mas esparrizados de um modo paritário em todas as instituições e sobretudo nos indivíduos.

Para superar os graves conflitos econômicos e sociais que tornam ainda mais vulnerável a situação dos indivíduos e do conjunto humano é necessário que alguns fatores que regulam e direcionam o SS dominantes sejam mudados. Não é preciso eliminar o sistema capitalista no atual momento da história, mas seus aspectos mais aberrantes devem ser eliminados ou reduzidos a sua mínima expressão. Vou citar apenas quatro fatores presentes neste sistema, sobre os quais sempre se discute quando se destacam as fontes dos males sociais e das fontes do sofrimento humano.

a) Um dos fatores que deve ser alterado, sobretudo nos países em desenvolvimento é a desigual distribuição da riqueza, que fica num 70% em poder de setor minoritário (em torno do 8 ao 15% da população, incluída parte da classe média próspera).

b) Outro fator é que a democracia deixe de ser um mero palavrório eleitoral para que se efetiva graças ao controle dos representantes por parte dos representados no poder legislativo e executivo; para tanto é preciso que senadores e deputados tenham um poder limitado, sem nenhuma imunidade parlamentar, podendo ser exonerados pelos próprios eleitores que os escolheram. Isso significa uma mudança radical nesta área do poder.

c) Um fator importante é que a educação básica da população leve à conscientização e ao espírito crítico, deixando de ser uma mera acumulação memorística de informações diversas. A educação básica, aliás, deve ser um serviço prioritário do Estado, com mínima participação da escola privada, em cujas mãos vira simples negócio.

d) O quarto fator a ser mudado é o papel da *mídia*. É um dos meios mais influentes na formação da opinião pública e na modelagem da consciência coletiva; por desgraça, a mídia está ao serviço de interesses setoriais que visam a manutenção dos poderes dominantes e o aumento desses poderes, mostrando escasso ou nenhum interesse na educação e na construção libertária do espírito de uma nação; está ao serviço dos poderes dominantes, embora costume usar uma linguagem populista só para facilitar seu labor de lavagem cerebral da grande massa humana.

Obras recomendáveis

- Arlt, R. (1982): Os sete loucos. Fracisco Alves.
Berti de Azevedo Barros, M. e col. (2003): Desigualdades sociais na prevalência de doenças crônicas no Brasil PNAD-2003.
Heidegger, M. (1990). Ser e tempo. Vozes.
Lipovetsky, G. (1983): A era do vazio. Lisboa, Portugal: Antropos.
Kafka, F.: Todas suas obras, em especial "O processo" e "O Castelo".
Pascal, B. (1973): Pensamentos. Victor Civita.
Nietzsche, F. (2007): Assim falou Zaratustra. Claret.
Nolden, M. (2009) Aparências e disfarces da Realidade
Sartre, J. P. (1939) A Náusea.
Sartre, Jean Paul (1943) El ser y la nada. Bs. Aires, Argentina: Losada.
Sartre, J. P. (2005). Critica de la razón dialéctica. Bs. Aires, Argentina: Losada.

Curriculum

Psicólogo clínico. Ex docente de varias universidades en Brasil. Miembro fundador y de honor de ALPE. Escribió numerosos libros científicos y literarios.

Correo de contacto:

emiliorom@terra.com.br

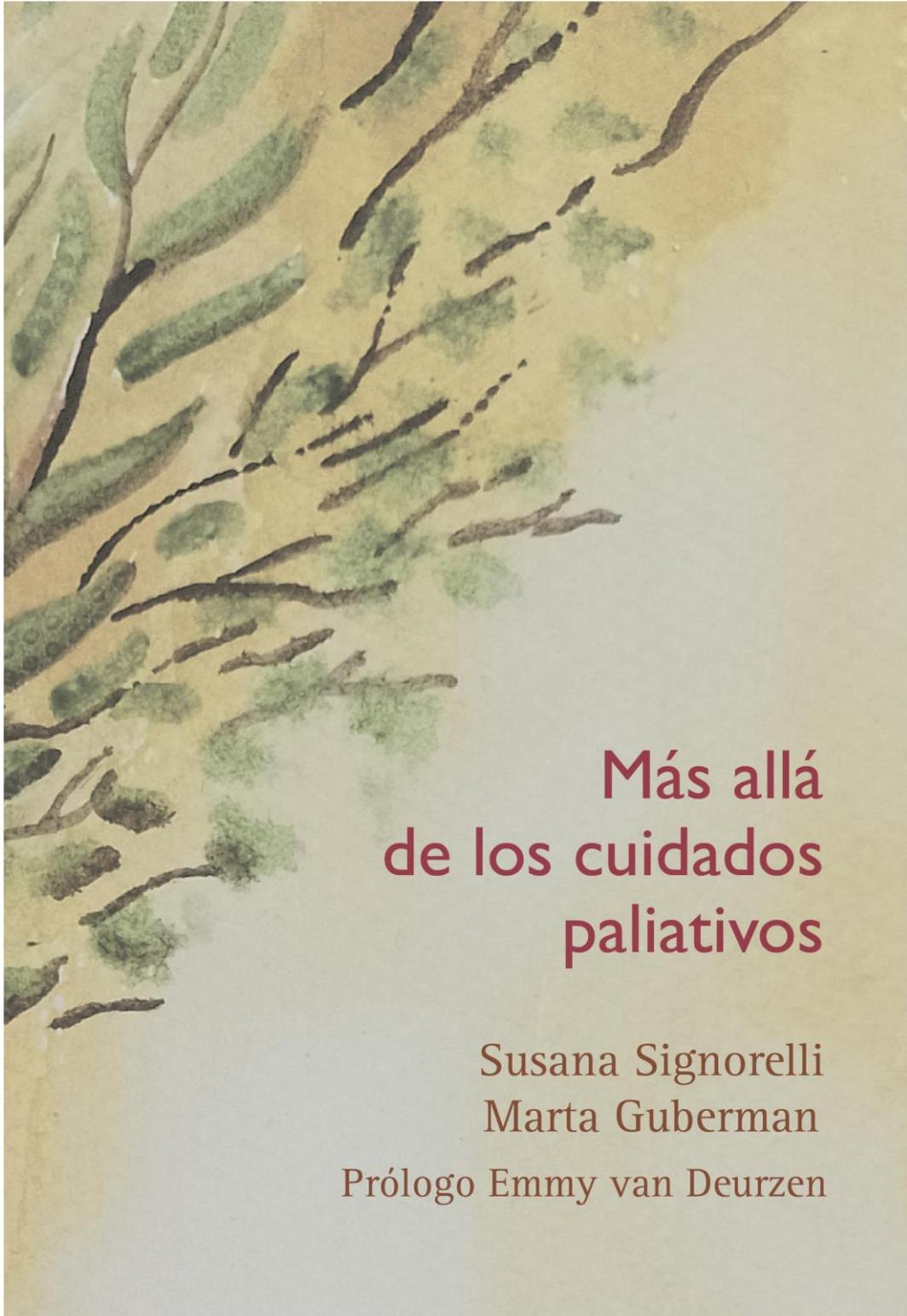
Fecha de entrega: 11/02/2023

Fecha de aceptación: 28/02/2023

Sección Comentario de Libro

Más allá de los cuidados paliativos

Susana Signorelli y Marta Guberman
Con prólogo de Emmy van Deurzen



Prólogo

Una de las principales paradojas de la existencia es que el ser humano no está realmente vivo hasta que se haya enfrentado a la realidad inexorable de la muerte y de su propio fin. Mientras que vivamos únicamente por los buenos momentos y con temor a los malos, no habremos despertado del sueño de la vida. Viviremos recluidos, adormecidos. Como dicen las autoras de este libro: "Todos sabemos que somos seres mortales, sin embargo vivimos como si la muerte no nos fuera nunca a alcanzar". Vivir auténticamente implica enfrentarse con la realidad. Entre las verdades de la vida, la más dura tal vez sea el hecho de que, al final, todos moriremos.

Cuando trabajamos con personas que se han visto enfrentadas cara a cara con la muerte, especialmente cuando se trata de la propia muerte, nos damos cuenta de que esta experiencia supera a toda preocupación. Para quien ha recibido un diagnóstico de enfermedad terminal, la vida nunca será la misma y por lo tanto redireccionará su atención, dándole un nuevo significado.

Nuestra primera labor como terapeutas será facilitarles las herramientas necesarias para que pueda enfrentarse a su frágil condición y a la realidad de la cercanía de la muerte. En segundo lugar, debemos ayudarlos a acudir a las ricas fuentes de coraje a su disposición y a apelar a su fuerza interior. En tercer lugar, ayudarlos a formar una nueva perspectiva y a esclarecer el significado de esta vivencia. Por último, permitirles comunicar dicha vivencia a sus seres queridos, que se ven inevitablemente implicados en la tormenta de su enfermedad terminal.

Este libro, escrito por mis colegas Susana Signorelli y Marta Guberman, lidia con todo lo anterior y mucho más. Desde un enfoque fenomenológico existencial, describe la intensidad de su trabajo con aquellos que están muriendo con claridad, con una orientación metodológica y una gran humanidad. Este libro está basado en la vasta experiencia de sus autoras, que llevan el trabajo de autores existenciales a su práctica terapéutica, e integra el rico y vasto aporte de Pablo Rispo. Es el primer libro de esta clase en Latinoamérica, es decir, el primero en abrir puertas al delicado arte de los cuidados paliativos y ofrecer una base teórica bien sustentada, así como datos empíricos y de investigación.

Este trabajo demuestra que los terapeutas existenciales se proponen acompañar a aquellos que deben enfrentarse con la muerte, sin echarse atrás ante las dificultades que puedan presentarse. Su enfoque fenomenológico del mundo los provee de las herramientas necesarias para esta labor. Por lo tanto, analizamos tanto aquello que percibimos directamente como aquello que intuimos, describiendo nuestras observaciones de manera sistemática. La fenomenología nos permite comprender la experiencia humana con un método riguroso. Pone en duda pensamientos preestablecidos y nos permite abordar aquellas vivencias que realmente cuentan y documentarlas cuidadosamente.

Cuando nos planteamos el encuentro psicoterapéutico desde la fenomenología existencial, abordamos la

vivencia íntima del paciente de manera tanto directa como intuitiva, ateniéndonos a los hechos que se nos presentan. Se trata de lograr una objetividad subjetiva y una subjetividad objetiva.

Aprendemos a cuestionar las interpretaciones simplistas y a mirar cada una de las vivencias del paciente con ojos nuevos y de cerca, evaluando las situaciones desde todos los ángulos e indagando el historial detrás de las circunstancias y la situación actual en la que se encuentra la persona.

Al acercarnos a aquel que tiene un diagnóstico de cáncer, no buscamos relegarlo al papel de paciente oncológico cuya vida corre peligro, sino apelar a la esencia misma de su vivencia como ser encarnado en el mundo en ese preciso instante, lugar y situación.

La tarea de reinventarse en el camino hacia la muerte nunca será fácil. Pasamos la mayor parte de nuestras vidas haciendo lo posible por negar nuestra condición de mortales. Cuando se recibe un diagnóstico de cáncer o cualquier otra enfermedad terminal, la reacción inicial suele ser de incredulidad, negación o enojo al no estar preparados para recibir este tipo de información. Se puede caer en la desesperación, habiendo ya sospechado que algo le ocurría a nuestro cuerpo. A veces, este tipo de reacción extrema puede ser nuestra salvación, ya que puede impulsarnos a cambiar nuestra vida radicalmente. He trabajado con muchas personas que 'lucharon' contra la enfermedad y que tenían como único objetivo 'vencer el cáncer'. En algunos casos, dichas reacciones surgieron de la desesperación inicial y la decisión de rendirse.

Yo misma pasé por este proceso cuando recibí un diagnóstico de cáncer en el año 2017. Sentí muchas de estas cosas y más. No me limité a 'luchar', sino que decidí tomarme un tiempo para observar lo que pasaba dentro de mí. También me informé acerca de mi malignidad y las diferentes maneras de afrontarla. Por último, decidí hacer cambios de vida significativos que me permitieran reivindicar y reafirmar mi existencia de un modo nuevo. Esta postura frente a la enfermedad ha rendido sus frutos, al menos hasta ahora. De hecho, he visto a muchas otras personas adoptar la misma postura y darse una segunda oportunidad de vida. De todos modos, al recibir tal diagnóstico, entramos inevitablemente a una nueva fase de nuestra existencia en la que sabemos que la muerte está siempre en el horizonte: siempre a la vista.

En mi caso, elegí valorar y acoger esa nueva sabiduría. Contrariamente a lo que dicta la intuición, vivir tomando mayor conciencia de la fragilidad de la vida y de su naturaleza transitoria puede fortalecernos. Es como si lo peor ya hubiera pasado: ya lo hemos enfrentado y sobrevivido. La muerte pasa de ser nuestra enemiga a ser una amiga fiel y leal con la que nos volveremos a ver en algún momento de una manera u otra. Puede ser que no estemos completamente preparados para abrirle los brazos, pero al menos ya no le tememos. Hemos tenido el privilegio de acceder a una nueva oportunidad de vida y somos conscientes de la importancia de vivir a pleno cada instante. Durante este período, se puede trabajar muy duro a fin

de resolver asuntos pendientes y poner las cosas en orden.

El saber que la muerte llegará tarde o temprano puede ofrecernos una fe renovada, como si pudiéramos prever la última parte de nuestra vida, con la completa seguridad de que el fin se anunciará sin que tengamos que hacer nada al respecto. La muerte, esa vieja compañera liberadora, vendrá a buscarnos cuando llegue el momento. Aprender a *ser* en la paradoja de la vida y la muerte es el paso final en el arte de vivir. Este libro habla de 'vitalizarnos' cuando la muerte se hace presente. Como dicen las autoras: "No es un vitalismo simplemente porque vivimos, sino un vitalismo que descubre la existencia".

Aprovechar esta vitalidad y plasmar esta iluminación de la existencia es sumamente importante. Por otro lado, aprender de las vivencias de aquellos que están atravesando su etapa final nos permite comprender la vida en mayor profundidad. Acaso estas personas deseen concluir asuntos pendientes o dejar un legado de conocimientos, experiencia, amor o pertenencias. A menudo se ven motivados al saber que se encuentran en su último viaje, decididos a reanudar su relación con la vida brevemente, liberados de toda responsabilidad de extenderla hasta que, finalmente, ese agotamiento y deseo profundo de dormir se apoderan de ellos. Llegado el momento, al acompañar a aquel que está muriendo, el objetivo principal es ayudarlos a aceptar su fin, a recibirlo de brazos abiertos y dejarse llevar.

Es importante que cedan, que se entreguen y suelten las riendas. Es igualmente vital que encuentren una sensación de paz en el último aliento de vida. Por último, que lleguen a comprender lo que les sucede y cómo quieren hacer la transición final de lo temporal a lo eterno. Acompañar a una persona en este tránsito

puede ser una experiencia sumamente conmovedora y enriquecedora cuando esa persona ha encontrado su camino con una convicción y aceptación totales. No ocurre lo mismo con aquellos que aún se encuentran en conflicto consigo mismos y con el mundo, puede ser un asunto muy diferente.

Por todo lo dicho, es esencial que los terapeutas comprendan el desafío final y reconozcan lo que se requiere de ellos a cada paso del camino. Este libro es una herramienta útil para entender ese proceso y adquirir mayores conocimientos sobre el camino hacia la muerte.

Texto de las autoras

Hemos escrito este libro pensando en diferentes formas de ayudar y acompañar a aquellos que de una u otra manera son alcanzados por la problemática del cáncer.

A los psicoterapeutas, se dediquen o no a la psicooncología, porque en él encontrarán una forma de acercamiento a los pacientes que padecen cáncer.

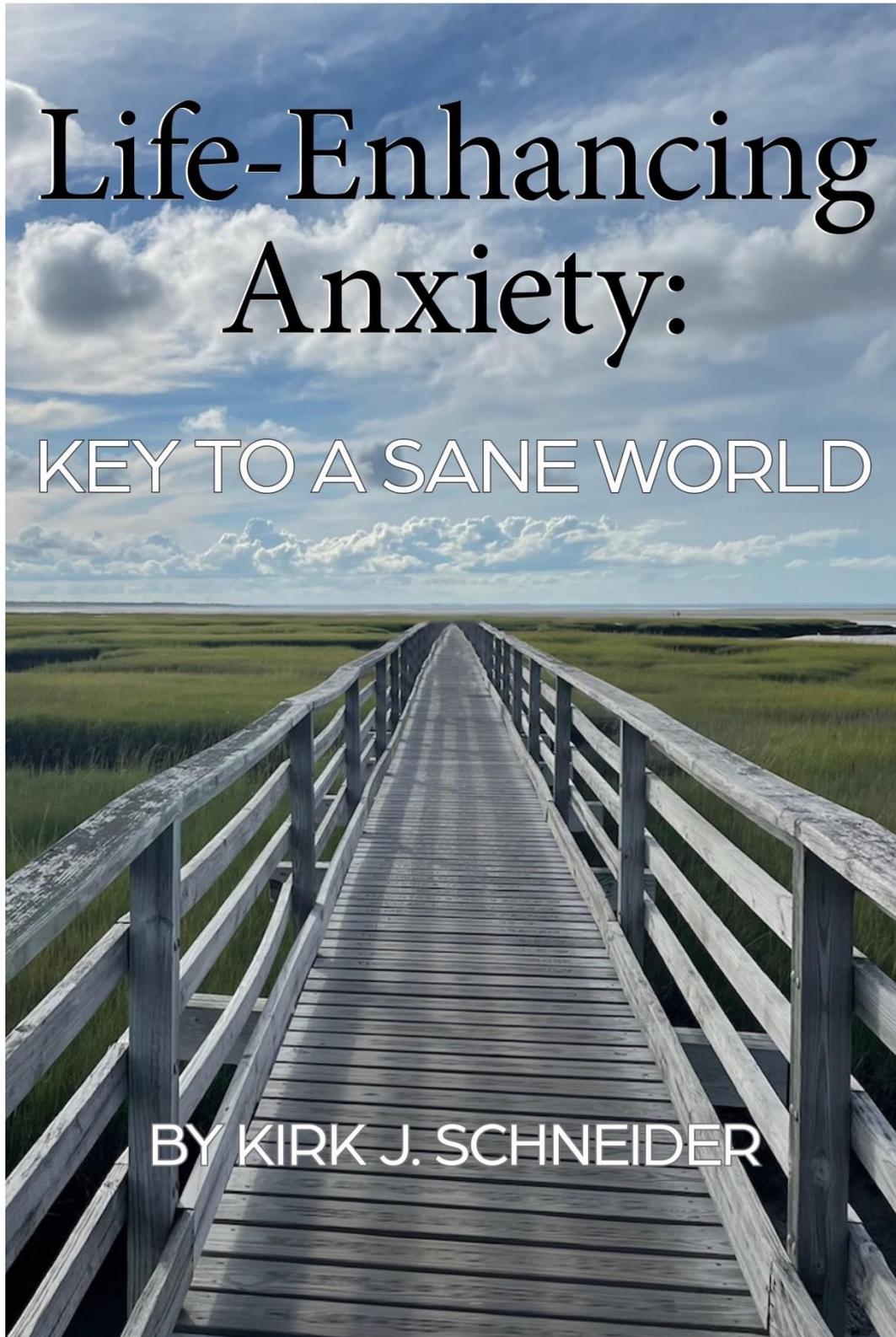
A los terapeutas existenciales porque se sentirán complacidos al encontrar respuestas existenciales que les permitirán alcanzar la comprensión de patologías terminales y/o crónicas como el cáncer.

A quienes se vieron alcanzados por el cáncer, ya sea como paciente, familiar o amigo de alguien que lo haya padecido, porque se verán reflejados en muchas páginas de este libro, sobre todo a partir del capítulo 2.

Finalmente a los rorschachistas, ya que en el anexo hallarán una nueva forma de lectura de las respuestas rorschach de pacientes oncológicas.

La ansiedad conectada a la vida

Kirk Schneider



Gaspar Segafredo

Bs. As., Argentina

Reseña del nuevo libro del psicoterapeuta y pensador existencial, Kirk Schneider, que propone un original abordaje de la ansiedad, vinculado tanto a la práctica terapéutica y al desarrollo individual, como a problemáticas críticas de la humanidad.

Life-Enhancing Anxiety: Key to a Sane World, nuevo libro del referente contemporáneo de la escuela norteamericana de psicología existencial, Kirk Schneider, viene a develar una manera distinta de comprender la ansiedad, y a construir otra forma de relacionarnos con ella. El concepto acuñado en inglés de *life-enhancing anxiety* no es de fácil traducción: literalmente significa ansiedad que mejora la vida. Con la intención de mantener el espíritu del concepto, podemos traducirlo como la ansiedad vitalizante, que nos acompaña en la exploración del misterio de la existencia. Según el autor, el bloqueo actual a nuestro despliegue humano, a nivel individual terapéutico y en su manifestación política y espiritual más amplia, estaría vinculado a una obsesión de la sociedad por el control y la eliminación de la ansiedad. Esta obsesión sería el combustible del círculo vicioso detrás de la ansiedad destructiva, que forma parte de la actual pandemia emocional. El autor explica que la ansiedad no solamente tiene que ver con el malestar. Es decir, va más allá de otros pensadores existenciales que han planteado la ansiedad y la angustia como formas de malestar a confrontar cuando la persona ejerce su libertad. Devela una ansiedad vitalizante que nos conecta con la profundidad y el misterio de la existencia. Una ansiedad que surge frente a lo distinto, que al integrarla nos permite la presencia, el contacto y el encuentro con la alteridad. Convoca a sostener así las paradojas de la vida, y a enriquecernos en ellas

Desde su vivencia personal en su infancia y juventud, de grandes pérdidas y temores, la experiencia terapéutica en el acompañamiento del sufrimiento de otros, y una conciencia humanista en relación a la crisis que vivimos como humanidad, el autor propone el pasaje de un paradigma de vida basado en el miedo a uno basado en el asombro hacia la existencia. Lo que Schneider define como asombro, implica tanto la capacidad de maravillarse ante la existencia, como de aceptar su misterio y nuestra imposibilidad de controlarla. Apremiar, transitar y formar parte de ese misterio, desde nuestra pequeñez y, al mismo tiempo, desde nuestra potencia creativa que participa de él. Cuando se busca negar el misterio y eliminar la ansiedad que genera, se determina una experiencia homogénea y unilateral, que superficialmente puede parecer firme e inquebrantable, pero que en el fondo está al borde de desmoronarse, porque se desconoce. Esta visión contiene el paradigma basado en el miedo, que polariza la vida y multiplica el sufrimiento. Las manifestaciones psicoemocionales de este paradigma pueden ser trastornos de ansiedad y depresión, y las sociopolíticas, el

extremismo político y religioso, el racismo y el individualismo, así como la negación del calentamiento global.

De forma más sutil, también la psicología puede olvidar las paradojas de la existencia humana y caer en visiones estrechas. Por ejemplo, cuando generaliza fragmentos de la experiencia de la persona a través de miradas “controlables” y parciales. Schneider menciona dos tendencias actuales. Por un lado, el cientificismo que sigue sosteniendo la caduca “era de la razón”, que reduce la existencia únicamente a escalas numéricas, y que domina varias perspectivas terapéuticas actuales relacionadas con lo cognitivo-conductual. Por el otro, la parcialización optimista que caracteriza el nuevo movimiento de la psicología positiva, que olvida y excluye la importancia de las experiencias de sufrimiento y angustia. La paradoja está en que ambas visiones mencionadas presentan descubrimientos y puntos válidos, a ser integrados, en el marco de una comprensión más amplia de la experiencia humana. En este sentido, Schneider argumenta que cada terapeuta precisa complementar su especialización particular con una mirada existencial que le permita acompañar al otro por las profundidades de su experiencia. Aunque a veces se requiera una intervención puntual, por ejemplo cognitiva, es importante que quien la realiza la entienda por lo que es. Más allá de nuestras cogniciones, conductas y pulsiones, todos nacemos y morimos; cada uno de nosotros vive a su manera la falta de fundamento de la existencia (el hecho de que no haya respuestas únicas ni determinaciones), el miedo que conlleva, y la búsqueda de sentido.

Con esta perspectiva existencial integrativa -que, según el caso, incluye la dimensión médica, cognitivo-conductual, psicodinámica y existencial- el autor propone también la creación de equipos de psicólogos federales (en Estados Unidos, aunque replicable en otros países) que promocionen lo que él define como “relaciones emocionales restaurativas”. Este tipo de relaciones implican que las personas se sientan escuchadas y miradas, y acompañadas en la comprensión de sus problemas; asimismo, son la raíz de la capacidad de transitar la ansiedad y de explorar el mundo y sus misterios. La actual mecanización de las relaciones, generada por el mal uso de la tecnología y la falta de encuentro, ha llevado a serias carencias vinculares y emocionales, explica Schneider. Estos equipos psicológicos se desarrollarían en servicios de salud mental abiertos a la comunidad, escuelas, geriátricos, centros sociales para personas sin hogar, prisiones,

entre otros lugares. El autor afirma que estamos en una lucha contra el tiempo respecto a los niveles de “desesperación, degradación, polarización, abuso manifiesto y encubierto, destrucción ambiental y relaciones interpersonales disfuncionales”, que atraviesan lo psicológico y desafían nuestra supervivencia como especie. En esta misma línea de trabajo y compromiso de la psicología con la comunidad, propone la creación de un consejo federal de psicólogos, expertos en abordaje psicosocial, disponible para aconsejar al gobierno, los legisladores y para brindar información a la comunidad en relación a crisis psicosociales, como pandemias, fuertes divisiones políticas, racismo, crímenes del odio y violencia, así como índices elevados de ansiedad, depresión y adicciones.

Schneider plantea la necesidad y la posibilidad de expandir aún más la mirada, hasta aportar a lo que podríamos llamar una filosofía terapéutica de la vida y de la sociedad, para sus distintas dimensiones: familia, educación, trabajo, política ciudadana y gubernamental. Aporta no sólo conceptos sino formas de aplicación. Como en el caso de su experiencia personal en coordinación de encuentros entre personas con posturas políticas contrarias, tanto de ciudadanos como de representantes de la ciudadanía. No solamente para mediar conflictos, sino en busca de ampliar las perspectivas y de aprender a encontrarse con la alteridad (en el otro y en uno mismo). La define como aplicación dialogal de la ansiedad vitalizante o diálogo democrático experiencial. Son propuestas urgentes para la mayoría de los países de América Latina donde la polarización política y social se multiplica a diario, así como para el mundo entero. “El compromiso con la diferencia requiere coraje, y, más fundamentalmente, amor. Exige alguna forma de amor para, más que tolerar, apreciar los abismos que contiene la diferencia”, escribe Schneider.

Amor y coraje, también se relacionan con la propuesta del autor respecto de una espiritualidad del asombro: un agnosticismo que confía en las energías creativas del universo. Con tres principios y experiencias que se entrelazan: en primer lugar, el aprecio por la magnificencia del universo, más allá de si hay o no divinidades, la poesía de la vida, de la naturaleza, del cosmos; en segundo lugar, el reconocimiento del misterio de la existencia, de la vida y la muerte, de la falta de verdades últimas y determinantes; y, en tercer lugar, la responsabilidad, el desafío humano de responder a la vida. Conforman tres pasos: poder apreciar la vida en

todas sus formas, abrirse a lo que deviene, y hacerse cargo de la capacidad de responder y de protagonizar ese devenir. Schneider propone que en esta forma de espiritualidad se pueda aprender de la experiencia humana en general y de la sabiduría de distintas perspectivas culturales y religiosas sin el dogmatismo que suele acompañarlas. Una espiritualidad cotidiana, donde lo sagrado sería la experiencia humana presente, pasada y futura. Los museos de arte, ciencia, religión, historia y distintas culturas pueden ser pensados como “templos” de aquella experiencia humana, propone el autor. Estos vitalizan la exploración, el descubrimiento y la diversidad, como recordatorio de nuestra sensibilidad cósmica, de nuestra experiencia particular y, al mismo tiempo, compartida.

Como suele ocurrir con las obras de Schneider, el conejo blanco es psicológico, pero el mundo asombroso que se abre del otro lado de las reflexiones que atraviesan nuestra mirada habitual, incluye a la experiencia humana como un todo. Desde la potencia de un inconsciente existencial, que contiene la dicotomía de ser o no ser, el trauma del nacimiento y la carencia de fundamento de la existencia, pasando por el temor a la incertidumbre, a lo distinto y a lo que está en las sombras, el autor plantea y explora tanto el desarrollo de nuestra humanidad, como al problema filosófico concreto de nuestra subsistencia terrestre colectiva. Un libro enriquecedor y necesario que nos hace una pregunta central en estos momentos críticos que vivimos: “¿Podremos movernos hacia el coraje y el amor en lugar del miedo y la compulsividad?”.

Curriculum

Psicoterapeuta con orientación existencial y psicoanalítica relacional. Licenciado en Psicología (Universidad de Belgrano), Licenciado en Comunicación Periodística (Universidad Católica Argentina) y Magíster en Relaciones Internacionales (Universidad de Bologna). Posgrado en Logoterapia y Análisis Existencial (UCA y Fundación Argentina de Logoterapia). Formación en Psicoterapia Existencial (ALPE, Argentina) y estudios en Psicoanálisis Relacional (IARPP). Coautor del libro *¿Quiénes somos después de la pandemia? Psicología, tecnología y vínculos*.

Fecha de entrega: 30/01/2023

Fecha de aceptación: 27/02/2023