Revista 27

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 14 - Nº 27 – Octubre 2023

Revista virtual semestral (Abril y Octubre de cada año)

Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial

Próximo número: Abril del 2024

Auspician Fundación CAPAC (Argentina), IFEN (Brasil), CIREX (México), APPFE (Perú) 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

Ramiro Gómez pág. 10

Sección Novedades Existenciales

Informe de *Susana Signorelli* pág. 11

Sección Ensayos y Revisión

Ensayo psicológico y vivencial sobre el abuso sexual
Julie Paola Lizcano Roa pág. 13

Comprendiendo el sentido del trabajo desde la psicología existencial
Néstor Raúl Porras Velásquez pág.18

Temporalidad, Espacialidad y Corporalidad en Pandemia. Experiencia personal
Ana María León Tapia pág.24

La lectura literaria y las capacidades espirituales: cuentos y desarrollo humano
Lorena E. Dorrego, Suzeneide Oliveira Medrado y Carolina V. Rivela pág.28

Sección Investigación

Supervisión clínica grupal online en el enfoque centrado en la persona
Alejandro López Marín pág.33

Descripción del estado de las motivaciones fundamentales de la existencia en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza
M. L. Asid, V. Marcon Llalen, J. Casanova, M. del C. Cardigni, M. Zibelman pág.38

Sección Caso Clínico

No inverno também há flores e erotismo
Telma Regina Lago Costa pág.49

Sección Comentario de libro

¿Quiénes somos después de la pandemia? Psicología, tecnología y vínculos
por Susana Signorelli 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 cumplimentarlo 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:
rags28@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 nuclee y nos represente.

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

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 también 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

El III Congreso Mundial, en Atenas, dejó avances y propuestas que invitan a continuar la reflexión e investigación en la Psicoterapia Existencial. Además de la calidad académica que exhibió la fraternidad entre los participantes la enriqueció sobremanera. Ambas experiencias son testimonio de un pensamiento vivo cargado de un presente rico y un futuro esperanzador.

La constante pregunta que interroga por el sentido del Ser. Cada época de la historia es tarea personal y colectiva. Desde el *air du temps*, *Zeit Geist*, la circunstancia de Ortega o el claro del bosque de Zambrano nos cuestionamos sobre nuestra responsabilidad y sentido epocal.

T.S. Eliot en La Tierra Baldía dijo: “Ciudad irreal / bajo la parda niebla de un amanecer de invierno / sobre el Puente de Londres la multitud fluía; / nunca hubiera creído que la muerte deshiciera a tantos. / Exhalaban suspiros, infrecuentes y breves / y cada cual llevaba la vista fija en sus pies.” De las *ciudades irreales* en que se convirtió el mundo durante la Pandemia vamos saliendo no sin las heridas del duelo y las experiencias del miedo. Estamos dejando de vernos los pies para volver a mirar hacia arriba, hacia adelante. La mirada no nos devuelve el paisaje esperado. Se insiste en hacer más por el hombre herido, desde una mirada parcial, que por el hombre total: “la Psicoterapia lo palpa en el plano individual y la historia lo sufre en el plano colectivo”, se quejó Caruso. En este caos de aparente orden progresista acosan los ánimos y las acciones de la guerra, siguen las crisis económicas mezcladas con la bulla de las grandes ciudades y sus ofertas de compraventa de felicidad. El mundo aumenta la escisión de las ideologías, de las etnias, de las creencias mientras propone soluciones tecnológicas. En esta selva de inautenticidades insistimos en lo propiamente humano de la persona: libertad, creatividad, encuentro, diálogo, alegría. ¿Podremos seguir la flecha del tiempo sin renegar de la *sencillez* milagrosa de la realidad que canta Walt Whitman? “Creo que una hoja de hierba no es menos / que el día de trabajo de las estrellas, / y que una hormiga es perfecta, / y un grano de arena, / y el huevo del régulo, / son igualmente perfectos, / y que la rana es una obra maestra, / digna de los señalados, / y que la zarzamora podría adornar, / los salones del paraíso / y que la articulación más pequeña de mi mano / avergüenza a las máquinas, y que la vaca que pasta con la cabeza gacha / supera todas las estatuas / y que un ratón es milagro suficiente / para hacer dudar, / a seis trillones de infieles.”

En este pensar, en este número, van tirando los autores nuestra atención desde la violación sexual y su oscuridad de terror al otro de lo erótico: las flores que también abren sus pétalos en el *invierno*. Del cuerpo, su vivencia en la Pandemia al ejercicio de una clínica grupal *on line.* Del trabajo, a la literatura y sus capacidades espirituales. Abiertas las páginas de la Revista, sumérjase en ellas.

Ramiro Gómez Salas
Lima, Perú

Sección Novedades Existenciales

Susana Signorelli
Bs. As., Argentina

Entre el 3 y el 6 de mayo de 2023 se llevó a cabo en la ciudad de Atenas, Grecia, en el Hotel Royal Olympic, el **III Congreso Mundial de Terapia Existencial**. Allí pudimos estar presentes un grupo importante de delegaciones de ALPE: Argentina, Brasil y México, como así también miembros de la nueva filial de ALPE: España, a quienes a través de este medio les damos la bienvenida. Nos enorgullece seguir creciendo y extendiendo nuestras fronteras.

Para dar continuidad a los congresos mundiales, el IV se realizará en la ciudad de Denver, Estados Unidos, en el año 2026.

A raíz de las repercusiones del mencionado Congreso, ALPE Argentina tomó la decisión de organizar en la ciudad de Buenos Aires unas Jornadas en el mes de noviembre, presentando los trabajos de los argentinos que tuvieron participación en Atenas, esto entusiasmó a integrantes de otras delegaciones como México y de la nueva filial España, para presentar sus propios trabajos. Esperamos que nuestros lectores nos acompañen en este evento.

El 6 de mayo también tuvimos en Atenas, la primera reunión del **Movimiento Existencial**, entidad recientemente creada por Emmy van Deurzen que invitó a participar como miembros del Consejo Asesor Internacional Honorario, a un grupo de destacados terapeutas existenciales del mundo. Ellos son: Martín Adams, (Reino Unido), Mick Cooper (Reino Unido), Erik Craig (Estados Unidos), Peter Donders (Noruega y Países Bajos), Simon du Plock (Reino Unido), Evgenia Georganda (Grecia), Louis Hoffman (Estados Unidos), Alice Holzhey-Kunz (Suiza), F. Jak Icoz (Turquía), Rimas Kočiūnas (Lituania), Alfried Längle (Austria), Mia Leijssen (Bélgica), Dmitry Leontiev (Rusia), Yaqui Martinez-Robles (México), Gideon Menda (Israel), Lucia Moja-Strasser (Francia), Kirk J. Schneider (Estados Unidos), Elisabeth Serrander (Suecia), Susana Signorelli (Argentina), Dan Stiwne, (Suecia), Alison Strasser (Australia), Irvin David Yalom (Estados Unidos), Semyon Yesselson (Rusia). Algunos de los cuales estuvimos presentes en esa reunión, como lo indica la foto.
El comité directivo está compuesto por colegas de la Academia Existencial, Emmy van Deurzen como presidente, y los siguientes miembros: Digby Tantam, Claire Arnold-Baker, Nancy Hakim-Dowek, Neil Gibson y Jo Molle.
EL propósito de esta nueva organización parte de la necesidad de acercar las ideas de la psicoterapia existencial, el asesoramiento y el coaching al público en general para abordar las preocupaciones de la sociedad y entablar debates con aquellos que están menos informados sobre este enfoque. Las discusiones permitirán expresar la experiencia en forma de ideas, conocimiento y toma de conciencia sobre lo que significa ser humano.
Cualquiera de nuestros lectores puede comunicarse con nosotros para formar parte de este nuevo movimiento. Deseamos que toda Latinoamérica se integre, lo cual impulsará la creación de ideas existenciales para el resto del mundo.
Página web: www.existentialmovement.world
Facebook:
https://www.facebook.com/groups/924279988918157



De izquierda a derecha: Yaqui Martínez de México, Anna Lelyk de Ucrania, Semjon Yesselson de Rusia, Xuefu Wong de China, Gideon Menda de Israel, Emmy van Deurzen de Reino Unido, Digby Tantam de Reino Unido, Susana Signorelli de Argentina, Jack Icoz de Turquía, Evgenia Georganda de Grecia, Claire Arnold-Baker de Reino Unido, Elizabeth Serrander de Suecia, Simon de Plock de Reino Unido, Alfried Langle de Austria y Martín Adams de Reino Unido.

Sección Ensayos y Revisión

Ensayo psicológico y vivencial sobre el abuso sexual

Psychological and experiential essay on sexual abuse

Julie Paola Lizcano Roa
Bogotá, Colombia

Directora de Identidades de la Revista Diversidades de la Universidad de La Salle

Resumen
Según la OMS (2009) el abuso sexual está caracterizado como un comportamiento sexual que ocurre sin el consentimiento de la persona o bajo la coacción de una de las partes, es un evento de alta incidencia que acontece en distintos estratos socioeconómicos, diferentes culturas, ámbitos y etapas de la vida. En este escrito se hará un reflexión psicológica y vivencial, dando en este una amplia ilustración, respecto a las características del abuso sexual, su detección, las particularidades presentadas por parte de los agresores, la incidencia del contexto familiar y social, las consecuencias producto del abuso sexual y el abordaje de la dinámica psicológica de la persona abusada.

Palabras claves
abuso sexual, etapas, familia, víctimas, reacciones psicológicas.

Abstract
According to the OMS (2009) sexual abuse is characterized as a sexual behavior that happens without the consent of a person or under the coercion of one of the parts, it is an event that occurs frequently in different socioeconomic status, different cultures and life stages. In this writing a psychological and experiential reflection will be made, giving in it a broad illustration, regarding the characteristics of sexual abuse, its detection, the particularities presented by the aggressors, the incidence of the family and social context, the consequences product of sexual abuse and the approach to the psychological dynamics of the abused person.

Keywords
sexual abuse, states, family, victims, psychological reactions.

Introducción

"Puede que mi granero se haya quemado, pero ahora puedo ver la luna".

Mizuta Masahide

Postura psicológica del abuso sexual

La Organización Mundial de la Salud, entiende el abuso sexual como una acción en la cual se involucra a un menor en una actividad sexual que él o ella no comprende completamente, para la que no tiene capacidad de libre consentimiento o su desarrollo evolutivo (biológico, psicológico, social y espiritual) no está preparado o también que viola las normas o preceptos sociales. Los menores pueden ser abusados sexualmente tanto por adultos como por otros menores que tienen- en virtud de su edad o estado de desarrollo- una posición de responsabilidad, confianza o poder sobre la víctima, con el fin de gratificar o satisfacer a la otra persona (o a un tercero). (González, Téllez y Bautista, 2021)

Por ejemplo, en Colombia en el año 2015 como lo menciona el informe de medicina legal las valoraciones medicolegales por presunto delito sexual se incrementaron en 1.040 casos, las víctimas más frecuentes fueron las mujeres en todos los ciclos vitales, expresión de que la violencia sexual también es una manifestación de las violencias basadas en género, sin respetar la edad. (Cifuentes, 2015)

Para Emmy van Deurzen, en Martínez (como se citó en Estrada, 2017) expone lo siguiente en cuanto al concepto de salud y enfermedad:

"(…) el malestar psicológico no es sinónimo de enfermedad, sino que evidencia un problema personal con la propia filosofía de vida, puesto que 'si la persona cree que la vida "puede y debe ser perfecta', cada problema trae a su vez una gran frustración, una desilusión masiva por la sensación de la 'injusticia' de la vida y las 'desafortunadas tragedias' que la acompañan". (p.6)

Retratada esta postura y concerniente con el contexto colombiano, sobre el concepto de abuso sexual, la persona comprende esta condición como una actividad criminal, ya sea de contacto físico o psicológico que ocurre en contra de su cuerpo o humanidad sin consentimiento alguno, de esta manera se entiende que el abuso sexual no es una enfermedad, sino una condición personal generada por una factor externo negativo, que trae consecuencias y malestares tanto físicos, como psicológicos
(ansiedad, estrés postraumático, depresión, psicosis) los cuales es necesario intervenir de manera profesional para superar sus consecuencias. (Echeburúa y Guerrica, 2000).

Solo en el 50% de los casos los niños revelan el abuso; únicamente el 15% se denuncia a las autoridades; y tan solo el 5% se encuentran envueltos en procesos

judiciales. Al contar los menores con muchas limitaciones para denunciar los abusos sexuales y no presentar habitualmente manifestaciones físicas inequívocas (debido al tipo de conductas sexuales realizadas: caricias, masturbaciones, etc.). Los menores muy pequeños pueden no ser conscientes del alcance del abuso sexual en las primeras fases, lo que puede explicar la compatibilidad de estas conductas con el cariño mostrado al adulto por el menor. (Milner y Crouch, 2004)

Al menos un 80% de las víctimas sufren consecuencias psicológicas negativas. El alcance del impacto psicológico va a depender del grado de culpabilización del niño por parte de los padres, así como de las estrategias de afrontamiento de que disponga la víctima. En general, las niñas tienden a presentar reacciones ansioso-depresivas; los niños, fracaso escolar y dificultades inespecíficas de socialización, así como comportamientos sexuales agresivos. (Cantón y Cortés, 2001)

No todas las personas reaccionan de la misma manera frente a la experiencia de victimización, ni todas las experiencias comparten las mismas características. El impacto emocional de una agresión sexual está modulado por cuatro variables: el perfil individual de la víctima (estabilidad psicológica, edad, sexo y contexto familiar); las características del acto abusivo (frecuencia, severidad, existencia de violencia o de amenazas, cronicidad, etc.); la relación existente con el abusador; y, por último, las consecuencias asociadas al descubrimiento del abuso. (Vázquez, 2004)

En general, la gravedad de las secuelas está en función de la frecuencia y duración de la experiencia, así como del empleo de fuerza y de amenazas o de la existencia de una violación propiamente dicha (penetración vaginal, anal o bucal). De este modo, cuanto más crónico e intenso es el abuso, mayor es el desarrollo de un sentimiento de indefensión y de vulnerabilidad y más probable resulta la aparición de síntomas.

Respecto a la relación de la víctima con el agresor, lo que importa no es tanto el grado de parentesco entre ambos, sino el nivel de intimidad emocional existente. De esta forma, a mayor grado de intimidad, mayor será el impacto psicológico, que se puede agravar si la víctima no recibe apoyo de la familia o se ve obligada a abandonar el hogar. Por otro lado, en lo que se refiere a la edad del agresor, los abusos sexuales cometidos por adolescentes resultan, en general, menos traumatizantes para las víctimas que los efectuados por adultos. (Mas y Carrasco, 2005)

La violencia sexual es una de las modalidades de violencia de mayor impacto, no solo encontramos victimas mujeres, sino menores de edad, y en algunos casos hombres, que son agredidos, en este contexto como una forma de feminizarlos, de ahí que sea considerada como violencia de género. Ya que puede menoscabar la dignidad humana, privar a las personas de su capacidad de autodeterminación y obstaculizar su desarrollo humano. Respecto a los hombres por razones mecánicas, durante una penetración anal no consentida, la víctima puede experimentar una erección, incluso a veces una eyaculación.

Esta reacción puramente física, especialmente problemática para quien sufre violencia sexual, puede luego ser usada por los perpetradores como instrumento de posterior violencia, en forma de burlas y humillaciones. En este tipo de casos, el sentimiento de vergüenza, siempre dominante en la violencia sexual, adquiere una dimensión especialmente fuerte. (Cyrulnik, 2006)

Las consecuencias en la salud mental de las mujeres, hombres, niños, niñas, y adolescentes víctimas de violencia sexual son de igual importancia y sus efectos pueden permanecer por mucho tiempo, y presentarse también a corto, mediano y largo plazo, y también combinarse. Aparecen efectos en la sexualidad, y manifestaciones diversas como ansiedad, depresión, tristeza, miedo, baja autoestima, sentimientos de culpa y un incremento en el abuso de sustancias nocivas, hasta llegar incluso en diversas ocasiones a manifestaciones de autoagresión como puede ser el suicidio. (Greenberg, 2002)

La aparición del abuso sexual se pierde en el tiempo, aunque hay aseveraciones que se aprecia desde el año 3.000 A.C cuando aparece el patriarcado, y ha estado asociada siempre al control de las mujeres, y al ejercicio del poder sobre estas; también existen muchos antecedentes de esta conducta en los conflictos armados de manera sistemática**,** y por supuesto en la sociedad y en las familias. (Walker, 1995)

La violencia sexual se registra en todos los países del mundo. Las muertes consecutivas a actos de violencia sexual pueden deberse a: suicidio, infección por VIH o asesinato. Pero es bien sabido que, las víctimas de agresiones sexuales durante la niñez o la edad adulta tienen mayores probabilidades de suicidarse o de intentar suicidarse. La correlación se mantiene aun después de efectuar ajustes por edad, nivel de instrucción, síntomas de trastorno postraumático por estrés y presencia de alteraciones psiquiátricas. Lo anteriormente mencionado deja en claro la importancia de que las víctimas de agresión sexual acudan a un proceso de atención psicológica que les ayude a elaborar la experiencia traumática.

Los estados emocionales, en psicoterapia, deben discriminarse. En las víctimas de violación sexual es frecuente que aparezca, por ejemplo, tristeza. Esta tristeza como la que se produce por un duelo puede confundirse. El terapeuta deberá poner en la relación terapéutica todos los recursos para encontrar la “fuente” de la que mana y discriminarla Lo mismo ocurre, otro ejemplo, en el fracaso escolar que se atribuye primariamente a malos hábitos del estudiante cuando, en el origen, puede yacer uno o varios episodios de agresión sexual. La lista es larga, valga resaltar la necesidad de un correcto abordaje terapéutico. (Slaikeu, 2004)

El abuso sexual en la infancia es un fenómeno invisible porque se supone que la infancia es feliz, que la familia es protectora y que el sexo no existe en esa fase de la vida. Sin embargo, el abuso sexual infantil puede llegar a afectar a un 15%-20% de la población (a un 4%-8% en un sentido estricto), lo que supone un problema social importante y que afecta a uno y otro sexo (especialmente a niñas). Los menores no son, sin embargo, solo víctimas de las agresiones sexuales, sino que también pueden ser agresores. De he-

cho, el 20% de este tipo de delitos está causado por otros menores. (López, 1997)

El abuso sexual es un tema que en sí implica lo infantil, porque conlleva unos comportamientos de poder sobre un niño o niña que se halla en situación de vulnerabilidad física, mental, social y comportamental por su misma condición evolutiva. (Holmes & Slap, 1998; Kim & Kim, 2005; Echeburúa y Guerrica, 2000; Arriagada y Thiers, 2005; Babatsikos & Miles, 2015; Grosz, Kempe & Kelly, 2000). Así mismo, la mayoría de los estudios sobre abuso sexual ponen su atención en los niños, niñas y adolescentes víctimas, pero existe poco material encontrado sobre las consecuencias en los demás miembros de la familia, quienes, como afirman McCourt, Peel & O'Carroll (1998), se denominan "las víctimas secundarias" o "las víctimas invisibles" del abuso sexual.

Finalmente, los estudios realizados sobre consecuencias psicológicas a largo plazo del abuso sexual infantil confirman la gravedad de los problemas que pueden presentar estas víctimas y su extensión a lo largo del ciclo evolutivo, a pesar de la dificultad que implica el estudio de este tema, así como los múltiples problemas de tipo metodológico que estos estudios suelen presentar. (Pereda, 2009)

Hablando desde la vivencia del abuso sexual

A continuación, expongo el relato de L. quien sufrió abuso sexual en su infancia y quiso compartirlo conmigo al finalizar nuestro proceso terapéutico; agradezco a L. por abrirme su corazón y por permitirme contar una parte de su historia en este artículo, con todo el respeto que se merece les dejo su texto:

Estimado abuso, desde que tengo memoria has estado conmigo, has permanecido un largo tiempo presente, llegaste a ocupar todos los ámbitos de mi vida logrando hacerme olvidar quien soy realmente y quien alguna vez desee ser, me acostumbr**é** tanto a ti que deje de luchar, empecé a sucumbir ante tus deseos, me perdí en tus pensamientos, en tu llanto, deje mi cuerpo, mis amistades, mi familia, mis sueños por ti**;** pero hoy quiero agradecerte porque sin ti no me hubiera levantado más fuerte que nunca, si antes de ti el trato con mi cuerpo o mis relaciones no eran tan buenas, o mis sueños no fueron tan fuertes, hoy, mañana y todos los días lucharé no solo para alejarme de ti, sino para ser mejor de lo que fui antes de ti, buscaré ser mejor que lo que creí que fui contigo, seré la mejor versión de mí misma y te cerraré las puertas de mi vida.

Recuerdo las noches que pasé llorando y gritando en silencio, recuerdo todos los deseos de velita de cumple que gasté pidiendo solo una cosa: ser libre. Recuerdo saber que me quedaba sola en esa habitación y ya no sabía cómo pedirle a Dios que me protegiera.

Ahora entiendo que esa herida se puede cicatrizar y sanar, pero siempre va a estar el recuerdo acompañándome, siempre existirán olores, sabores, personas y lugares que de una u otra manera te recuerden lo ocurrido y eso es incontrolable; esa es la gran tarea como sobreviviente: poder lidiar con la angustia que se genera cuando uno siente, huele o ve cosas similares que sucedieron durante el abuso sexual.

Quiero asegurarme de que hay una vida detrás de todo esto, me niego a querer ser una superviviente, porque solo hay una vida, al menos yo solo conozco esta por ahora y me niego a sobrevivirla: YO QUIERO VIVIRLA.

Un día decidí dejar de culparme y hacer algo más constructivo, perdonarme y soltar algunas cosas de mi pasado que aún me pesaban. Dicen que cuando no llegas a perdonar a una persona, nunca terminas de superar lo que te hizo, no lo sueltas; cargas en tu corazón con el resentimiento, el rencor y la rabia; sentimientos que te intoxican desde dentro y que, a la larga, sólo traen consigo amargura y frustración…Entonces, ¿qué podía pasar si no me perdonaba a mí misma? Nada bueno.

Decidí dejar de justificar mis errores. Que confundimos justificar con perdonar y no es lo mismo. Las justificaciones alivian, a veces vienen bien, pero pueden actuar como una venda en los ojos; las excusas no nos permiten responsabilizarnos de nuestros actos, y así, nunca llegamos a afrontarlos. Sentarme cara a cara con mis equivocaciones, sin justificaciones, ni excusas, pero también sin culpas ni reproches, fue el primer paso.

Decidí dejar de culpar a los demás de mis problemas. Es verdad que a veces no supe elegir bien mis compañías. Invertí esfuerzos en quienes no los merecían, relegando a un segundo plano a personas maravillosas. Pero, al fin y al cabo, esa fue mi elección en ese momento de mi vida; me responsabilicé y me perdoné por ello, aún en mi infancia.

Siempre nos dicen, no te preocupes si te equivocas, que de los errores se aprende'. Pero eso no es tan fácil. Hubo cosas que aprendí a la primera, pero no fueron muchas. Tropecé siete veces con la misma piedra, me caí, me rompí, me levanté y me volví a caer. Culpé a la piedra. Y volví a caer. Intenté cerrar los ojos para no verla. Y volví a caer. Traté de saltarla. Y volví a caer…Y es que no se trataba de ir por el mismo sitio esquivando piedras, sino de cambiar de camino.

Perdoné las lágrimas que solté de más, por cosas que no valían la pena, que no valían mi pena. Fue más duro perdonar las lágrimas que no salieron. Aquellas que nunca encontraron camino a través de mi dolor, que quedaron dentro, ahogando mi corazón.

Me perdoné por haberme dejado en último lugar tantas veces. Por no haberme cuidado y protegido. La tristeza que algunas personas traen a nuestra vida aparece para avisarnos de que nos alejemos de esas personas; si te paras a escucharla, te lo dirá, pero es algo que no solemos hacer. Cuando una situación nos frustra y nos enfada, ha llegado el momento de luchar para salir de ella; pero en lugar de utilizar la fuerza de ese enfado para tomar impulso, se lo echamos a alguien a la cara, o nos lo tragamos y nos quemamos por dentro. Me perdoné por no haber sabido escuchar mejor a mis emociones y valorar su sabiduría*. Me perdoné mis perfeccionismos, mis exigencias, mis miedos. El tiempo perdido en cosas sin importancia, un tiempo que jamás volverá. Paradójicamente el

tiempo es algo que he aprendido a valorar con el tiempo.
Me perdoné no haber sabido valorar lo que tenía, por darme cuenta demasiado tarde. Esto costó más. Recordé los momentos pasados, los momentos felices, aquellos que dan sentido a la vida y me prometí a mí misma no volver a pasarlos por alto. Solté esa parte de mi pasado que siempre me pesó, quedé libre de él y, entonces, pude aceptarme de verdad, entera, completa, con mis luces y mis sombras. Pude soltar de una vez por todas esa maleta de mi pasado que ya no cabía en mi presente. Me sentí libre de cargas antiguas, preparada para lo nuevo que llegue a mi vida. Y entonces me di cuenta de que todos aquellos errores, equivocaciones y pérdidas formaban parte de mí, del mismo modo que mis éxitos y mis alegrías. Abracé todas aquellas experiencias, gracias a ellas soy quien soy.
Y agradecí. Agradecí haber aprendido, tras tantas caídas. Da igual cuantas fueron, aprendí. Agradecí lo que pude dar a los demás, lo que pude darme a mí misma. A partir de hoy, seré más consciente de eso. Agradecí ser quien soy, miré a esa niña interior que llevo dentro y la abracé. Me acepté completa.

Conclusiones

El mayor eco que en los últimos años en los medios de información están teniendo los casos de abusos sexuales cometidos contra menores ha hecho de esta problemática una temática de gran actualidad y notable aprensión social. Problemática cuyo reconocimiento no deja a nadie indiferente y que estimula un rechazo y genera un repulso colectivo. La utilización mediática de los abusos sexuales contra menores representa sin duda una instrumentalización de ésta y de sus víctimas en aras de mensajes impactantes y sensacionalistas con los que incrementar los índices de audiencia. Pero como contrapartida ha permitido estimular la concienciación social en torno a estas cuestiones y con ello mejorar el conocimiento y formación de profesionales que han de abordarlas.
Se recomienda, emprender acciones para estudiar el abuso sexual desde un estatuto científico que permita mayor comprensión del fenómeno y que haga posible una difusión de normas o contenidos destinados a sensibilizar a la población con la intención de aumentar los niveles de prevención, intervención temprana, y participación de organizaciones sociales y de profesional. Desde esta perspectiva de comprensión, serían pertinentes investigaciones futuras como, por ejemplo, acerca de la vivencia en niños en comparación a la de las niñas; o, sobre la incidencia y prevalencia en un entorno familiar afectado por este evento, en relación a las repercusiones del secreto familiar y la transmisión intergeneracional como efecto en las costumbres, comportamientos y prácticas de crianza de dicho contexto familiar.
Asimismo, es claro que el abuso sexual perpetrado por hombres ha sido estudiado con más profundidad como se evidencia en la literatura revisada. Pero, no se han hecho averiguaciones avanzadas respecto al abuso sexual perpetrado por mujeres.
Desde el punto de vista representacional, es importante asumir elementos de análisis más profundos, utilizando esquemas de evaluación estandarizados como el test de relaciones objetales y los test proyectivos, que pueden dar lugar a evaluaciones más extensas y generalizantes. De esta manera, se va transitando el camino del modelo cualitativo desde otros puntos de vista, mediante los cuales se pueda profundizar la complejidad de la realidad
evaluada. Además, aplicar la mirada existencial donde hay procesos del ser humano que están dados por procesos biológicos o bien por regularidades observables en el aparato psíquico, sin embargo, no todo se encuentra supeditado a leyes; el centro esencial del hombre es la persona con sus decisiones, responsabilidades y comprensiones del mundo, donde siempre puede decidir por sí misma.
En la psicoterapia analítico existencial ambos mecanismos son importantes: las explicaciones ayudan al paciente a reconocer las condiciones en que se encuentra, aquello que necesariamente debe ocurrir, por lo tanto, provee de alivio y soporte. Y la comprensión favorece el fortalecimiento de la persona, abre la libertad y el espacio a ésta, por lo que le permite sobrepasar el hecho de ser víctima de las circunstancias y vivenciarse con posibilidades más allá de lo ya dado. En ambos niveles también oscilará la psicoterapia del abuso sexual.
Pero va más allá de identificar ámbitos donde han podido desempeñarse adaptativamente: es la convicción de que, cualquiera sea la severidad del daño, existe una dimensión del ser humano que no puede ser dañada, y que desde allí es posible generar la reconstrucción de su sentido de vida.
En cuanto a la intervención, se recomienda brindar atención psicológica a los padres y madres víctimas secundarias de abuso sexual extrafamiliar. En estos casos, como se ha planteado, las víctimas de abuso sexual presentan una carga emocional fuerte que no siempre logran tramitar, las repeticiones de esos elementos literalmente actúan casi como un cáncer en los sistemas familiares y personales que los contienen.
En síntesis, la experiencia de abuso sexual conlleva importantes repercusiones para sus víctimas en todos los períodos del ciclo evolutivo, siendo necesario que los profesionales sean capaces de detectar estas problemáticas para poder intervenir en estos casos de forma adecuada y eficaz. La vida es finalmente simple, aun cuando sea difícil y esté plagada de sufrimiento; lo complejo es vivir, y en eso muchas veces necesitamos ayuda. La persona abusada necesita pasar de sobrevivir -que es lo que puede llegar a hacer por muchos años- a reaprender, recordar cómo vivir. Quienes logran hacerlo pueden llegar a llevar en sí la más profunda vivencia de amor hacia la vida.

Referencias

Arriagada, A., y Thiers, C. (2005). Diseño, implementación y validación de una intervención
psicoeducativa grupal para padres no agresores de niños víctima de abuso sexual (Tesis de grado). Universidad de Chile, Santiago de Chile. Disponible en http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/113530
Babatsikos, G. & Miles, D. (2015.). How parents manage the risk of child sexual abuse: a grounded theory. Journal of

child sexual abuse, 24(1), 55-76. https://doi.org/10.1080/10538712.2015.981352
Cantón, J. y Cortés, M.R. (2001). Sintomatología, evaluación y tratamiento del abuso sexual infantil. En V.E. Caballo y M.A. Simón (Eds.). Manual de psicología clínica infantil y del adolescente. Madrid. Pirámide, pp. 293-321.
Cifuentes, S. (2015). Exámenes médico legales por presunto delito sexual. Colombia, 2015. Grupo Centro de Referencia Nacional sobre Violencia. Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. Bogotá- Colombia. Recuperado de https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/49523/Violencia+sexual.pdf.
Cyrulnik, B. (2006.) "La maravilla del dolor" El sentido de la resiliencia. Editorial Granica, Argentinz.
Echeburúa, E. y Guerrica, C. (2000). Abuso sexual en la infancia: víctimas y agresores. Barcelona. Ariel.
Estrada, L. (2017). Referente de Pensamiento eje 3: Teorías y Métodos Humanismo ¿qué aplicaciones tiene el enfoque humanista-existencial desde sus modelos terapéuticos? Fundación Universitaria Areandina. Bogotá D.C. Recuperado de https://digitk.areandina.edu.co/handle/areandina/2427
González, N., Téllez, N., Bautista, A. (2021). "Fundamentos filosóficos y sociológicos del proceso de superación del especialista en menores para la prevención del abuso sexual infantil". Recuperado de https://www.eumed.net/es/revistas/observatorio-de-las-ciencias-sociales-en-iberoamerica/ocsi-agosto21/fundamentos-superacion-especialista
Grosz, C., Kempe, R. & Kelly, M. (2000). Extrafamilial sexual abuse: treatment for child victims and their families. Child abuse & neglect, 24(1), 9-23. https://doi.org/10.1016/S0145-2134(99)00113-1
Holmes W, & Slap G. (1998). Sexual abuse of boys: definition, prevalence, correlates, sequelae, and management. Journal of the American medical association, 280 (21), 1855-1862. http://dx.doi.org/10.1001/jama.280.21.1855
Kim, H. & Kim, H, (2005). Gender differences in delinquent behavior among Korean adolescents. Child psychiatry and human development, 35(4), 325-345. https://doi.org/10.1007/s10578-005-2691-1
López, F. (1997). Abuso sexual: un problema desconocido. En J. Casado, J.A. Díaz y C. Martínez (Eds.) (1997). Niños maltratados. Madrid. Díaz de Santos, pp. 161-168.
Martínez, Y. (2011) Escuela inglesa de psicoterapia existencial. Psicoterapias existenciales. ISBN Impreso: 9789589446416.Bogotá: Colombia: Manual Moderno.
Mas, B. y Carrasco, M.A. (2005). Abuso sexual y maltrato infantil. En M.I. Comeche y M.A.
Pereda, N. (2009). Consecuencias psicológicas iniciales del abuso sexual infantil. Papeles del Psicólogo, 30 (2), 3- 13.
Vallejo (Eds.). Manual de terapia de conducta en la infancia. Madrid. Pirámide, pp. 231-266.
McCourt, J., Peel, C. & O'Carroll, P. (1998). The effects of child sexual abuse on the protecting parent (s): identifying a counselling response for secondary victims. Counselling psychology quarterly, 11(3), 283-299. http://dx.doi.org/10.1080/09515070.2017.1336077
Milner, J. y Crouch, J. (2004). El perfil del niño víctima de violencia. En J. Sanmartín (Ed.). El laberinto de la violencia. Causas, tipos y efectos. Barcelona. Ariel, pp. 195-203.
Vázquez, B. (Ed.) (2004). Abuso sexual infantil. Evaluación de la credibilidad del testimonio. Valencia. Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia.
Slaikeu, K. (1988) Intervención en crisis. Manual para práctica e investigación. México. Editorial El Manual Moderno, S. A. de C.V.

Curriculum

Psicóloga de la Universidad Santo Tomás. Diplomada en aplicaciones clínicas del modelo fenomenológico existencial del Instituto Colombiano de Logoterapia y análisis existencial. Especializada en pedagogía y docencia de la Fundación Universitaria del Área Andina. Ganadora del premio Pablo Rispo de psicología, 2014. Mg. en Psicología clínica y de la salud de la Universidad Atlántico de Barcelona y Universidad Internacional Iberoamericana de México. Autora del libro "Análisis existencial en la escuela de la Restricción al encuentro creativo", "Lágrimas furtivas" y "Polo a Tierra".

Correo de contacto:
julilizcano801@gmail.com

Fecha de presentación: 19/04/2023

Fecha de aceptación: 04/07/2023

Understanding the meaning of work from existential psychology

Néstor Raúl Porras Velásquez
Bogotá, Colombia

Resumen
El propósito principal de este artículo reflexivo es resaltar las implicaciones para la práctica de la psicología del trabajo en el contexto organizacional contemporáneo de un trabajo significativo. El trabajo como actividad profesional orientada por los valores de creación, en los que se reconoce la contribución de los trabajadores al logro de los objetivos y propósitos de una empresa en particular. El método consistió en un análisis documental de artículos de divulgación científica que abordan la cuestión del sentido en la vida de las personas, particularmente en el contexto de trabajo. Los resultados muestran que el trabajo adquiere sentido y es significativo cuando las personas logran integrar los valores creativos con sus actividades diarias, sintiendo que están contribuyendo a una meta superior, a unos objetivos colectivos y, a propósitos trascendentales que van más allá de sus intereses y sus puestos de trabajo

Palabras clave
Psicología del trabajo, sentido de vida, valores de creación y autorrealización.

Abstract
The main purpose of this reflective article is to emphasize the importance and implications for the practice of work psychology in the contemporary organizational context of the subjective experience of meaningful work. Work as a professional activity focused mainly on the personal values of creation, proposed by Viktor Frankl, which recognizes the contribution of workers to the achievement of the objectives and purposes of a particular company. The method consisted of a documentary analysis of various books and popular science articles that address the question of meaning in people's lives, particularly in the work context. The results show that work is meaningful when people are capable of integrating personal creative values of creation in their daily activities, feeling that they are contributing to a higher goal, to collective objectives, and to transcendental purposes that go beyond their goals. interests and their jobs.

Keywords
Psychology of work, meaning of life, values of creation and self-realization.

Introducción
En la actualidad, las prácticas de gestión de humana tienden a crear experiencias de trabajo que faciliten la realización del potencial humano de los colaboradores con el objetivo de aumentar el nivel de compromiso, la satisfacción laboral y la motivación, por un lado. También pretenden, por otro lado, elevar la sensación de bienestar psicosocial y subjetivo de todos sus empleados. Por ello, enfatizar las prácticas que promuevan los aspectos positivos del trabajo y potencien las habilidades, talentos y fortalezas de los trabajadores que tendrá un impacto positivo no solo en la salud mental sino también en la productividad organizacional.

Según Porras (2020*),* desde un punto de vista psicológico, el trabajo implica para las personas, entre otras cosas, la oportunidad y la posibilidad de utilizar sus talentos, potencialidades y fortalezas, contribuyendo significativamente al funcionamiento de la empresa y, a la vez, participar activamente en el desarrollo de su comunidad. En este sentido, se espera que los discursos y prácticas psicológicas aplicables al trabajo y las organizaciones hagan un aporte importante a la pregunta: ¿cómo puede una organización encontrar la forma de liberar el potencial de sus colaboradores?

En este contexto, muchas personas se preguntan: ¿cómo puedo encontrarle el sentido a mi vida laboral y lograr una satisfacción plena a través del trabajo que realizo diariamente?, puesto que las condiciones de trabajo en las que laboran, les genera más malestar emocional que experiencias de placer y disfrute. De otro lado, para muchas personas su trabajo significa aburrimiento, fastidio, apatía, cansancio físico, desgaste mental, agotamiento psíquico, vacío existencial, falta de compromiso y sentido. Por esta razón, los aportes provenientes de la investigación rigurosa en psicología científica procuran ofrecer alternativas de solución a estos problemas en el campo del trabajo, tal como lo ha sugerido Porras (2010).

La Nueva Psicología Positiva, propuesta por el psicólogo norteamericano Martín Seligman a principios del siglo XXI, ha tenido un impacto significativo en el mundo del trabajo. Según Porras (2020), Seligman, asume que el desarrollo de las fortalezas, talentos y capacidades humanas les permiten a las personas desenvolverse armónicamente en su trabajo. Porque esta nueva perspectiva psicológica implica partir del autoconocimiento, del descubrimiento de nuestros valores personales y profesionales, para que podamos encontrar una forma más armoniosa y equilibrada de vivir nuestra vida. En pocas palabras, vivir con mayor plenitud y sentido nuestra vida laboral.

Al respecto, es importante y oportuno reiterar que uno de los aportes más importantes e interesantes del enfoque humanista a la psicología contemporánea es el concepto de autorrealización. Para Malow (1991), la autoconciencia incluye desarrollar todo el potencial y lograr una vida plena y significativa. Es importante y oportuno resaltar que la satisfacción de las necesidades psicológicas es un aspecto fundamental de este enfoque psicológico, dadas las consecuencias que esta satisfacción tiene en la vida de las personas.

De acuerdo con Porras y Parra (2019), la felicidad en el trabajo se encuentra entre obtener un número acumulado de experiencias placenteras a lo largo del día y el sentido que trasciende la experiencia inmediata de satisfacción laboral. Además, el significado del trabajo tiene un impacto positivo en la salud mental de los trabajadores.

El trabajo, desde el punto de vista psicológico, es, según Porras (2016), una experiencia subjetiva de realización personal que implica la satisfacción de la necesidad trascendente de la autorrealización en los seres humanos. Lo anterior está basado en los planteamientos del psicólogo Abraham Maslow, (1954, citado por Globe (1977)). Además, la importancia del trabajo como actividad exclusivamente humana y transformadora de la realidad física, económica, social y psicológica de las personas, tiene distintos sentidos o significados según el contexto histórico, a partir de los procesos de atribución e interacción social (Porras, 2010).

Por ejemplo, en la era industrial, el significado y el valor del trabajo estaban orientados por las respuestas al por qué y para qué trabaja la gente. Estas respuestas tienen implicaciones teóricas y prácticas para el ejercicio profesional de los psicólogos del trabajo y de las organizaciones, ya que facilitan la comprensión de los significados y valores que las personas tienen, a partir del análisis de los procesos atribucionales del rol o papel que esta actividad social y simbólica implica para ellos. En pocas palabras, según los estudios realizados por Porras-Velásquez (2017), aquí se trata de preservar la importancia y la centralidad del trabajo en la estructuración psíquica de los seres humanos.

Un primer aspecto para considerar es el planteamiento de la psicología humanista existencial, que servirá de amplio marco de referencia para este documento.

Psicología existencial

La psicología existencial es una aproximación teórica y aplicada a la psicología contemporánea, que sustenta su perspectiva en las filosofías fenomenológico-existenciales. Las bases de la Psicoterapia Existencial se encuentran en la filosofía de principios del siglo XIX, con los filósofos cuyo trabajo se centraba en la existencia humana. Inicialmente con Kierkegaard y Nietzsche. Además, de las aportaciones de pensadores como Karl Jaspers, Edmund Husserl y Jean-Paul Sartre.

Esta perspectiva se ha interesada en analizar y profundizar su estudio sobre el sentido que la existencia tiene para cada uno de nosotros. De esta forma, busca un análisis profundo de las grandes preguntas universales: la muerte, la libertad, la culpa, el tiempo y el significado. En pocas palabras, la psicología existencial enfoca su atención en el análisis del modo en el que todo ser humano construye su forma de ser y de estar en el mundo. Por esta razón, Villegas (2009), considera la psicoterapia como un proceso de reconstrucción del significado de la experiencia.

En 1950, llega a los Estados Unidos de Norteamérica donde psicólogos, como Allport, Roger, Fromm y Maslow, se refirieron a ella explícitamente y a comienzos de 1960, se empieza a considerar que el análisis existencial forma parte de los denominados modelos humanístico-existenciales. Su propuesta es considerar y sujetar la investigación psicológica como experiencias únicas de la naturaleza humana como son el amor, la alegría, la esperanza, la libertad, la responsabilidad y el sentido de la vida.

Otra perspectiva de la psicología existencial es la logoterapia cuyo principal representante es Víctor Frankl. Este modelo de terapia centrada en el sentido sostiene que para el ser humano es fundamental producir un sentido que le permita una existencia que trascienda las necesidades biológicas de la vida a través de sus realizaciones de orden espiritual. En pocas palabras, el sentido de la existencia es único en el aquí y en el ahora de cada persona. Además, por su estrecha conexión con la filosofía fenomenológica, esta visión teórica otorga gran importancia al libre albedrío, es decir, según Aguirre (1999), la capacidad humana para elegir y tomar decisiones.

Por su parte, Nye (2002) considera que la búsqueda del sentido es la motivación humana más básica. Según Rogers (1990), a medida que se desarrolla el ego o autoconcepto, el perfeccionismo trabaja para actualizar esta posición de personalidad emergente. Por esta razón, Rogers (1995) llama a esta tendencia autorrealización. Según la aplicación de su verdad existencial, Rogers (1990) sostiene que cada uno de nosotros tiene la oportunidad de ser quien realmente somos y que la vida es un proceso de cambio y crecimiento en el que cada persona tiene la capacidad de adquirir las habilidades básicas y necesarias para afrontar su problema. En resumen, ser verdaderamente uno mismo significa aceptar la responsabilidad incondicionalmente y caminar libremente por el camino del ser humano.

Globe (1977) nos recuerda que, según la sugerencia psicológica de Maslow, "las personas deberían ser tanto como puedan ser" (p. 54). Además, la necesidad de autorrealización se describe como “el deseo del hombre de ser todo lo que es capaz de hacer” y la necesidad de “superación personal suele surgir después de haber sido razonablemente satisfecha; necesidad de ser amado y reconocido” (Globe, 1977, p. 54).

Desde el punto de vista de la terapia de significado y el análisis existencial, Frankl (2004, 2008, 2018) sostiene que es posible generar un sentido a la existencia adquiriendo tres tipos de valores trascendentales, a saber: valor creativo, valor de experiencia y valor de actitud. Según Viktor Frankl, los valores de la creatividad están relacionados con lo que hacemos, la intensidad con la que nos dedicamos a la tarea y el compromiso personal que ponemos y llevamos a cabo. El valor experiencial se relaciona principalmente con los sentimientos, experiencias y momentos significativos que derivamos de nuestras interacciones con el mundo y otras personas. Finalmente, los valores actitudinales hacen referencia a las actitudes que se desarrollan ante la adversidad y representan la madurez en nuestra capacidad para afrontar y superar el sufrimiento.

Teniendo en cuenta lo dicho hasta el momento y para los propósitos de este artículo, enfocaremos la mirada y la atención, en los siguientes párrafos, en los valores de creación, de los que hace parte el trabajo como

actividad humana para trascender y encontrar una razón no solo para ser sino para vivir con plenitud y gratitud.

Otro aspecto a tener en cuenta en esta reflexión es la dimensión relacional de la existencia humana y de las relaciones de trabajo. Esto significa que, la experiencia de la existencia humana no transcurre en un vacío ni social, ni cultural ni mucho menos histórico. Por esta razón, el sentido de la vida y del trabajo se va tejiendo en esa red dinámica, sociocultural e histórica que configura la realidad existencial de los seres humanos.

El sentido del trabajo como significados atribuidos y compartidos

Bauman (2008) sugiere que el sentido del trabajo se busca, o más bien se encuentra, ajustándose a la ética del trabajo. En suma, la ética del trabajo para este autor es una regla de vida con dos postulados explícitos y dos supuestos implícitos: primero, si quieres lograr lo necesario para la vida y la felicidad, debes hacer lo que los demás consideren valioso y digno de recompensa. Nada es gratis: siempre es la frase "Qué doy, que me das", hay que dar primero y luego recibir después. La segunda premisa es contentarse con lo logrado y ahorrar menos en lugar de buscar más lo que es erróneo, estúpido y moralmente dañino; que es irrazonable e irracional dejar de luchar por la satisfacción; que el descanso no es bueno a menos que sea rejuvenecedor y siga funcionando. En otras palabras: el trabajo es en sí mismo un valor (p. 25).

Como se desprende de la cita anterior, en este contexto normativo y ético, trabajo, trabajo y trabajo es un principio ético que rige el comportamiento de los actores individuales y colectivos. Este tipo de comportamiento en el mundo laboral moderno se considera más imperativo y posiblemente más coercitivo que justificado. En este sentido, “Trabaja como loco y produce como loco”. "Sigue trabajando". “Trabajar y consumir como locos” es el nuevo eslogan que convierte el trabajo humano en una mercancía. Por eso, nos resulta fácil creer, como señala Bauman (2008), que trabajar es bueno y no trabajar es malo. Independientemente de las condiciones, las consecuencias y las consecuencias de esta acción forzada nos dicen que "trabajemos hasta morir". Esta situación fue discutida extensamente por el filósofo Han (2017) en su libro titulado “La sociedad del cansancio”. Lo importante no es sólo el exceso de trabajo, el exceso de trabajo y la obsesión, sino también la abnegación y el autodominio, basados en la idea de libertad y acción irrestricta para el cuerpo emprendedor y empresario.

En la sociedad actual, el imperativo moral del trabajo significa que la mayoría de las personas tienen la capacidad de trabajar, que deben vender para ganarse la vida, dándosela a quienes pueden comprarla a cambio de lo que se merecen. La mano de obra se ofrece como una mercancía en los mercados laborales que se autorregulan para que sus acuerdos comerciales sean más justos. Sin embargo, no debe olvidarse que los pobres solo pueden trabajar y que son recompensados o compensados adecuadamente no solo por el trabajo realizado sino también por su disposición a seguir trabajando (Bauman, 2008).

Blanch (2007), parte del supuesto de que el trabajo es una categoría central de la existencia y experiencia humana, individual, social y colectiva. Además, es una actividad que va más allá de la economía, proporcionando un modelo para determinar el sentido, o más bien el sentido del trabajo a través de una estructura multidimensional que incluye tres grandes ejes semánticos, los siguientes: a) Centralidad del trabajo (la importancia y los valores del trabajo como rol de vida), b) Actividad humana (relacionadas con el desempeño del rol profesional) y, c) Los resultados valiosos del trabajo (que establecen objetivos laborales preferentes).

Este modelo ha servido de referente para muchas investigaciones en el campo de la psicología social del trabajo y de las organizaciones productivas, mostrando sus bondades para quienes están interesados en averiguar sobre los procesos de construcción de significados compartidos en las culturas organizacionales (Zangaro, 2011).

Recientemente, encontramos que el trabajo y sus significados para las personas jóvenes, se amplía y se hace cada vez más complejo en el marco de la cultura del ciberespacio y de la sociedad multicultural más incluyente, en la que se producen dichos significados. Aunque se plasme concretamente en dichos ámbitos, los significados construidos sobre el trabajo influyen y condicionan tanto las decisiones que toman las personas en sus vidas como las conductas e interacciones en los grupos sociales y colectivos que conforman las comunidades y organizaciones humanas.

Por lo tanto, los aspectos relevantes del trabajo para la práctica psicológica y la búsqueda de un enfoque psicosocial del desempeño en el trabajo no se limitarán al análisis de las interacciones y al estudio de las actividades individuales o colectivas. Tampoco se refieren solo al significado socialmente compartido que se atribuye a este hecho dentro de una cultura y época determinada. Por el contrario, abarcará un buen número de fenómenos complejos relacionados con la realidad laboral. De esta manera, el desempleo, la jubilación o la relación entre el ámbito laboral y otros ámbitos de la vida humana (tiempo libre, familia, etc.) son fenómenos relevantes para una psicología del trabajo desde una perspectiva social. (Peiró, Prieto & Roe, 1996).

¿Qué sentido tiene el trabajo en la vida de las personas?

El problema del sentido del trabajo, en la vida humana, no es una constante, especialmente cuando las condiciones del trabajo se reducen a factores económicos y monetarios, sino que, en muchos casos, los trabajadores solo piensan en la supervivencia sin querer superarse o buscar trascender.

Asimismo, es obvio que el ser humano no está siempre ni de manera consciente buscando el sentido de su vida o de cada acción que realiza durante su existencia. En algunos casos, no encontramos una respuesta satisfactoria a las preguntas sobre el por qué y el para qué de lo que hacemos en el mundo del trabajo (Porras, 2020). En esas circunstancias o momentos particulares de nuestra existencia, sentimos un “vacío existencial”, una falta de coherencia, congruencia y

consistencia internas entre lo que pensamos, sentimos y hacemos que nos genera mucho malestar psíquico, emocional y espiritual (Frankl, 2004, 2008. 2018; Luna 1996).

Frankl (2018), integra la capacidad de sufrir del ser humano en el inventario de la madurez psíquica y espiritual de las personas, del mismo modo que lo hace con la capacidad de amar y trabajar. En otras palabras, la capacidad de vivir implica la capacidad de sufrir, sentir culpa y enfrentar la posibilidad de la propia muerte, pues todas estas experiencias, igual que la alegría y la felicidad, forman parte de la vida humana.

Ahora bien, en el caso concreto del trabajo, hay momentos de nuestra vida laboral, en que nos sentimos demasiado presionados, agotados, angustiados y agobiados por las tareas o actividades que tenemos, debemos o nos comprometimos a hacer, y que a pesar de los grandes esfuerzos y el tiempo de dedicación por cumplir con lo acordado, sentimos y pensamos que si no estamos cumpliendo es porque no nos gusta lo que hacemos o ya no nos apasiona esa actividad, a pesar de reconocernos y sentirnos competentes o capaces (Porras y Parra, 2018). En esos momentos de angustia e incertidumbre en que se produce el sentimiento de vacío existencial no logramos niveles altos ni de desempeño ni de satisfacción laboral.

En este orden de ideas, podemos afirmar, inicialmente, que el sentido del trabajo está constituido por una serie de creencias aprendidas socioculturalmente por la persona sobre lo que significa el trabajo en su vida y que condiciona su comportamiento laboral. Por esta razón, si una persona cree que el trabajo es un castigo divino por un pecado cometido el sentimiento de culpa lo acompañará en su labor diaria y trabajará como un castigado. De igual forma, si una persona cree que el trabajo es una oportunidad para expresar su talento y valía personal, entonces trabajará aportando lo mejor de sí mismo a la comunidad receptora de sus servicios o productos (Porras, 2012).

El sentido del trabajo también hace referencia, al sentimiento de coherencia interna que el trabajador siente entre sus valores y sus acciones. Esta coherencia se manifiesta en sus relaciones con un grupo o equipo de trabajo, con la organización y consigo mismo entre lo que pensamos, sentimos y hacemos como parte de una empresa para lograr nuestros propósitos vitales. Por esta razón, cuando sentimos que hay incoherencia entre las tres dimensiones mencionadas, se genera una desconexión emocional con las actividades que estamos ejecutando. Situación que produce un elevado nivel malestar psíquico y un bajo nivel de productividad y desempeño laboral (Porras, 2012a).

Peralta (2009), entiende que los trabajadores, son actores y sujetos sociales, que construyen sus sentidos de vida a partir de la relación entre lo que se da objetivamente (lo que se experimenta como realidad exterior) y los significados subjetivos (lo que se experimenta como algo interior a la conciencia del individuo). En otras palabras, el sentido del trabajo es una construcción social y colectiva que el sujeto encarna en su discurso y práctica existencial y que sirve como motivador principal, de origen interno en los sujetos contemporáneos en el mundo del trabajo (Porras, 2014).

Según Martínez (2020), se puede decir que el proceso de encontrar un sentido en lo que hacemos como trabajo, implica volver a conectarnos de nuevo con lo valioso o significativo. En otras palabras, hacer una conexión de lo que pensamos, sentimos y hacemos con las actividades, circunstancias, objetos y personas valiosas e importantes para nosotros requiere tiempo y esfuerzo, pero es necesario realizarlo si lo que pretendemos decididamente es encontrarle un sentido al trabajo que realizamos diariamente.

¿Por qué buscar el sentido de la vida en el trabajo?

Para algunas personas, la inquietud de saber por qué trabajo y para qué hago el trabajo que realizo, comenzó a ocupar un lugar relevante como objeto de reflexión de lo que hemos denominado, la psicología existencial del trabajo, a partir de los cambios generados por imposición del modelo de producción del capitalismo industrial del siglo pasado (Porras, 2015). Mas recientemente, según Porras (2020), la pregunta por el sentido en el trabajo adquiere una fuerza renovada en la sociedad post industrial, a partir de las nuevas formas de organización del trabajo, con el sistema de producción neoliberal, que promueve grandes transformaciones en las relaciones laborales y un entorno laboral de agotamiento emocional que se denomina por Han (2017) la sociedad del cansancio. Donde predomina el rendimiento excesivo y la falta de desconexión de la máquina de producción que no puede parar en su alocada carrera para lograr más y más de lo mismo (Porras, 2023).

De acuerdo con Martínez (2020), la vida y el trabajo adquieren sentido si las personas logran darles una dirección a sus vidas, logran tener metas que buscan alcanzar, logran realizar una actividad coherente con sus valores personales y logran sentir o experimentar el placer y la alegría de vivir o realizar una actividad que los apasiona. Ahora bien, si logramos conectar la razón, la emoción y la acción, en el mundo del trabajo, el sentido de coherencia y consistencia existencial emergerá. Así, se logra lo que Jourard y Landsman (1994), consideran una personalidad sana y bien adaptada a las exigencias de la vida cotidiana, independientemente del contexto sociocultural de desempeño.

Como se puede apreciar, de lo expuesto hasta aquí, las personas encuentran en el desempeño de su trabajo, referentes e imágenes simbólicas para construir sus identidades y su posición subjetiva con relación a los demás en el mundo del trabajo. Por esto, se puede decir que el trabajo puede ser tanto fuente de satisfacción o realización personal y potencial liberador psicosocial, como también puede ser una causa de malestar psíquico, alienación, vacío existencial y sufrimiento subjetivo (Salamanca y Porras, 2019).

Conclusiones

En primer lugar, desde el punto de vista de la psicología existencial, el trabajo puede ser visto como un espacio de producción de sentido en el que el trabajador establece una relación trascendental con el mundo

laboral en el que despliega sus valores de creación y se compromete con los otros, en un proceso interactivo y dialéctico de dar y recibir en comunidades de aprendizaje, y realizando actividades de beneficio y crecimiento mutuos. En este caso, el sentido del trabajo implica lograr coherencia entre lo que piensan, sienten y hacen los trabajadores, más allá de la rutina de trabajo.

En segundo lugar, la propuesta de una perspectiva de la Psicología Existencial del trabajo implica, fundamental y necesariamente un proceso de transformación personal y profesional, que consiste básicamente en volver a conectar de nuevo, lo que pensamos, sentimos y hacemos con las actividades, circunstancias, objetos y personas valiosas e importantes para nosotros requiere tiempo, esfuerzo para llegar a ser uno mismo, tanto en el ámbito del trabajo como en cualquiera de las dimensiones vitales y relacionales de nuestra existencia.

Finalmente, las prácticas profesionales en el campo aplicado de la psicología del trabajo en los contextos organizacionales pueden ampliar perspectivas y alternativas de intervención, al asumir un enfoque existencial del trabajo como fuente potencial de creación de sentido y propósito personal y social. Además de hacer hincapié en centrarse en el significado y los valores personales de los empleados para la implementar programas de desarrollo humano en las organizaciones de trabajo contemporáneas.

Referencias bibliográficas

Aguirre, E. (1999). Enfoques teóricos contemporáneos en psicología. Bogotá: UNAD.

Blanch, J. (2007). Psicología social del trabajo. En Aguilar, M., y Reid, A. (Coords.). *Tratado de psicología social: perspectivas socioculturales*. (pp. 210-238). México-Barcelona: Anthropos.

Bauman, Z. (2008). Trabajo, consumismo y nuevos pobres. Barcelona: Gedisa

Frankl, V. E. (2018). Logoterapia y analisis existencial. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (2008). La voluntad de sentido. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (2004). El hombre en busca de sentido. Barcelona: Herder

Globe, F. G. (1977). La tercera fuerza. La psicología propuesta por Abraham Maslow. México Trillas.

Han, B. Ch. (2017). La sociedad del cansancio. (2ª. ed.) Barcelona: Herder.

Jourard, S., y Landsman, T. (1994). la personalidad saludable. el punto de vista de la psicología humanística. México: Trillas.

Luna, J. A. (1996). Logoterapia. Un enfoque humanista existencial. Bogotá: San Pablo.

Martínez, E. (2020). Hazte dueño de ti. Bogotá. Diana editorial.

Maslow, A. (1991). Motivación y personalidad. Madrid: Ediciones Diaz de Santos.

Nye, R. (2002). Tres psicologías. Perspectivas de Freud, Skinner y Rogers. México Thompson.

Peiró, J. M., Prieto, F., & Roe, R. A. (1996). La aproximación psicológica al trabajo en un entorno laboral cambiante. In J. M. Prieto, & F. Prieto (Eds.), *Tratado de psicología del trabajo, vol. I* (pp. 15-36). Editorial Síntesis.

Porras Velásquez, N. R. (2010). La psicología y la educación a distancia: frente al reto de aprender desde la autonomía. *Revista Electrónica de psicología social "Poiésis". (19).* http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/110/96

Porras Velásquez, N. R. (2012). La gerencia del potencial humano en las organizaciones que aprenden desde la perspectiva psicológica*. Revista Electrónica de psicología social "Poiésis".* (23). http://funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/330/303

Porras Velásquez, N. R. (2012a). Límites y retos del campo de la psicología de las organizaciones. *Revista Electrónica de psicología social "Poiésis". (24).* DOI: http://dx.doi.org/10.21501/16920945.519

Porras Velásquez, N. R. (2014). Aportes de la psicología de la motivación para la comprensión del comportamiento humano en el trabajo. *Revista Electrónica de psicología social "Poiésis". (28).* http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/1399/1251

Porras Velásquez, N. R. (2015). Gestión del conocimiento, aprendizaje y socialización organizacional: procesos fundamentales para la psicología del trabajo*. Revista Electrónica de psicología social "Poiésis". (29).* https://doi.org/10.21501/16920945.1609

Porras Velásquez, N. R. (2016). La psicología del trabajo en relación con la subjetividad, la inserción laboral y la salud mental. En Jairo Báez y Cols. *Salud mental y el sistema de producción*. (pp. 61-108*).* Bogotá: Los Libertadores Fundación Universitaria.

Porras Velásquez, N. R, y Parra D'aleman, L. C. (2017). Reflections on work addiction as a symptom of contemporary social unrest. MOJ Addict Med Ther. 4(1):217–222. DOI: 10.15406/mojamt.2017.04.00070

Porras Velásquez, N. R., y Parra D'aleman, L. C. (2018). Creencias irracionales como riesgo psicosocial de la adicción al trabajo desde la perspectiva de la psicología de la salud ocupacional. *Interacciones. 4* (2), 105-113. Doi: 10.24016/2018.v4n2.118

Porras Velásquez, N. R., y Parra D'aleman, L.C. (2019). La felicidad en el trabajo: entre el placer y el sentido. *Equidad y Desarrollo,* (34), 181-197. https://doi.org/10.19052/eq.vol1.iss34.9

Porras Velásquez, N. (2020). El trabajo sobre sí mismo como práctica ética desde la psicología del trabajo. En: Jairo Báez, Carol Fernández y Nestor Porras. *El despertar de la inquietud de sí*. (pp. 99-125). Bogotá: Los Libertadores Fundación Universitaria.

Porras Velásquez, N. R. (2023). The psychodynamic clinic and the analysis of suffering at work. *J Psychol Clin Psychiatry*. 14(1):1-3. DOI: 10.15406/jpcpy.2023.14.00719

Rogers, C. (1995). El camino del ser. Madrid: Kairós.

Rogers, C. (1990). El proceso de convertirse en persona. Madrid: Kairós.

Salamanca Quiñones, M., y Porras Velásquez, N. R. (2019). Riesgos psicosociales intra y extra laborales en una empresa de seguridad privada de Bogotá. *Revista de psicología de la salud, 7* (1), 152- 181. http://revistas.innovacionumh.es/index.php/psicologiasalud/article/view/1481/610

Zangaro, M. (2011). Subjetividad y trabajo: el management como dispositivo de gobierno. Trabajo y Sociedad, 15 (16), 163-177.

Curriculum

Psicólogo de la Universidad Nacional de Colombia. Investigador y profesional independiente.

Correo de contacto:
n.porras.69@hotmail.com

Fecha de presentación: 16/05/2023

Fecha de aceptación: 10/07/2023

Temporalidad, Espacialidad y Corporalidad en Pandemia Experiencia personal

Temporality, Spatiality and Corporality in Pandemic Personal experience

Ana María León Tapia
Quito, Ecuador
Universidad Central del Ecuador – Facultad de Ciencias Psicológicas

Resumen
El COVID es mucho más que una enfermedad que afecta a las vías respiratorias y lesiona los pulmones, tiene otras implicaciones físicas y sistémicas que repercuten en el diario vivir; sin embargo, muchas implicaciones existenciales se vislumbran y, no solo relacionadas con la idea de muerte, que tal vez en este tiempo ha dejado de ser tan generalizada, pero si en la revisión de dimensiones como la corporalidad, temporalidad y espacialidad que modifican la forma de coexistir, de mirarse y de mirar al otro. Aquí se comparte un análisis de caso personal sobre la experiencia de infectarse con Covid y el análisis de los conceptos de temporalidad, espacialidad y corporalidad asociados a esa experiencia. Se identifican aspectos de re-visión de la persona y también las implicaciones psicológicas y emocionales producto de la enfermedad, la forma de relacionarse con el otro, con el tiempo y con su nueva forma de vida.

Palabras clave
Corporalidad, temporalidad, espacialidad, Covid.

Abstract
Covid is more than a disease that affects the respiratory tract and damages the lungs, it has systemic and physical implications that affect daily life. However, various existential implications appear, not only related to the idea of death, which perhaps at this moment has ceased to be so general, but also in the revision of dimensions of the ontological structure of Dasein such as corporeality, temporality, and spatiality that modifies the way of living together, of looking at ourselves and others. Below is a personal case analysis of the experience of being infected with COVID and the analysis of the concepts of temporality, spatiality and corporeality associated with this experience. The review aspects of the person are identified, as well as the psychological and emotional implications associated with this disease, the way of relating to others, over time and with a new lifestyle.

Keywords
Corporeality, temporality, spatiality, Covid.

Introducción
La humanidad está viviendo la época de post-pandemia, considero que hay muchos aspectos que el Covid nos ha dejado como secuelas, tanto en la salud física como mental, pero también en nuestra experiencia personal de transitar la existencia.
Como existenciales conocemos que la temporalidad, espacialidad y corporalidad componen la estructura ontológica del Dasein desde las cuales las personas construimos nuestra experiencia de vida. La temporalidad es más que el concepto de tiempo, de saber qué hora o fecha es; la espacialidad es más que la noción de lugar, no se refiere solo a identificar en qué sitio nos encontramos y la corporalidad no se restringe a definir cómo está constituido mi cuerpo; son conceptos que hacen referencia a la particular y personal vivencia del tiempo, espacio y cuerpo (Signorelli, 2008). Binswanger propone estudiar en el mundo de las personas la forma en cómo vivencian el tiempo y el espacio, la manera de temporalizar y espacializar; considerando al tiempo no como un hecho físico sino histórico y al espacio no solo como la identificación de un lugar, sino el lugar vivido según el afecto, el espacio humorado y el cuerpo según la relación que la persona establece son él mismo, como el cuerpo que es, que tiene o que habita (Signorelli, 2011).
Considero relevante revisar estos otros aspectos de la existencia porque la mayoría de las investigaciones relacionadas a la pandemia se han centrado en el tema de la muerte y no se han atendido los otros conceptos existenciales relacionados a la humanidad amenazada.
En Google académico se encuentran 36400 resultados a la búsqueda de *idea de muerte y pandemia.* Se reduce a 17200 cuando la búsqueda es *temporalidad y pandemia*; *espacialidad y pandemia* 18200 y *corporalidad y pandemia* 19100. Sin embargo, no todos estos artículos hablan desde la visión existencial de la psicología. De estos artículos, algunos se refieren al espacio físico, geográfico o dentro de la cuidad, la escuela y la zona rural (Hernández, 2020; Link, Ibarra, Matus, Méndez, & Ruiz-Tagle, 2021; López, 2020; Puma Gonzales, Adrianzén Zapata, Salsavilca Chuñocca, & Ubillus Orjeda, 2021; Segura, 2022);

otros se relacionan con la forma en que la pandemia se distribuyó en el espacio, relacionado con los contagios y su distribución espacial (Sotela & Mayorga, 2020), desde el cambio de espacio para la educación que pasó de ser presencial a virtual (Verón, 2020), incluso desde la política (Serrón, 2013) y la dinámica territorial (Buffalo & Rydzewski, 2021) y, solo uno estuvo relacionado directamente con la visión de espacialidad como lo entendemos en el existencialismo (Ceniceros, 2020).

Después de haber sido contagiada de Covid y vivir el proceso de enfermedad, tratamiento y recuperación, percibí algunos cambios importantes en estas tres dimensiones y, al entrevistar a otras personas que han vivido la experiencia del contagio logré identificar que existen puntos en común al relacionar las experiencias compartidas. En cada una de las dimensiones hablaré de mi experiencia personal y los aspectos que han coincidido con las experiencias de las personas entrevistadas.

Corporalidad

Parafraseando a Susana Signorelli al cuerpo se lo puede entender como el cuerpo que tengo, el cuerpo que soy y el cuerpo que me permite la relación con los otros. (Martinez Ortiz, 2011).

Durante el tiempo de mi convalecencia, los síntomas que se presentaron fue el cansancio y el malestar general, todo el cuerpo estaba aletargado, dolorido y afectado. Tenía la necesidad imperiosa de dormir y cada vez que dormía mi cuerpo transpiraba como nunca lo había hecho antes, al punto que al despertar debía cambiar de ropa porque estaba completamente humedecida de tanto sudor.

En el segundo día de aislamiento intenté hacer algo de teletrabajo, con la idea de "aprovechar" ese tiempo sin mis responsabilidades regulares para poder avanzar con los pendientes. Definitivamente no lo logré, con lo poco que pude hacer frente a la computadora, mi mente se agotó completamente y mi cuerpo se debilitó el doble, esa fue la señal inequívoca que era momento de hacer caso a mi cuerpo y cumplir con el descanso que me exigía.

Al pensar en mi cuerpo en ese momento tengo una sensación de fragilidad no experimentada nunca antes con ninguna enfermedad, como si la piel se volviera un cascarón fino y fácilmente quebrantable, dentro guarda un esqueleto frágil y músculos que pierden rápidamente su fuerza y comunican su debilidad con una sensación de dolor diferente, no es tan fuerte, pero si permanente, como para recordarte minuto a minuto que eres frágil y que tu cuerpo está puesto a prueba y parece que pierde.

Mientras no enfermamos, en el día a día transcurrimos dando por sentado que nuestro cuerpo está ahí, nos acompaña toda la vida pero muy pocas veces lo miramos y atendemos con amor; la mayoría del tiempo lo sobre-esforzamos con trabajo, con drogas, alterando su ciclo de sueño, alterando la alimentación, con tal de seguir el ritmo de la vida en la que socialmente nos hemos inmiscuido.

Pero llega el COVID a alojarse sin permiso en tu cuerpo y entonces todo cambia, la "superfuerza" que pensabas tener ya no existe, el pensarte joven aún y con resistencia te es cuestionado de frente y en un par de horas ya no tienes fuerza para nada; la independencia que creías tener desaparece, te encierran o te encierras para evitar contagiar y tu cuerpo ya no te relaciona con nadie. Una sensación de frío acompaña como aura a tu cuerpo, moverte de una habitación a otra es toda una odisea, un riesgo para ti y para otros.

Ahora tu cuerpo es un foco de contagio, es un lugar de incubación de virus, tu cuerpo es un peligro para otros y no es un refugio para ti. Lo sientes como si no respondiera, como si ya no quisiera escucharte, quieres saber cómo estás, si mejorarás, pero tu cuerpo no responde. Es como que ha cerrado la puerta y se va, colgó el letrero de cerrado y te dejó por fuera. Pide descanso, pide reposo, pide alimentarse bien, pide hidratarse y ahora ya no estás en condiciones de decirle que no, que espere o que lo harás cualquier otro momento, ya esperó bastante, hoy quiere atención ¡ya!, no hay como postergar, no se puede esperar, ya no.

Mientras pasan los días, mi cuerpo comienza a salir de su hibernación. Pero siempre a su ritmo, nada de inmediateces como estaba acostumbrada, todo es lento, paulatino, poco a poco comienza a dar la liguera esperanza de que retomará su ritmo anterior pero también da la certeza de que nada será igual; las condiciones ahora son diferentes. El dolor, la debilidad, la dependencia de otros para sobrevivir te marcan y tu cuerpo se encarga de mantener ese recordatorio por algún tiempo.

La sensación de fragilidad se vuelve muy cercana, esa necesidad de cobijo y contención que supongo el cuerpo de bebé lo siente cuando espera en la soledad de la cuna a su mamá y sus brazos que abrigan y contienen. Esa sensación que la fuerza ya no es suficiente, caminar es un trabajo complejo, levantarse de la cama es todo un riesgo, salir de casa te hace sentir como si fueras muy muy pequeña, el viento se siente fuerte en toda tu piel, incluso la que está cubierta por los ropajes que llevas y si llega más viento, atraviesa tu piel y te cala los huesos, puedes escuchar como tus huesos rechinan al temblar con el roce del viento. Si esto no te convence de lo frágil que eres, no sé qué lo hará.

Y luego viene el tiempo de la falta de energía, es como si tu cuerpo ha perdido la relación con el mundo exterior, la energía que te duraba hasta el medio día ahora está solo a primeras horas de la mañana, la energía que duraba hasta el inicio de la noche está solo hasta la hora de almuerzo. Puedes sentir que tu ánimo está mejor, te sientes en capacidad de asumir nuevas actividades, pero tu cuerpo simplemente dice "no", ahora haremos las cosas a mi modo, a mi ritmo o nada.

Un malestar constante y agotador acompaña el día a día, sintiendo como que el cuerpo nos hubiera traicionado. Tu cerebro también ha cambiado la forma de funcionar, antes de enfermar podrías hacer varias actividades a la vez y todas con eficiencia, pero ahora, concentrarse es difícil, necesitas toda tu atención para una sola cosa e incluso así las ideas, los conceptos y

la información que estás revisando parece que se desvanece.

El cuerpo en relación con el otro también cambia, al inicio está la sensación de ser un ente que contamina, una persona peligrosa para quien podría acercarse. Si bien es cierto que la medicina dice que no eres agente infeccioso, pero sientes el cuerpo como si fuera un lugar de incubación de los gérmenes. Y luego, cuando sales después del tiempo de reposo y recuperación, sientes que la distancia entre tu cuerpo y el de las demás personas es necesaria, ha cambiado tu forma de acercarte al cuerpo del otro, ahora hay recelo de enfermar o enfermarte, no sabes si saludar de lejos, solo con el puño, con un abrazo como siempre o mejor incluso, no saludar. Que se sienten muy cerca, que te hablen muy cerca, que toquen tu cuerpo ahora se siente extraño.

Psicológicamente se puede describir como una sensación de miedo, de amenaza, incluso de indefensión, que está presente en todas las interacciones con las demás personas. A ratos parece irracional, no siempre se puede encontrar una explicación a lo que se siente, pero la fuerza de esa sensación está siempre presente y llega incluso a limitar las interacciones con las otras personas. El mundo individual (Eigenwelt) y el mundo social (Mitwelt) están afectados indiscutiblemente.

La visión del *cuerpo que tengo* se modifica, las nuevas sensaciones que el cuerpo pudo comunicar y de las cuales se tomó consciencia, hacen que se tenga una visión diferente del propio cuerpo, de su funcionalidad y demandas, además del cuidado que necesita, no solo por estar enfermo sino también por mantenerse sano.

El cuerpo que soy entonces tiene también una transformación, se trasciende ya la idea de muerte y su amenaza que se experimentaba al inicio de la pandemia, ahora se tiene la idea de un cuerpo frágil, expuesto y vulnerable. Se toma conciencia que puede que no muera, pero enfermaré y será grave. Se toma conciencia sobre el ser un ser corporal, las ideas y emociones son relevantes, pero sin un cuerpo que las sienta, no son nada. Soy un cuerpo y no debo darlo por sentado.

Y finalmente, el cuerpo en relación es el que probablemente ha generado más reacciones psicológicas, se enfrenta al dilema “quiero contactarme con las otras personas, pero no quiero exponer mi cuerpo a la enfermedad nuevamente”. Despierta estados de ansiedad por la cercanía, por el no uso de la mascarilla, por el quemeimportismo de las demás personas. Ira por la despreocupación de quien debería cuidarnos, frustración por la poca o nula prevención que existe. Tristeza por la pobre comprensión del malestar y su duración, un tiempo insuficiente de recuperación decretado desde un escritorio y que no sintoniza de ninguna manera con lo que vive la persona contagiada. Reposo de dos días y volver al trabajo, cuando ni el cuerpo ni la mente están listas para retomar la interacción con los otros.

Temporalidad

El tiempo entendido como Cronos (tiempo cronológico) y Kairós (tiempo de la oportunidad), presenta cambios en ambas modalidades.

La percepción del tiempo es lo que más me sorprendió, quizá por ser más consciente de eso y porque las fallas afectaban también mi relación con las demás personas y mi desempeño laboral y familiar.

Contrario a lo que me sucedía antes de enfermar, ahora me cuesta mucho programar mis actividades, debo registrarlas todas y colocar alarmas y recordatorios para no olvidarlas. Sucede además que en actividades simples de la vida diaria se me confunden las fechas y llego a comprometerme en varias actividades con la misma fecha y hora, por más que revise el calendario o que tenga apuntado el evento. Incluso en la conversación informal, se volvió común el que confunda los días, las cosas por hacer, los tiempos de entrega. Una sensación de desorientación me acompaña permanentemente y no me gusta.

Las cosas que programo terminar en cierto tiempo no siempre las logro cumplir, o el tiempo pasa más rápido o mi cuerpo se mueve más lento o las dos circunstancias a la vez. Las cosas que hago, si no las entrego ese mismo momento, suelo olvidar si ya las hice o no y si las envié por mail por ejemplo o si no entrego todavía. Nada de eso me pasaba antes, podía decir la fecha y hora exacta de la entrega que realicé. Hoy no tengo esa certeza.

Esta situación la compartí con mis estudiantes quienes me comentaron que también les resulta difícil manejar el tiempo. Pasaron más de dos años en actividades virtuales, estudiando a través de la computadora y sin salir de casa para cosas de la universidad. Ahora que retoman la presencialidad, el tiempo es algo que les juega en contra, no pueden programar adecuadamente su día para poder cumplir con las actividades correspondientes. El cálculo del tiempo que se toma el transporte para llegar de su casa a la Universidad no es el mismo que antes de la pandemia, el tiempo que les toma comer o dormir ya no es igual, programan las actividades de tareas o productos a presentar, pero no es suficiente para cumplirlo, todas las actividades les sobrepasa, siempre están con sueño y agobiados por lo que tienen que hacer.

Me di cuenta de que la sensación de inmediatez que tenía para cumplir con mis actividades en el trabajo ha cambiado mucho, ahora puedo tener mayor tranquilidad en postergar cosas hasta el siguiente día y cumplirlas dentro de mi horario de trabajo. Me resulta más fácil separar el tiempo de la casa, de mi familia y el tiempo personal, de las actividades que corresponden al trabajo exclusivamente.

Incluso he logrado priorizar las cosas, atenderme primero y no preocuparme por cumplir los tiempos establecidos con anterioridad, sino que los cumplo incluso hasta la fecha límite, pero ya sin estresarme, con mayor libertad respecto a mi tiempo y lo que puedo hacer con él.

La misma sensación de cansancio y de pérdida de energía fue parte importante de la reflexión sobre si debo o no hacer algo que se me pide, sobre si debo o no cumplir a rajatabla lo solicitado, si debo o no exi-

girme sobre lo que me demanda el mundo de afuera y lo que yo necesito. Ahora pienso que esa reflexión es importante y la procuro mantener a diario.

Respecto al Cronos puedo decir que el cambio se centró en priorizar las actividades a las que se le asigna ese tiempo. Pude reconocer que en el trabajo hay tiempos que cumplir, pero bajar el nivel de autoexigencia para entregarlo todo antes de la fecha límite. El Kairós, es quien mayor ansiedad ha generado y también sentimientos de vergüenza y fallo, la dificultad de futurizar debilita a la persona. No puedo proyectarme porque no tengo la certeza hacia dónde me proyecto. El futuro se lo vive con angustia, según el criterio médico, los síntomas que debilitan al Ser estarán presentes por 6 meses más, eso incrementa la ansiedad sobre cómo enfrentarlo, cómo fortalecerme más rápido y volver a tener una conexión adecuada entre el tiempo real, el tiempo percibido y mis proyecciones en el tiempo.

La pandemia pasó, la mascarilla ya no se usa, el distanciamiento se olvidó, pero esta experiencia personal ha marcado notoriamente mi vida, me permitió volver la mirada a estos elementos básicos de mi existencia que quizá los estaba dando por sentados y no los atendía como hoy lo hago.

Referencias bibliográficas:

Buffalo, L., & Rydzewski, A. L. (2021). Dinámica territorial de pandemia COVID-19 en la provincia de Córdoba Argentina. *Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles*(91).

Ceniceros, M. A. (2020). Reacomodos corpóreo-afectivos: narrativas espaciales autoetnográficas de jóvenes universitarixs de Tijuana en el contexto de pandemia. *Cardinalis, 8*(15), 127-148.

Hernández, M. C. (2020). De espacios y tramas: re-pensar la espacialidad infantil en tiempos de pandemia. *Desidades*(28), 26-39.

Link, F., Ibarra, M., Matus, C., Méndez, M. L., & Ruiz-Tagle, J. (2021). Crisis y espacialidad de los cuidados en pandemia: vivienda y barrio en Santiago de Chile. *ARQ (Santiago)*(109), 86-97.

López, F. J. S. (2020). Espacialidad y pandemia: La crisis del coronavirus vista desde la geopolítica negativa. *Geopolitica (s), 11*, 69.

Martinez Ortiz, E., comp. (2011). *Las psicoterapias existenciales* (El Manual Moderno Ed.).

Puma Gonzales, M., Adrianzén Zapata, E. F., Salsavilca Chuñocca, J. S., & Ubillus Orjeda, F. A. (2021). Materialidad y espacialidad de la Infraestructura de los comedores populares en San Juan de Miraflores durante la pandemia.

Segura, R. P., Jerón. (2022). Espacialidad, temporalidad, situacionalidad: preguntas sobre la experiencia de la pandemia en/desde la ciudad de La Plata. *Cuestiones de Sociología, No 26*. doi:https://doi.org/10.24215/23468904e130

Serrón, V. (2013). Epidemia y modernidad política: la influenza en Uruguay, 1918-1919.

Signorelli, S. (2011) Capítulo cinco: Las ideas de Binswanger. En E. Martinez, *Las Psicoterapias Existenciales* (137 - 175) El Manual Moderno.

Signorelli, S. (2008). Terapia a puertas abiertas. Blog de Círculo Existencial. https://circuloexistencial.blogspot.com/2008/12/terapia-puertas-abiertas-por-la-lic.html

Sotela, O. B., & Mayorga, M. A. S. (2020). Comportamiento espacial de la pandemia COVID-19 en Costa Rica durante los meses de marzo y abril de 2020 mediante un análisis de autocorrelación espacial. *Posición, 3*, 1-17.

Verón, S. (2020). Espacios híbridos: enseñar y aprender en tiempo de pandemia. *https://rdu. unc. edu. ar/handle/11086/19551*.

Curriculum

Psicóloga Clínica por la Universidad Central del Ecuador. Magíster en Ciencias Psicológicas con mención en Neuropsicología. Docente Universitaria de pregrado y postgrado. Asesora técnica y docente responsable en proyecto Ariadna del Instituto de Investigación en Género y Derecho de la Universidad Central del Ecuador. Presidenta de la Delegación Ecuador de ALPE y miembro de la Comisión Directiva de la Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial. Pertenece al equipo de investigación de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la UCE, enfocado en Investigación en Psicología Clínica y Salud Mental – PsiclicaS.

Correo de contacto

amleont@uce.edu.ec

Fecha de entrega: 22/06/2023

Fecha de aceptación: 03/07/2023

La lectura literaria y las Capacidades Espirituales: Cuentos y Desarrollo humano

Literary reading and Spiritual Capacities: Stories and Human Development

Lorena E. Dorrego, Suzeneide Oliveira Medrado y Carolina Viviana Rivela
Argentina, Brasil, España
Universidad Kennedy, Secretaría de Educación del estado de Bahia, Brasil y Universidad de Flores

Resumen
Este trabajo presenta reflexiones sobre la contribución que brinda la lectura literaria para el desarrollo de las capacidades espirituales. El hincapié de este estudio está en los cuentos, un género textual que lleva al lector a un proceso de inmersión en el texto que es importante para el despliegue de la espiritualidad. La lectura de los cuentos posibilita al lector la identificación y reflexión sobre sí mismo y sobre el sentido no solamente del que lee, sino de su propia vida. En la niñez, el cuento contribuye para la promoción de valores y a la construcción de la personalidad de los niños, puesto que presenta diversas experiencias sociales, personales, afectivas, importantes para la formación del carácter, como el amor, el miedo, las dificultades, las pérdidas, la soledad, las malas acciones de los villanos y todavía la paciencia, fraternidad, la valoración de la belleza interior, que corresponden al que tiene valor humano.

Palabras clave
Lectura, Cuentos, Capacidades espirituales, Desarrollo humano.

Abstract
This work presents reflections on the contribution of literary reading for the development of spiritual capacities. The emphasis of this study is on short stories, a textual genre that leads the reader to a process of immersion in the text that is important for the unfolding of spirituality. Reading the stories enables the reader to identify and reflect on himself and on the meaning not only of what he reads, but of his own life. In childhood, the story contributes to the promotion of values and to the construction of the personality of children, since it presents various social, personal, affective experiences, important for the formation of character, such as love, fear, difficulties, losses, loneliness, the bad actions of villains and still patience, fraternity, the appreciation of inner beauty, which correspond to those who have human value.

Keywords
Reading, Stories, Spiritual abilities, Human development.

Introducción

Se puede entender la lectura como una actividad compleja del lenguaje que involucra procesos cognitivos, afectivos, sociales y espirituales (Martins, 2006, Medrado, 2021).

Los sentidos construidos en la lectura son siempre diferentes porque involucra la subjetividad de los lectores. Asimismo, un mismo lector puede extraer del texto sentidos diferentes, con distintos objetivos de lectura (Solé, 1998).

Los estudios sobre la subjetividad lectora, en su gran parte, están centrados en los textos literarios, que son polisémicos en su esencia (Medrado, 2020).

Por lo tanto, la lectura es una actividad muy amplia, cuya dinámica incluye más allá de capacidades cognitivas, sociales, emocionales, capacidades noéticas, espirituales, que posibilitan una reflexión más consciente respecto a uno mismo, a las situaciones del contexto del lector y de esa manera, amplia sus experiencias lectoras, posibilitando respuestas más coherentes con sus valores, creencias, deseos y sentido.

Las capacidades espirituales presentes en la lectura pueden ser percibidas, entre otros tipos, por la lectura literaria, que produce efectos subjetivos y de identificación (Jouve, 2002) con los personajes, que posibilitan al lector reflexionar sobre sí mismo y sobre el sentido no solamente del texto, sino de su propia vida.

Dentro las lecturas literarias se puede destacar los cuentos, como textos que contribuyen para el despliegue de procesos de identificación y proyección, puesto que presentan diferentes enredos, personajes, espacios que dialogan con el universo de los lectores.

Los cuentos, pensados como obra de arte, encantan a todos, por sus historias, por el universo que presentan, la fantasía, los sentidos psicológicos y pueden, de manera más específica, contribuir para el proceso de formación y construcción de la personalidad de los niños. En la lectura de cuentos, los niños perciben al mundo, al universo de valores de los diferentes personajes, observan acciones, sentimientos, comportamientos y de esa manera va ocurriendo el proceso de identificación de los niños con los personajes y así sus experiencias van creciendo y la lectura va contribuyendo para su proceso de formación y desarrollo humano.

Desde la perspectiva del aspecto humanizador de la literatura, los cuentos pueden contribuir en la tarea de la construcción de la identidad de los niños, ya que estas narrativas los conducen hasta la descubierta de su identidad y presentan experiencias que son importantes para el desarrollo de su personalidad.

Sentimientos como miedo, soledad, las acciones que dañan a otras personas, las consecuencias de esas acciones, los valores
que tiene refuerzo positivo, como el amor, la fé, la humildad, la solidaridad que están presentes en las narrativas para los niños, contribuyen para su formación humana y para el desarrollo de capacidades espirituales.
En esta perspectiva, este trabajo tiene como objetivo reflexionar sobre la contribución de la lectura literaria de los cuentos para el desarrollo de capacidades espirituales y para el proceso de desarrollo humano.

Las capacidades espirituales, vía de la singularidad del hombre

El ser humano es un ser complejo, que, además de estar en relación con sus semejantes y con el ambiente que le cobija, tiene capacidades más elevadas que le permiten reflexionar sobre sí mismo y hacer emerger su autoconciencia. De esa manera, al contrario de los otros seres, puede responder a las diversas situaciones e interactuar con más autonomía y menos impulsividad.
Arendt (1984) plantea que el diálogo entre las fuerzas interiores del hombre es responsable por el origen del movimiento, de la acción. Este diálogo interior se procesa por intermedio de la voluntad, considerada mediadora de la acción en la vida del hombre. De esa manera, el hombre posee capacidades que posibilitan pensar, reflexionar, antes de actuar en las situaciones. De manera aún más profunda, de acuerdo con Arendt (1984, p. 334), "únicamente
en la medida en que el espíritu pueda atraer cosas a su interior, esas cosas tendrán algún valor", puesto que la realidad depende del consentimiento del hombre para ser reconocida, porque es en el interior que el hombre hace juicio de valor a la luz de la razón, deseo, de sus valores, voluntad y toma para sí aquello que es significativo.
Así, el hombre, alumbrado por sus capacidades espirituales pueden reflexionar sobre cada una de las situaciones y de esa manera, agregar experiencias para vivir con más autenticidad los desafíos que la vida les presentar.
Scheler (2008) plantea que la esencia del espíritu consiste en la libertad que el hombre experimenta con relación a su existencia, puesto que no está atrapado en lo concreto, en las reacciones instintivas con relación a los bienes, a la vida, sino que posee la capacidad de pensar sobre sí mismo, sobre los bienes que están a su alrededor, pues aprehende dichos bienes, pudiendo posicionarse en el mundo de manera autoconsciente, mientras que en los otros seres, eso no ocurre. Asimismo, sostiene que el hombre puede entonces accionar de manera más auténtica, a la luz de sus valores, creencias, intereses y no recurrir a respuestas apuradas o inauténticas, mediadas por el impulso O por valores con
los cuales no se identifica.
En línea con lo expresado Moreno (1977) afirma que la espontaneidad está fuertemente relacionada con la creatividad, que es la capacidad que todos los seres humanos tenemos de desarrollar conductas afectivas, cognitivas, corporales de manera única y adecuándonos al entorno social, sin interferencia de relaciones previas en este proceso. Así la espontaneidad es la capacidad de expresar y actualizar un conjunto de pulsiones, necesidades y tendencias propias del sujeto con las características de adecuación social, que es lo que la hace distinta a la impulsividad.
Cassirer (1967) plantea que la singularidad humana se caracteriza por el universo simbólico y corrobora el argumento de Scheler (2008) de que el hombre no está preso a las reacciones instintivas frente a la vida, pues para dar respuestas a las situaciones, demora, mide, piensa en las posibilidades, no lo hace en forma inmediata e instintiva como los animales. De ese modo, el hombre posee un universo simbólico, del cual es parte el lenguaje, el arte, el mito, la religión.
El lenguaje es una de las características humanas más complejas, puesto que el hombre es el único ser que transita del lenguaje preposicional al lenguaje emotivo, o sea, logra transitar de lo objetivo a lo subjetivo y lo hace por medio de sus capacidades espirituales, Cassirer (1967), atrayendo las cosas al espíritu y de esa manera, asignando sentido.
En la perspectiva de la atribución de sentido, Frankl (2011) afirma que la libertad de la voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de vida son los fundamentos básicos de la vida del ser humano, que apuntan a la idea de que el hombre necesita sentidos, de valores que de verdad tornen su vida significativa. La palabra sentido se refiere a lo que se
proyecta, a lo que de verdad el hombre busca, necesita, para su vida.
De acuerdo con Frankl (2011), el ser humano puede expresar la manifestación de su espíritu por medio de algunas capacidades, como el Auto-distanciamiento, la auto-reflexión, la libertad, la responsabilidad, la auto-trascendencia y la auto-conciencia. Por medio de esas capacidades el hombre puede tomar distancia de los acontecimientos y hasta de sí mismo para dar respuestas más coherentes con lo que de hecho tiene sentido para su propia vida, verse en las situaciones para hacer los cambios y las proyecciones necesarias y así, lograr una vida cada vez auténtica.

Del sentido de la lectura al sentido de la vida

En el acto de leer ocurre un diálogo mediado por las ideas contenidas en los textos y por el repertorio de experiencias del lector, que culmina en la construcción de sentidos y amplía las experiencias lectoras, que son muy importantes para el proceso de formación humana, para la vida del lector.
De esa manera la lectura puede ser pensada desde una perspectiva existencialista, ya que esa es una actividad humana lenguaje que contribuye para la formación global del individuo (Martins, 2006). Además, se puede considerar la lectura como una metáforade la vida, puesto que, en esta actividad, están presentes procesos y dinámicas que son
similares a las actitudes del ser humano frente a las situaciones de la vida. En el acto de leer, el lector se vuelve a sí mismo como objeto de su pensamiento y los sentidos son construidos a partir del universo de conocimientos y de sus experiencias de vida. Estos

sentidos, construidos en cada lectura, agregan a las experiencias y cambian no solamente
los textos sino la vida del lector.

Así como en la lectura el sentido es la esencia, a la luz de la Logoterapia, en la vida se puede decir lo mismo. Frankl (2011) plantea que la voluntad de sentido es lo que motiva la existencia plena. De ese modo, atribuir sentido es actividad inherente a la realización del ser humano, pues lo dirige al placer y a la felicidad.

El proceso de asignación de sentido al texto en la lectura puede ser pensado como una analogía de la vida humana, ya que el sentido es lo que lleva el hombre a la realización y plenitud, así también, atribuir sentido a la lectura es lo que de hecho constituye la esencia de leer, sin embargo, en la vida, el hombre descubre el sentido en el encuentro con el otro (Frankl, 2011) y en la lectura, el lector asigna sentidos al texto por medio del diálogo con el texto, realizado a través de sus experiencias y de sus objetivos de lectura.

En la lectura, los lectores frecuentes van desarrollando una relación cada vez más profunda y significativa con el texto, llevada a cabo por el diálogo, que conduce a la reflexión sobre la propia vida. Esa reflexión puede ser entendida desde la metáfora del espejo, en el cual palabras e ideas leídas son entendidas y ganan sentido por la subjetividad del lector. “Leer es reconocer el mundo a través de espejos” (Leffa, 1996, p.10). Similar al que ocurre en la vida, en la lectura, la conciencia del lector es muy importante para que sea posible la actitud responsiva (Bakhtin, 1986). La conciencia de sí
mismo, del contexto cercano y de lo que de hecho es relevante para sí, es lo que ofrece soporte al lector para el proceso reflexivo que incluye hacer cuestionamientos, ya que “Leer significa ser cuestionado por el mundo y por sí mismo” (Foucambert, 1994, p. 5).

Hablar de la conciencia del lector presente en el diálogo que culmina en la atribución de sentido al texto, significa decir, que en algunos procesos como los que ocurren en la lectura literaria, el lector se se identifica con las ideas, narrativas y personajes, teniendo en cuenta su propia historia, su realidad individual y social, contribuye para que él pueda dar respuestas a las diversas situaciones, proyectar y acercarse a valores que tienen relación estrecha con el sentido de su propia vida.

Así, en la lectura literaria, se encuentra valores que al proyectarse en cada individuo pueden hacer resurgir sentimientos que esperaban su oportunidad para liberarse, puesto que la experiencia de leer brinda una sensación de libertad y la posibilidad de habitar otros mundos diferentes, de modo tal que se enriquece la propia vida con nuevas situaciones que muchas veces no se tendrían la posibilidad de vivir o pensar (Román, 2019). De esa manera, la lectura puede contribuir para la reflexión sobre uno mismo y hasta la superación de estados emocionales, motivados por el conocimiento de otros mundos y posibilidades y todavía contribuir para la proyección de una vida diferente, con un sentido auténtico.

Cuentos: Un puente para el desarrollo humano

El desarrollo humano es un proceso que involucra además de los aspectos físicos, cognitivos, afectivos, las interacciones sociales, las relaciones con el otro y que comienza con el primer grupo de inserción que es la familia. En ese proceso, el lenguaje tiene un papel esencial, puesto que es por medio de ella que ocurre la comunicación, la interacción y de esa manera los aprendizajes y experiencias. Garavelli (2005) considera que el placer estético que otorga el arte ayuda a disolver las limitaciones que frenan la creatividad, aunque no se pueda comprender como se produce esa conexión entre el artista y el espectador. Y esto da lugar a la creación colectiva, ya que es la unión de la espontaneidad de uno con otros en donde se da la liberación mutua.

Castro Santander (2005) sugiere que la adaptación emocional y social de un niño a largo plazo, así como el desarrollo académico, cognitivo y su sentido cívico deben ser estimulados en diferentes ocasiones para enriquecer la competencia social durante la niñez.

Considera que es importante que los programas de educación para la niñez contengan ocasiones para el juego social espontáneo ya que a través del juego simbólico los niños se desarrollan en lo social e intelectual (Castro Santander. 2005 citado en Dorrego 2015).

Vygotsky (2009, pág. 47), plantea que “Existe una relación entre la competencia lingüística y el proceso de crecimiento psicológico y social”. En consecuencia, en la medida que los individuos se vuelven más maduros psicológicamente y más conscientes de su dimensión social, su lenguaje también se altera y se acomoda a los nuevos intereses y capacidades. Así, es por medio del lenguaje que el proceso de desarrollo humano va ocurriendo.

Aún de acuerdo con Vygotsky (2008), el lenguaje es el recurso mediador central, que permite al ser humano crear instrumentos para la solución de tareas, para planear y controlar su comportamiento. En este sentido, las palabras constituyen un medio de contacto social con otras personas y alargan las funciones cognitivas y comunicativas del
ser humano y todavía es el medio por el cual él piensa y proyecta su propia vida.

De esa manera, la lectura como actividad compleja del lenguaje es un importante instrumento comunicativo y de aprendizaje que contribuye para la formación humana, puesto que, en ella, especialmente en el género literario, se encuentra universos y personajes que viven situaciones y condiciones similares aquellas por las cuales pasan las personas y de esa manera, va ocurriendo un proceso de identificación importante para que el lector pueda reflexionar sobre sí mismo, su condición y mirar posibilidades de soluciones para las diversas situaciones de la vida, o hasta mismo para que pueda proyectarse al nuevo a partir del conocimiento de universos diferentes.

La lectura literaria, más específicamente, los cuentos, tiene un rol muy importante en el proceso de formación de la personalidad y de la identidad, en especial de los niños. En esas narrativas están presentes personajes complejas, pero que son

simplificadas por un lenguaje específica para niños y presentan situaciones diversas que son resueltas y motivadas por los valores éticos, morales y que son importante para que los niños se identifiquen y van agregando aprendizajes que les permitan a ellos construir su propia identidad.

Los cuentos son un tipo de lectura que produce encantamiento por ser una obra de arte y contribuyen para el proceso de formación del carácter y de la personalidad de los niños. Las narrativas presentan problemáticas inherentes a la madurez humana y la exteriorización de los sentimientos más profundos, desde los más elevados hasta los más primarios.

Se puede decir que los cuentos son narrativas construidas con forma y contenidos organizados para impresionar y hacer emerger sentimientos relacionados a las virtudes morales y todavía conmoción, alegría y superación (Matos, 2014). De esa manera, los cuentos introducen a los niños en universos diversos y en situaciones que les van ayudando a formar su propia identidad desde los valores que les son propagados y de los refuerzos positivos o negativos que tienen en la narrativa. Por lo cual, los cuentos son muy importantes para el proceso de desarrollo humano, puesto que ofrece una base que sustenta el advenimiento de la espontaneidad, la imaginación, la identificación, la emoción, el conocimiento de situaciones diversas y de los valores que conducen el ser humano a una vida más feliz.

Al respecto Fuks y Rivela (2017) consideran que sólo cuando el ser es capaz de expresarse iluminado por las cualidades que ofrece su conciencia espiritual podrá ir armonizando su conciencia hacia la autorrealización y tendrá los recursos necesarios para elegir con creatividad.

Propuesta superadora

A partir de este marco conceptual nos interpelan interrogantes vinculados con nuestro quehacer como terapeutas, profesores y promotores de la lectura con sentido. ¿De qué manera podemos propiciar ese encuentro? ¿qué estrategias se pueden promover?

Nuestra indagación al respecto nos permite afirmar que la singularidad y la creatividad de quien acompañe estos procesos será lo que marque la diferencia.

Seleccionar autores, temáticas de cuentos o seguir un criterio de selección para acercar a otros lectores y permitirles ampliar su espectro sumado a la estrategia creativa que despliegue para presentarlos y provocar un clima ameno, de expectativa y sorpresa llevará a los lectores a sumergirse en un mundo literario distinto y promoverá el gusto por la lectura.

Los escenarios literarios, creados para ambientar y acompañar la narración de un cuento o la presentación de un autor requieren de una planificación previa, pensada, creada y diseñada para dar un sentido a esa propuesta literaria.

Las bibliotecas móviles, los baúles con cuentos y las salas de escape son algunas estrategias que permiten vincular propuestas literarias con iniciativas lúdicas.

En relación a la primera, las bibliotecas móviles permiten trasladar cuentos, incluir otros usando una estantería o mueble con ruedas que permite moverse y generar nuevos espacios.

Los baúles con selección de cuentos permiten armar iniciativas por género, tema o autores y crea un momento de suspenso al no saber qué es lo que trae ese baúl en ese encuentro específico.

Las salas de escape son escenarios creados con pistas que motivan a los lectores a descubrirlas para seguir avanzando y pasar de una sala a otra. Se pueden crear pistas que permitan conocer biografías de escritores, sus obras o su estilo.

Para poder generar intercambios y que se puedan expresar los sentidos que cada uno atribuye a lo que lee se pueden incluir también propuestas con momentos de asamblea, debates o reflexiones a partir de alguna consigna vinculada a la lectura.

Así, se puede destacar que a partir de iniciativas que fomenten la lectura es posible favorecer el encuentro del Ser con el arte literario y acompañar ese florecer humano, teniendo los cuentos como un puente en ese proceso.

Conclusión

Se han incluido en este trabajo los aportes de destacados autores acerca de larelevancia de la lectura literaria para el desarrollo de las capacidades espirituales. Ha sido posible evidenciar que esas son, a su vez, la clave de la singularidad del Ser frente a los otros seres.

Fomentar los cuentos y la lectura se convierte en un puente que favorece la promoción de valores, la creatividad y espontaneidad enriqueciendo a su vez la subjetividad y el desarrollo humano de los niños. Por otra parte, brindan la posibilidad de desplegar la esencia del espíritu desde temprana edad.

Al respecto Scheler (2008) plantea que la esencia del espíritu consiste en la libertad que el hombre experimenta con relación a su existencia, puesto que no está atrapado en lo concreto, en las reacciones instintivas con relación a los bienes, a la vida, sino que posee la capacidad de pensar sobre sí mismo, sobre los bienes que están a su alrededor, pues aprehende dichos bienes, pudiendo posicionarse en el mundo de manera autoconsciente, mientras que, en los otros seres, eso no ocurre.

Se considera que la creatividad y la espontaneidad son posible promoverlas a partir de iniciativas literarias que permitan la expresión de emociones en todos los lenguajes posibles.

En línea con lo expresado Moreno (1977) afirma que la espontaneidad está fuertemente relacionada con la creatividad, que es la capacidad que todos los seres humanos tenemos de desarrollar conductas afectivas, cognitivas, corporales de manera única y adecuándose al entorno social, sin interferencia de relaciones previas en este proceso. Así la espontaneidad es la capacidad de expresar y actualizar un conjunto de pulsiones, necesidades y tendencias propias del sujeto con las características de adecuación social, que es lo que la hace distinta a la impulsividad.

Las contribuciones permiten afirmar que no sería posible un desarrollo humano óptimo sin tener en cuenta la singularidad y el mundo simbólico que habita en cada Ser donde el arte, sus valores y capacidades son pilares fundamentales.

Cassirer (1967) plantea que la singularidad humana se caracteriza por el universo simbólico y corrobora el argumento de Scheler (2008) de que el hombre no está preso a las reacciones instintivas frente a la vida, pues para dar respuestas a las situaciones, demora, mide, piensa en las posibilidades, no lo hace en forma inmediata e instintiva como los animales. De ese modo, el hombre posee un universo simbólico, del cual es parte el lenguaje, el arte, el mito, la religión.

Se ha podido afirmar también a partir de los aportes analizados que el desarrollo humano involucra muchos aspectos físicos, cognitivos, afectivos y sociales. En ese proceso, el lenguaje tiene un papel esencial, puesto que es mecanismo de comunicación, de interacción y de esa manera de los aprendizajes y experiencias.

De esa manera, la lectura literaria se vuelve en un importante instrumento en el proceso de desarrollo humano, ya que promueve procesos de identificación, expresión de emociones, ideas e reflexiones y así contribuye para el despliegue de capacidades espirituales, de autotrascendencia, creatividad, espontaneidad, entre otras que conducen a la autonomía y a la construcción de sentidos más auténticos y coherentes con la vida del lector.

Referencias

Arendt, H. (1984). *La vida del espíritu: El pensar, la voluntad y el juicio en la Filosofía y en la política.* (R. M. Romero y F. V. Oña, trad.) Centro de Estudios Constitucionales.

Bakhtin, M. (1986). *Marxismo e filosofia da linguagem: problemas fundamentais do método sociológico na ciência da linguagem*. Hucitec.

Cassirer, E. (1967) *Antropología Filosófica: Introducción a una filosofía de la cultura*. México: Fondo de cultura económica.

Colasanti, M. (2014). *Múltiplas leituras, múltiplos saberes*. Notícias – FNLIJ, n. 4, p. 6- 10.

Dorrego, L. (2015) *Teatro espontáneo, la construcción colectiva.* Tesis de grado. Universidad J. F Kennedy.

Foucambert, J. (1994). *A leitura em questão*. (B. C. Magne, Trad.). Artes Médicas.

Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido*. Paulus.

Fuks P. y Rivela C. V (2017) Educar con sentido en la infancia: Anàlisis existencial, niñez y educación. Revista Aprendizaje Hoy V 37 (96) 53-64

Garavelli, M.E. (2003) *Odisea en la escena*. Córdoba: Brujas.

Jouve, V. (2002). *A leitura.* (Brigitte Hervor, Trad.). Editora UNESP.

Lanosa, H.E. (2016). *Valores para una vida espiritual*. Pymedia.

Leffa, V. J. (1996). *Aspectos da leitura: uma perspectiva psicolinguística*. Sagra-DC Luzzatto.

Matos, D.R.R. (2014). *Os contos de fadas e a formação de valores morais.* Revista do SELL, n 4 (2), p. 1-18.

Martins, M. H. (2010). *O que é leitura*. (5ª ed.). Brasiliense.

Medrado, S.O. (2020). *El carácter subjetivo de la lectura y su influencia en la construcción de sentidos: Revisión sistemática de la literatura*. Calidad de vida y salud, 13, n. especial, 100-113.

Medrado, S.O. (2021). *Leitura, capacidade noética de autodistanciamento e assertividade: Uma relação psico-noética-social*. Appris.

Moreno, J.L. (1977) *El Teatro de la Espontaneidad*. Buenos Aires: Vancu.

Román, A.M. (2019). *Imaginarios sociales de exreclusos sobre la lectura y el sentido de la vida: la función de la biblioterapia en personas privadas de su libertad* (Tese) – Universidad Kennedy, Buenos Aires, Argentina.

Scheler, M. (1979). *El puesto del hombre en el cosmos*. Betiles.

Vygotsky, L. (2008). *Pensamento e linguagem*. (J. L. Camargo, Trad., 4ª ed.). Martins Fontes.

Currículum

Lorena Elizabeth Dorrego:
Lic. en Psicología. Sexóloga clínica.

Suzeneide Oliveira Medrado:
Phd en Psicología. Lic. en Letras, Profesora - Secretaría de Educación de Bahia, Brasil.

Carolina Viviana Rivela:
Phd en Psicología. Lic. en Psicopedagogía, Profesora.

Correo de contacto:

Lorena Elizabeth Dorrego:
lorenadorregopsi@gmail.com

Suzeneide Oliveira Medrado:
suzymedrado@gmail.com

Carolina Viviana Rivela:
carolina.rivela@uflouniversidad.edu.ar

Fecha de presentación: 15/05/2023

Fecha de aceptación: 02/08/2023

Sección Investigación

Supervisión clínica grupal online en el enfoque centrado en la persona

Online group clinical supervision in person-Centered Approach

Alejandro López Marín
Valdivia, Chile
Espacio ECP - Núcleo de Estudios y Formación en Psicología Humanista

Resumen
La supervisión clínica es un aspecto fundamental en la formación de psicoterapeutas, especialmente en los enfoques humanistas y existenciales, sin embargo, es un tema poco estudiado especialmente a nivel latinoamericano. Esta investigación corresponde a un relato de experiencia del proceso de supervisión grupal en línea de terapeutas en formación en terapia centrada en la persona, que tuvo una metodología inspirada en los grupos de encuentro de Carl Rogers.

Palabras clave
supervisión clínica, terapia centrada en la persona, grupos de encuentro, enfoque centrado en la persona, psicoterapia humanista.

Abstract
Clinical supervision is a fundamental aspect in the training of psychotherapists, particularly in humanistic and existential approaches, however, it is a topic that has been little studied, especially in Latinamerica. This research corresponds to an experiential account of the process of online group supervision for therapists in training in person-centered therapy, which was inspired by Carl Rogers' encounter groups.

Keywords
clinical supervision, person-centered therapy, encounter groups, person-centered approach, humanistic psychotherapy.

Introducción

La supervisión clínica en general es considerada como una instancia necesaria en la formación de terapeutas. Sin embargo, en Chile no existe una regulación legal respecto a la formación en psicoterapia, esto significa que los profesionales con el título de psicología (grado de licenciatura) ya pueden ejercerla. A la vez, se debe considerar que la formación a nivel de licenciatura o pre-grado es generalista, lo que significa que no existe profundización en competencias clínicas avanzadas.
La supervisión clínica es una metodología valiosa para psicoterapeutas con experiencia y en proceso de formación. A través de la supervisión se espera que los terapeutas integren habilidades teóricas, prácticas y experienciales, con el fin de desarrollar competencias clínicas que le permitan ejercer de forma adecuada la psicoterapia, con consultantes con distintas características y complejidades.
El enfoque centrado en la persona le da una gran importancia al proceso de supervisión. A pesar de esto, la literatura en español es escasa sobre este tema, y no existen grandes sistematizaciones publicadas (López, 2021). A la vez, este enfoque ha sido integrado en los distintos países de Latinoamérica de un modo diferente, o al menos con matices, por lo tanto, puede haber diferencias en cómo se aplica.
El presente artículo buscó responder a la siguiente pregunta: ¿cómo fue la experiencia en espacios de supervisión grupal online de los participantes de un diplomado en psicoterapia centrada en la persona? Con el propósito de conocer en general su percepción del proceso, identificar los aspectos que fueron significativos de sus vivencias, y develar si las actitudes relacionales del enfoque centrado en la persona se pudieron transmitir en un formato en línea. Respecto a lo metodológico, este artículo corresponde a un relato de experiencia, que se enmarca en un enfoque cualitativo, con alcance descriptivo. Para recolectar la percepción de los participantes se utilizó la herramienta denominada versión de sentido, que fue respondida por las y los participantes al final del proceso.
A continuación, primero se describirán generalidades de la supervisión clínica o co-visión desde el enfoque centrado en la persona, luego se describirá los grupos de encuentro, en seguida se describe la experiencia de las y los participantes, para posteriormente develar las respuestas de la versión de sentido, y finalmente se plantean algunas discusiones y conclusiones generales.

Supervisión clínica en el enfoque centrado en la persona

La supervisión clínica en terapia centrada en la persona es una actividad especifica, que tiene un énfasis en lo relacional y busca ser un espacio colaborativo. Su relación con la psicoterapia es que la primera implica un contacto directo entre el terapeuta con un consul-

tante, y en la supervisión se reflexiona sobre esos encuentros (Buys, 1987).
La supervisión desde este enfoque aborda lo teórico, práctico y experiencial (Buys, 1987), su foco es la relación intersubjetiva supervisor-terapeuta-cliente, y su objetivo es la formación del terapeuta (Moreira, 2001). El supervisor busca facilitar un ambiente facilitador, es decir, se relaciona desde las actitudes básicas del enfoque centrado en la persona, que son: comprensión empática, congruencia y consideración positiva e incondicional (Rogers, 1951; Lambers, 2003).
En razón a las actitudes facilitadoras del supervisor, se puede sintetizar de la siguiente forma (López, 2021):

a) *Comprensión empática del supervisor*: el supervisor busca comprender el marco de referencia de quien o quienes supervisa. Más que evaluar las acciones o inquietudes del supervisado, es un facilitador que intenta generar un espacio de colaboración y reflexión conjunta.
b) *Congruencia del supervisor:* el supervisor atiende a sus sentimientos, ideas y percepciones de lo que se expone en el espacio. También implica comunicar sus dudas, inquietudes, sentimientos, etc. El supervisor busca ser lo más real y transparente en el espacio de supervisión.
c) *Consideración positiva e incondicional del supervisor*: es deseable que el supervisor no haga juicios de valor, o enjuicie las conductas y decisiones del terapeuta supervisado. No es una instancia de evaluación, es más bien un tipo de relación de ayuda.

En cuanto a las dimensiones que se espera que abarque la supervisión centrada en la persona, a continuación, se describe en que consiste cada una (López, 2021):

a) Dimensión teórica
   Implica que durante el proceso se realice la conexión entre lo que sucede en el proceso terapéutico planteado, y la teoría del enfoque terapéutico en que se basa la supervisión (en este caso el enfoque centrado en la persona). Esto ayuda a responder algunas preguntas sobre la situación terapéutica: ¿quién es el consultante? ¿cómo es y qué le ocurre al consultante? ¿qué está ocurriendo en esta situación?
b) Dimensión práctica
   La terapia centrada en la persona es un enfoque relacional, por lo tanto, la pregunta respecto a la práctica no es esencialmente sobre técnicas o procedimientos, es sobre la relación. Aquí el supervisado puede reflexionar sobre: ¿cómo me estoy relacionando con mi consultante? ¿le llegan mis actitudes? ¿qué más puedo hacer para que las perciba? ¿debo hacer algún cambio?
c) Dimensión experiencial
   Apunta a los sentimientos y vivencias del supervisado en el proceso terapéutico que trae a supervisión. En ocasiones, las dificultades de lo que se está supervisando tiene relación a que tocan alguna vivencia personal del terapeuta.

Grupos de encuentro

Los grupos de encuentro se volvieron más populares en la última etapa de Carl Rogers, donde deja en segundo plano la terapia individual, para dar prioridad al trabajo con grupos, con énfasis en problemas sociales, más que a lo terapéutico (Holanda, 1998).
Los grupos de encuentro desarrollados por Carl Rogers tienen sus fundamentos en la idea de que los grupos se autodirigen y que puede desarrollarse algo constructivo sin la necesidad de un liderazgo definido (Rogers, 1970). Rogers facilitó grupos de encuentro en proceso de mediación de conflictos, en instancias de desarrollo personal, programas de formación de terapeutas, etc.
En los grupos de encuentro el facilitador puede tener funciones respecto a los horarios de alimentación, coordinar previamente el espacio, atender a cuestiones administrativas, entre otras. Es decir, funciones indirectas a la vivencia grupal, durante el proceso mismo, el facilitador es un integrante más del grupo.
En el formato clásico, no existe un tema definido a priori, sino que espontáneamente los participantes van exponiendo ideas, reflexiones, vivencias, etc. Además, se suele realizar en formato residencial, es decir, las personas permanecen en el mismo lugar, habitualmente varios días.
Según Cazon (2005) en el grupo de encuentro se busca que se valore la experiencia de las personas que participan, durante el proceso, las relaciones se vuelven más complejas y la red de interacciones más variadas. Las personas desarrollan una apertura para escucharse a sí mismas y a los demás., con sus diferencias y particularidades, ampliando el espacio de encuentros interpersonales, para creaciones originales y para el desarrollo personal (Cazon, 2005).
El grupo de encuentro no es terapia grupal, aunque puede ser una experiencia terapéutica para algunos participantes; no es un taller grupal (como se suele conocer), los talleres tienen un tema definido y un facilitador que guía, igualmente, si es posible realizar talleres con orientación centrada en la persona; y no es de forma inherente un espacio de supervisión, aunque podría utilizarse para aquello, la supervisión tiene un objetivo común, que es la formación del terapeuta. Es decir, se puede hacer terapia de grupo, talleres grupales, y supervisión grupal desde el enfoque centrado en la persona, pero no es lo mismo que un grupo de encuentro, aunque tienen aspectos en común en su metodología.
En el caso de la supervisión grupal inspirada en los grupos de encuentro, se mantiene la idea de que el grupo se autodirige, es decir, son los participantes quienes deciden como ocupar el tiempo que se tiene, hay libertad para plantear temas diversos en el espacio, y se busca que se de en un clima de empatía, congruencia y consideración por el otro.

Descripción de la experiencia

El proceso de supervisión grupal que se llevó a cabo fue a profesionales en proceso de formación en terapia centrada en la persona. La frecuencia de los encuentros de supervisión fue de dos veces por mes, durante diez meses, de marzo a diciembre, una hora por cada encuentro. Se conformaron cuatro grupos, con cuatro participantes por grupo que realizaron todo el proceso.

Además, cabe señalar que estos encuentros fueron online, a través de la plataforma ZOOM. En todas las jornadas, salvo problemas de conexión o casos muy puntuales, todas las personas que participaron del espacio tenían activado su audio y cámara web.

La metodología utilizada en la supervisión fue inspirada en los grupos de encuentro, que fue descrito anteriormente. Se utiliza aquí la idea de inspiración porque al ser un espacio de supervisión grupal, definido anteriormente así, hay un objetivo explícito planteado, que es la formación de terapeutas desde el enfoque centrado en la persona.

En cuanto al rol de quien supervisa, es alguien que busca implementar las actitudes básicas (empatía, aceptación y congruencia), con la finalidad de que quienes participan vivan este clima relacional en primera persona. Busca una relación lo más horizontal posible, entendiendo que quienes se supervisan tienen la capacidad de aprender y de ir encontrando sus propios caminos y sus modos de ser psicoterapeuta. Esta metodología genera que cada grupo tenga su propio proceso y estilo.

Recolección de información

Para tener un reporte general de cómo fue la experiencia para quienes participaron de la supervisión, se le pidió a cada participante responder *una versión de sentido*.

Según su autor, Mauro Amatuzzi (1996) esta herramienta nace a partir de reuniones entre colegas para generar espacios de supervisión de las atenciones terapéuticas, donde acordaron que la discusión no se realizaría a partir del relato de la sesión, sino que con un relato condensado sobre lo que para el terapeuta fue lo esencial del encuentro con el consultante. Además, la idea era hacerlo inmediatamente luego de la atención, para no perder ese momento vivencial y lo que se intenta hacer es escribir lo primero que surja, es decir, es una escritura espontánea, no mediada por la teoría o la racionalización de la experiencia (Amatuzzi, 1996).

Esta ha sido una herramienta utilizada largamente en Brasil, donde existe diversas publicaciones sobre su aportación como herramienta en espacios de supervisión (Vieira, Bezerra, Pinheiro & Castelo-Branco, 2018). A la vez, se ha utilizado en investigación cualitativa (Dantas-Guedes & Moreira, 2009), por ejemplo, para solicitar reportes a los participantes respecto a sus experiencias en distintos espacios relacionales, se les pide que contesten de la forma lo más espontánea y en respecto a lo que este vivenciando en el momento. Amatuzzi (1996) señala que también las versiones de sentido se pueden escribir y reescribir, decantando en nuevas versiones de sentido.

Para esta investigación se les pidió una versión de sentido al final del proceso, luego de varios encuentros, entonces, lo que muestran las respuestas, son los significados en ese momento, en que respondieron, no necesariamente describe lo que fueron experimentando en cada uno de los encuentros. En esta ocasión se capta la vivencia global que experienciaron en un proceso relacional que tuvo varios momentos de encuentros virtuales.

Al finalizar el proceso, se les envió un formulario de Google a cada correo electrónico registrado de cada participante, se incluyó un consentimiento informado para utilizar las respuestas para investigación y publicación, y la versión de sentido para ser contestada.

De dieciséis participantes que completaron el proceso de supervisión, trece respondieron el formulario de Google. Las respuestas fueron anónimas, por lo tanto, no se registraron correos electrónicos de quien respondió y quien no, y no se registraron datos de identificación.

Respuestas Versión de Sentido

Participante 1: “Fue un espacio de mucha contención y validación de los ritmos de cada participante, con un foco importante en la persona del terapeuta y una visión de los casos clínicos muy alineada con el enfoque centrado en la persona. Una grata experiencia.”

Participante 2: "Fue una experiencia muy grata, teniendo en cuenta las personas que participaron de la instancia. Creo que se logró el ambiente que propicia ECP como eje central, lo cual es muy bacan. Por otra parte, la persona que facilitó la instancia de mi co-visión resultó ser la precisa, una persona muy espontánea y buena onda, además de muy cercana para entregarnos sus experiencias. Me hizo sentir bien, acompañado y además de crecer como profesional formándome en el Enfoque."

Participante 3: “El proceso de co-visión fue bastante satisfactorio dentro de todo, puesto que tuvo un enfoque hacia la persona del terapeuta y hacia la conversación y resolución de dudas en torno a los contenidos que se daban en las clases teóricas. Aun así, eché en falta un enfoque más centrado en pacientes (estilo supervisión) o en resolver dudas acerca de cómo llevar procesos con estos desde el ECP. Esto último es lo que más recalco que me hubiese gustado experienciar. Pero salvo eso me encuentré bastante a gusto en cada co-visión, algo que rescato mucho.”

Participante 4: “Fue un proceso de crecimiento personal y profesional de construcción conjunta continua. Primó la empatía, escucha y participación activa, además se fue conformando en un lugar en qué sentí que podía expresarme libremente. Agradezco la facilitación no jerárquica de nuestro profesor y la sinceridad y cercanía de él y mis compañerxs. Aprendí mucho sobre las experiencias y perspectivas de mis compañerxs y docente y pude compartir las propias. Tuvo un real impacto en mi quehacer terapéutico y vida personal. Es una experiencia que deseo implementar en otras experiencias de aprendizaje. ¡Muchas gracias!”

Participante 5: “En primera instancia quiero felicitar a nuestra supervisora, ella representa a cabalidad el pensamiento de Rogers, posee las tres actitudes básí-

cas. Fue un agrado participar en el grupo, fue de un total crecimiento."
Participante 6: "Fue una experiencia enriquecedora, de libertad y ajustada a lo que cada uno íbamos necesitando momento a momento."
Participante 7: "Fue una experiencia muy linda, pude compartir con mis compañeros y supervisor, conocerlos mejor, fue todo muy genuino, espontáneo y honesto. Compartimos experiencias y sentimientos de una forma muy clara y auténtica. Todo el espacio era muy cómodo y acogedor."
Participante 8: "Fue una experiencia enriquecedora, muy amena. Me sentí acogido y escuchado, con un muy buen grupo y una excelente guía. Además, la oportunidad de conversar sobre los contenidos de la clase, en conjunto a la revisión de casos clínicos y ejercicios prácticos, fue fantástico."
Participante 9: Experiencia genuina, de cooperación, honestidad y humildad lo que facilito mi aprendizaje."
Participante 10: Con respecto a la co-visión, mi proceso fue tranquilo y a mi tiempo, en ningún momento me sentí presionada a participar, sin embargo la instancia llamaba a poder interactuar con las demás, en todo momento me sentí resguardada y acogida, lo que posibilitaba el compartir experiencias propias y expresar emociones desde lo personal como de lo profesional. Desde el ámbito teórico, se podían compartir ideas que quedaban dando vueltas luego de las clases, o a veces compartir ejemplos que simplificaran el poder comprender lo que se estaba aprendiendo, al igual que intercambiábamos "formas de hacer terapia", o más bien herramientas que utilizábamos, con el objetivo de ampliar nuestras visiones y considerar otras maneras desconocidas hasta el momento. Por otra parte, se presentaban instancias enriquecedoras donde se compartían visiones sobre la salud mental del terapeuta, pues al compartir experiencias de la cotidianeidad, muchas veces llegábamos en conjunto a la idea de lo relevante que es estar bien para acompañar a otras/os y de lo importante que se volvían las co-visiones para ser acompañadas en nuestro proceso."
Participante 11: "enriquecedora."
Participante 12: "La experiencia fue agradable y amigable. Los profesionales bien capacitados, entregan respuestas que ayudan y aclaran dudas, entregan material para comprender y profundizar los temas que a uno le interesa."
Participante 13: "Fue muy gratificante poder hacer los primeros pasos dentro del enfoque en las supervisiones. Me sentí acompañada y con mayor seguridad a medida que iban transcurriendo los encuentros. A su vez también separó la de niños y la de adultos ya que en la segunda parte ya tenía ciertos conceptos e ideas del enfoque para relacionarlos con la práctica y repensarme en el rol. Disfruté los encuentros, de cada uno pude ir sacando conclusiones, más dudas, ideas no solo a nivel profesional sino personal también."
Discusión
Se observa que para los y las participantes el proceso significó sentimientos y una vivencia en general positiva, donde se sintieron cómodos, escuchados y con libertad para participar del espacio. Se observa que se percibe un mayor énfasis en aspectos relacionados a la persona del terapeuta, sin dejar de lado lo práctico y teórico.
El espacio tuvo un contexto relacional basado en las actitudes básicas del enfoque centrado en la persona, recalcan en varios de los relatos que, quienes facilitaban la supervisión pudieron transmitir empatía, aceptación y congruencia, y una relación no jerárquica en el espacio.
En general, la mayoría de los relatos coinciden que en el proceso de supervisión se consideraron aspectos vivenciales, prácticos y teóricos. Lo que coincide con lo que se espera de una supervisión en el enfoque centrado en la persona.
Una versión de sentido describe que él o la participante le hubiera gustado más presentaciones de casos. Puede ser relevante considerar que en espacios grupales puede haber necesidades de participantes que, en algunas ocasiones plantearon sus inquietudes, pero el grupo consideró abordar otro tema, y en otras, que algunos participantes se quedaron con inquietudes sin exponerlas. En cualquier caso, es un aspecto que supervisores deben considerar resguardar y cuidar.
No hay menciones al hecho que el proceso fue en formato en línea, a priori parece no ser un impedimento, ya que el proceso fue satisfactorio para todos quienes respondieron la versión de sentido. Sin embargo, puede que se requiera investigar de forma más especifica el formato en línea de la supervisión. También, se recomienda realizar investigaciones con mayor profundidad, considerando entrevistas y diseños de investigación que permitan comprender las experiencias de quienes participan más a fondo.

Comentarios finales

En el enfoque centrado en la persona la supervisión se plantea como una instancia de facilitación, por lo tanto, es un espacio de ayuda y de co-construcción, donde la intención es que el profesional que se supervisa integre aspectos teóricos, prácticos y vivenciales, para desarrollar mayor seguridad y habilidades en su ejercicio profesional. Quien actúa como supervisor es un acompañante, un colaborador, un copiloto de alguien que está en el proceso de convertirse en terapeuta centrado en la persona.
En general, quienes participaron de este proceso de supervisión grupal online, perciben que fue una instancia en que pudieron explorar temas personales, aclarar y profundizar en temas teóricos y prácticos. Señalan que fue una metodología que les fue beneficiosa en su proceso de formación.
En cuanto a limitaciones de la supervisión grupal es que se pueden omitir ciertas necesidades personales de participantes que en las instancias grupales queden sin expresar o sin recibir acogida.
La supervisión grupal online en el enfoque centrado en la persona puede ser una metodología que beneficia la formación de terapeutas de este enfoque. Seguramente luego de la pandemia por COVID, es una práctica que se está realizando en distintos espacios de formación, sin embargo, parece necesario sistematizar y publicar estas experiencias.
Es necesario realizar mayores investigaciones, con mayor profundidad en los distintos formatos y metodo-

logías de formación que utilizan los centros que realizan capacitaciones y formaciones sobre el enfoque centrado en la persona en Latinoamérica.

Referencias

Amatuzzi, M. (2008). *Por una psicología humana*. Alinea Editora.

Buys, R. (1987). S*upervisão de psicoterapia na abordagem humanista centrada na pessoa*. Summus.

Cazon, M. (2005). A importância dos grupos de encontro na formação do psicoterapeuta centrado na pessoa [Tesis de licenciatura, Universidad CEUB]. Repositorio Institucional de la Universidad CEUB https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/123456789/2744/2/20110110.pdf

Lambers, E. (2003). Supervisión en la terapia centrada en la persona: facilitación de la congruencia. En D. Mearns, & B. Thorne. *La terapia centrada en la persona hoy*. Desclée de brouwer.

López, A. (2021). Supervisión clínica en psicoterapia centrada en la persona. *Revista Enfoque Humanístico*. 38: 1-12.

Moreira, V. (2001). *Más allá de la persona*. Universidad de Santiago.

Rogers, C. (1951). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Paidós Ibérica.

Rogers, C. (1970). *Grupos de encuentro*. Amorrortu

Currículum

Psicólogo clínico, psicoterapeuta y supervisor clínico; magister en educación universitaria; especialista en terapia centrada en la persona, diplomados y postítulos relacionados con la psicología clínica y psicoterapia humanista; director y co-fundador de Espacio ECP - Núcleo de Estudios y Formación en Psicología Humanista; docente en Universidad San Sebastián; director área de investigación FAHdeA; docente en diplomados y formaciones relacionados con el enfoque centrado en la persona.

Correo de contacto:
contacto@psalejandrolopez.com,
contacto@espacioecp.com

Fecha de presentación: 05/06/2023

Fecha de aceptación: 13/07/2023

Descripción del estado de las motivaciones fundamentales de la existencia en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza

Description of the state of the fundamental motivations of existence in people with problematic substance use in the Province of Mendoza

Mag. M. Laura Asid, Lic. Victoria Marcon Llalen, Mag. Julia Casanova,
Mag. María del Carmen Cardigni, Lic. Martín Zibelman.
Mendoza, Argentina.
Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad del Aconcagua.

Resumen
Los consumos problemáticos constituyen un tópico de relevancia actual poco abordado en Mendoza desde la perspectiva del Análisis Existencial. El objetivo principal fue: describir y analizar el estado de las motivaciones fundamentales postuladas por Längle (2015) en personas con consumo problemático de sustancias en la provincia de Mendoza. Se trata de una investigación cuantitativa, de alcance descriptivo. A una muestra intencional de 98 personas mayores de 18 años con consumo problemático de sustancias, se les administró el Test de las Motivaciones Existenciales (Längle & Eckhardt, 2000, adaptación y validación para población argentina de Gottfried et al., 2014). Se encontró que un alto porcentaje de participantes presenta afectadas las cuatro motivaciones, en los participantes las principales afecciones se dieron: en el ámbito del sentido de la vida, en la autenticidad, en la confianza en sí mismos y el mundo; y en la calidad de vida.

Palabras clave
Consumos Problemáticos, Motivaciones, Logros, Bloqueos.

Abstract
Problematic consumption constitutes a topic of current relevance little addressed in Mendoza from the perspective of Existential Analysis. The main aim was to describe and analyze the state of the fundamental motivations postulated by Längle (2015) in people with problematic substance use in the province of Mendoza. This is a quantitative research, descriptive in scope. An intentional sample of 98 people over 18 years of age with problematic substance use were administered the Existential Motivation Test (Längle & Eckhardt, 2000, adaptation and validation for the Argentine population by Gottfried et al., 2014). It was found that a high percentage of participants have the four motivations affected. In the participants, the main affections occurred: in the area of the meaning of life, in authenticity, in self-confidence and in the world; and in the quality of life.

Keywords
Problematic Consumption, Motivations, Achievements, Blockages.

Introducción

Desde muy temprano en la historia, el ser humano ha empleado sustancias con fines medicinales, placenteros, para dar cumplimiento a ritos de la época o simplemente para modificar la percepción de la realidad, en la constante búsqueda de apartarse del sufrimiento, ya sea de índole física, psíquica, social o espiritual (Duffy, 2015).

Laura Gersberg (2018) plantea que los modelos promovidos como paradigmas del éxito social generan la banalización de la existencia, un vaciamiento de sentido, ante lo cual la estrategia para asegurar la supervivencia impone el redoblamiento de la alienación de la identidad. Las personas con consumos problemáticos son víctimas del vaciamiento, encarnado un vacío: de ilusiones, de proyectos, de palabras. Ante este vacío, fuente de angustia inenarrable, las sustancias toman la palabra, capturándola, colonizándola y esterilizándola. Ante el vacío de sentido, lo que domina es la descarga cinética.

Los consumos problemáticos son policausados, en su génesis intervienen diversos factores que confluyen en su desarrollo, constituyen una problemática tan compleja que requieren un abordaje integral.

Según el Observatorio Argentino de Drogas (2009) en el 86% de los centros de atención en Argentina dedicados a los consumos problemáticos, se brinda psicoterapia. Las diferentes orientaciones teóricas en las que se posiciona el terapeuta tienen un correlato directo sobre el modo de abordaje al paciente y al tipo de psicoterapia que establezca, siendo las corrientes teóricas más frecuentemente empleadas: psicodinámica (38%), ecléctica (27%), cognitiva (20%), sistémica (19%) y conductual (16%). En este relevamiento no se encuentran presente la corriente analítico-existencial.

Se realizó un rastreo bibliográfico en la cual se hallaron sólo unas pocas investigaciones en Latinoamérica, sobre el abordaje de consumos problemáticos desde los lineamientos de la Logoterapia, creada por Viktor Frankl, a su vez se encontraron algunas tesis de grado que abordan los consumos problemáticos desde el Análisis Existencial de Alfried Längle en América Lati-

na. La mayoría de los estudios se centran en el consumo de alcohol y sustancias psicoactivas en adolescentes, jóvenes y adultos, algunos estudios recientes investigan sobre otros consumos problemáticos ligados a nuevas tecnologías y redes.
En este proyecto se plantea un acercamiento exploratorio a los consumos problemáticos desde la mirada del Análisis Existencial.
La realización del presente trabajo de investigación brinda un aporte al campo de los abordajes preventivos y terapéuticos de los consumos problemáticos desde un paradigma que hasta el momento no se ha aplicado en el ámbito local, lo cual podría significar sumar nuevas contribuciones al abordaje de un tema complejo y de relevancia social.
Los objetivos que se plantearon fueron: describir y analizar el estado de las motivaciones fundamentales de la existencia en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.

Objetivos Específicos:

- Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Confianza Fundamental, de la Primera Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.
- Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Valor Fundamental, de la Segunda Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.
- Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Autoestima, de la Tercera Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.
- Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Sentido de Vida, de la Cuarta Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.

Marco teórico

El consumo problemático de sustancias psicoactivas se encuentra entre los primeros veinte factores de riesgo de muerte y discapacidad a nivel mundial (Bugge et al., 2017). Según el último informe de la UNODC (United Nations Office on Drugs and Crime, 2015) uno de cada diez usuarios de drogas, sufre de desórdenes por el uso de las mismas o dependencia y veintisiete millones de personas en el mundo son consumidores problemáticos de drogas.
El uso nocivo de bebidas alcohólicas y el consumo de otras sustancias psicoactivas, constituye un grave problema social y de salud pública en el mundo, con importantes consecuencias negativas que trascienden el ámbito de la salud individual repercutiendo en la sociedad. Ocasiona daños a la salud y pérdidas de vida, morbilidad asociada, discapacidad, disminución de la calidad de vida y cuantiosos gastos para el Sistema de Salud (Duffy, 2015).
Diversos estudios han dado cuenta del aumento en el consumo y la adicción a sustancias, como ser el Barómetro del narcotráfico y las adicciones en Argentina, elaborado por el Observatorio de la deuda social argentina de la Pontifica Universidad Católica Argentina y la Comisión Coordinadora del Programa Nacional de Acción Pastoral sobre Drogadependencia de la Conferencia Episcopal Argentina (Lauriti y Villamayor, 2018).
Según el Informe Mundial de Situación sobre Alcohol y Salud de la OMS (Organización Mundial de la Salud, 2014), aproximadamente el 16% de los consumidores de alcohol, mayores de 15 años o más, tuvieron episodios de consumo excesivo. En el año 2012, alrededor de 3,3 millones de las muertes en el mundo (5,9 %) pueden atribuirse en forma directa o indirecta al consumo de alcohol y 139 millones (5,1%) de la carga mundial de enfermedades y lesiones, fueron atribuibles al consumo de alcohol.
El uso de alcohol es especialmente preocupante en las Américas, donde se estima que el consumo total per cápita es de un 30%, superior al promedio mundial (Sedronar, 2016).
Argentina, a nivel regional, se posiciona entre los países con mayores niveles de consumo de alcohol y tabaco, ubicándose en segundo lugar luego de Colombia. Y es junto a Uruguay, el segundo país en presentar los más altos consumos de tabaco en Sudamérica, luego de Chile. Argentina se ubica quinta dentro de la subregión de América del Sur en cuanto al consumo de cocaína (Sedronar, 2016).
A nivel país, en la población de 12 a 65 años, las sustancias que representan la mayor prevalencia de vida son las de uso legal (alcohol 70% y tabaco 47,3%). Le siguen la marihuana (8,1%), los tranquilizantes usados sin prescripción médica (3,1%) y la cocaína (2,6%). Entre los varones el consumo es mayor que entre las mujeres (30,6% y 24,2% respectivamente) y son los jóvenes de 25 a 34 años quienes tienen niveles de consumo más elevados. El 13% de los consumidores actuales de alcohol, presenta un patrón de consumo riesgoso para la salud y para terceros. Se observa también la extensión del uso de medicamentos psicotrópicos, especialmente tranquilizantes y ansiolíticos, bajo tratamiento médico o no, principalmente en la población adulta, en mayor medida en mujeres (Sedronar, 2017; OAD, 2017).
En Argentina, las muertes relacionadas con el consumo de drogas en la población de 15 a 64 años para el año 2019 representan el 16,3% de las muertes totales para ese grupo. La sustancia asociada a la mayor proporción de casos es el tabaco: el 80,8% de las defunciones están relacionadas a su consumo y, el 17,9% es atribuido al consumo de alcohol (Sedronar/ OAD, 2021).
Helen Nowlis en el año 1975 planteó cuatro modelos para analizar la relación entre las personas y las drogas: ético-jurídico, médico-sanitario, psico-social y socio-cultural. Posteriormente en 1976, Alberto Calabrese y colaboradores describieron el modelo ético-social, enmarcado en una sociología crítica que analiza al problema de las drogas como una construcción social (Vásquez, 2016).
Romaní (2004, como se citó en Vásquez, 2016), plantea que la construcción social del problema de la droga se ha desarrollado a través de tres modelos: penal (concepto estigmatizante de la droga, todo es visualizado en clave de delito), médico (el drogadicto es un

enfermo más que un delincuente, por esto debe ser introducido en dispositivos médicos, debe ser institucionalizado, también conlleva estigmatización) y sociocultural (visión crítica que introduce el contexto histórico, abandona la referencia al individuo y se orienta hacia una conceptualización de sujetos imbuidos en prácticas sociales).

El modelo sociocultural integra las denominaciones del campo de la salud mental con el enfoque de derechos, conceptualiza las transformaciones en las prácticas de consumo de drogas a partir de las definiciones políticas, económicas y sociales, el individuo no se encuentra a solas con su consumo, sino que se analiza la producción de subjetividad y padecimientos a la luz de las particularidades de la época. Las sustancias pierden centralidad, se emplean conceptos como persona y ciudadano. Las personas están en el centro de este planteo, con su padecimiento subjetivo (Vásquez, 2016).

El análisis de la relación entre las personas y las drogas no podría quedar escindido de las formas particulares que cada época les imprime a las relaciones entre las personas y los objetos de consumo. Consumir es el imperativo categórico de la sociedad actual (Lauriti y Villamayor, 2018). Estamos ante un tratamiento social selectivo que rechaza ciertos consumos y tolera otros. Generalmente existe una gran tolerancia social respecto del consumo de tabaco, alcohol, y medicamentos. No suelen ser estigmatizados aquellos consumidores de sustancias como los psicofármacos, que no las obtienen en circuitos ilegales y/o marginales, si se los compara con aquellos que solo pueden obtenerlas en estos circuitos (Stolkiner et al., 2016).

Es preciso comprender al usuario de sustancias como un sujeto de derechos, es decir, pasar de una perspectiva punitiva y criminalizante a una perspectiva sociosanitaria y humanista. Siguiendo los nuevos paradigmas y clasificaciones propuestos por la OMS y las Naciones Unidas, existen varios tipos de consumos. Sin embargo, hay cierta tendencia a pensar que los consumos problemáticos son sólo aquellos que tienen que ver con sustancias ilegales.

Un consumo es problemático cuando afecta nuestra salud, relaciones laborales, familiares y sociales, o cuando ocasiona conflictos con la ley (Gersberg, 2018). Cuando de uso de sustancias se trata, la primera trampa que suele presentarse es hablar de las ilegales, cuando las estadísticas reflejan que las que encabezan el uso y abuso son las legales. Lo problemático no son las sustancias, sino la variedad de circunstancias que hacen que alguien las use, así como la relación que las personas establecen con las sustancias, y los objetos.

En Argentina el cambio de nominación de “adicciones” a “consumos problemáticos” y su inclusión dentro de la Salud Mental impulsado por la sanción de la Ley N ° 26.657 (2010) representa un esfuerzo por evitar la estigmatización.

La Ley Nacional de Salud Mental, fue reglamentada en el año 2013, a través del decreto N ° 603, en ella se establece:

ARTÍCULO 4º.- Las adicciones deben ser abordadas como parte integrante de las políticas de salud mental. Las personas con uso problemático de drogas, legales e ilegales, tienen todos los derechos y garantías que se establecen en la presente ley en su relación con los servicios de salud.

En el año 2013 se da a conocer el Plan Nacional de Salud Mental, diseñado por la Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones (autoridad de aplicación de la ley) del Ministerio de Salud de la Nación (Decreto N° 457/2010). En él se define al consumo problemático como aquel que: “atenta contra la salud y la construcción de proyectos de vida de las personas. Esto puede darse en los diferentes niveles de consumo (uso, abuso y/o adicción) y con independencia del tipo de sustancia consumida (legal y/o ilegal)” (Lauriti y Villamayor, 2018, p. 92). Desde esta perspectiva, la probabilidad de que el consumo de una sustancia genere para la persona o para la comunidad mayor o menor problema no se relaciona con las propiedades de la sustancia sino con el vínculo que la persona establece con la misma en determinada circunstancia vital. Se saca el foco de la sustancia, se hace hincapié en el vínculo y así como en el contexto.

En el presente trabajo de investigación se plantea un acercamiento exploratorio a los consumos problemáticos desde la mirada del Análisis Existencial Contemporáneo.

Para Cañas Fernández (2004) y Pombo Marques (2012) la persona no cae en una situación extremadamente adictiva de una vez, sino que hasta llegar a ese estado, antes ha dado pasos previos. La conducta adictiva, caracterizada por el consumo compulsivo y problemático, es apenas un síntoma de algo interno relacionado con cómo la persona se observa a sí misma y al mundo.

Las adicciones pueden parecer diferentes en la superficie, pero ser provocadas por las mismas causas profundas (Cañas, 2004). Para los autores las adicciones conducirían a un mismo estado existencial que consistiría en la esclavitud del deseo.

Cañas Fernández (2013) plantea que la gravedad del fenómeno adictivo procede de su amplitud social y sobre todo existencial, de un posicionamiento vivencial que está generando un nuevo puesto del ser humano en el cosmos. Para el autor se necesita acudir a la raíz antropológica existencial de las personas y estudiar el sin sentido vital que puede conducir al ser humano a la conducta adictiva. Todas las conductas adictivas tratarían de llenar un vacío existencial profundo equivocadamente, la actividad termina convirtiéndose en un fin en sí mismo, que tiraniza y controla sus vidas (Washton y Boundy, 1991, citados en Cañas Fernández, 2013).

Para Cañas Fernández (2013), toda adicción implica huir de sí mismo; cuando se entra en la dinámica de huir hacia adelante como única actividad en la vida, aparece el vacío existencial. Y si la persona no llena ese vacío a tiempo, es posible que caiga en la desesperación. Las adicciones pueden diferir, no todas son iguales, sin embargo, todas conducen al estado de esclavitud personal. Este planteo coincide con la visión sobre las adicciones y los consumos problemáticos descriptos por Viktor Frankl y Alfried Längle, que se describirán más adelante.

Los distintos tipos de adicciones presentan un denominador común: provocar en la persona una existencia esclava y vacía de sentido, un vivir alienado. La dependencia es una soledad en la cual la persona esclava de sí misma se encuentra en una lucha por conseguir una felicidad efímera, una especie de nada que culminará antes o después en angustia existencial. Y creyendo vivir en libertad, se vuelve en cambio ocasión de un vivir alienado (Cañas Fernández, 2013).

Längle (2003), desarrolla el Análisis Existencial, definiéndolo como una terapia fenomenológico-personal, cuyo objetivo es ayudar a la persona a alcanzar un vivenciar libre, tomas de posición auténticas y un trato responsable con sí misma y con su mundo.

La teoría de las Motivaciones Fundamentales de Längle (2009) plantea cuatro tareas existenciales que movilizan al ser humano: a) alcanzar las condiciones para ser y estar en el mundo (Primera Motivación Fundamental); b) relacionarse con la propia vida (Segunda Motivación Fundamental); c) alcanzar las condiciones para lograr la identidad personal (Tercera Motivación Fundamental) y d) abrirse para disponerse a entrar en relaciones con un contexto mayor desde el cual surge el sentido existencial (Cuarta Motivación Fundamental).

Para el Análisis Existencial de Alfried Längle (2015) los consumos problemáticos constituyen el drama del hambre de vivir. La vida necesita ser vivida; si falta una parte esencial de la vida, se busca un sustituto y la dependencia llega a ser un reemplazo, un sustituto de una buena vida.

El Análisis Existencial sostiene que en el consumo problemático es la voluntad la que se ve afectada por lo que ya no es posible una decisión libre y auténtica por parte de la persona. En el comportamiento adictivo se da un destronamiento de la persona: el propio yo se aliena, se enajena, se siente dominado por un poder totalitario ejercido por un objeto (el alcohol, el éxtasis, el trabajo, la sexualidad, la comida, etc.). La persona vivencia un déficit en cuanto a la fuerza interna para resistir el efecto seductor de la sustancia que promete vida. En su interior la persona misma adquiere el sentimiento de que sin el objeto adictivo su vida perdería considerable calidad (Längle, 2015).

El consumo problemático consiste en una vivencia simultánea de atracción imperiosa por parte del objeto y de falta de resistencia de parte del yo. No hay consumo problemático o dependencia si no hay una falta, una necesidad, una carencia (Längle, 2015).

El Análisis Existencial afirma que la principal carencia se halla en la Segunda Motivación Fundamental, vivenciada como una carencia de vida. Pero en el nivel psicológico pueden estar alteradas todas las motivaciones fundamentales (MF). Para Längle (2015) a la base de los consumos problemáticos habría una policausalidad: una interacción entre individuo, sociedad y sustancia. El germen del consumo problemático sería el sentimiento de vivir muy poco la vida, estar muy poco en relación con la vida (2°MF), lo que lleva a la avidez en el consumo. En la medida en que otras MF entran en juego de manera causal, llevan a un sentimiento de ser removido de la vida por: angustia (1°MF), depresión (2° MF), falta de autoestima (3° MF), carencia de sentido vital, frustración y desesperanza (4° MF), así se afirma el consumo problemático como un reemplazo de una vida plena (Längle, 2015).

Históricamente Von Gebsattel (1954) y Frankl (1986), citados en Längle (2015) coinciden en que en el centro de la adicción hay un vacío insoportable, una carencia de elementos vitales. Von Gebsattel ha pensado que este vacío conduce a un impulso de autodestrucción. Para Frankl el vacío consiste en la carencia de un verdadero sentido de la vida. Para el Análisis Existencial de Längle (2015) es la no veracidad y la inautenticidad la que se siente como vacío. La carencia puede ser en todo aquello que necesitamos para vivenciar una buena vida (carencias en una o más de las motivaciones fundamentales).

Sareen Hagopian (2017) en su tesis doctoral intentó comprender los consumos problemáticos desde una perspectiva analítico existencial. Investigó el impacto de incorporar un componente existencial en el programa de tratamiento en un centro de rehabilitación para pacientes con consumos problemáticos hospitalizados a corto plazo, en el Líbano. La muestra incluyó 48 participantes en total. Doce pacientes fueron entrevistados en profundidad con un cuestionario semiestructurado sobre las cuatro Motivaciones Fundamentales Existenciales. La parte cuantitativa de este estudio fue un experimento con dos grupos, un grupo experimental que recibió el componente existencial y un grupo de control. Ambos grupos, al comienzo del programa, fueron evaluados con el Inventario de gravedad de la adicción (ASI-V) y el Inventario de reactividad interpersonal. Después, se administró la Escala Existencial (Längle et al., 2000) y el Test de las Motivaciones Existenciales (Längle y Eckhardt, 2000), al comienzo y al final del programa de rehabilitación para medir el cambio en el rendimiento y las motivaciones existenciales.

Se observaron siete temas principales: falta de apoyo personal, necesidad de protección, dificultad en la aceptación de sí mismo, falta de autenticidad, bajo autovalor, dificultad en el conocimiento de sí mismo, y ninguna idea del propósito o significado de la vida personal. Los temas revelados incluyen las necesidades, carencias, sufrimiento y preocupaciones de los participantes. Además, se observó que las carencias en la primera motivación existencial fundamental de la teoría del Análisis Existencial constituyen un factor importante en los consumos problemáticos. Se registró un cambio estadísticamente significativo en el grupo experimental sobre el funcionamiento existencial antes y después de la rehabilitación como resultado de agregar un componente existencial al programa. Se observó que las personas con consumo problemático muestran niveles por debajo de lo esperable en rendimiento y motivaciones existenciales, y que el trabajo con ellos en reflexionar sobre su existencia, relación con el mundo, con sí mismos y con los demás, su capacidad para vivir valores y llevar una vida significativa es un componente de tratamiento que podría ayudar a reducir la tendencia al consumo problemático (Hagopian, 2017).

En una investigación realizada en Uruguay, por Ana Clara Llopart (2018) se planteó como objetivo principal describir la influencia del proyecto y el sentido de vida en relación con el fenómeno del consumo problemáti-

co de sustancias. Se profundizó en el estudio teórico del tema, para luego complementar el trabajo con un estudio de carácter exploratorio, el cual incluyó entrevistas semi-estructuradas a personas de un centro de rehabilitación de Montevideo. La muestra estuvo conformada por seis participantes, de género masculino, cuyas edades estaban comprendidas entre los 25 y los 56 años. Las entrevistas se analizaron cualitativamente utilizando el método de comparación constante, a través del cual se abstrajeron categorías. Se arribó a las siguientes conclusiones: en todos los relatos existieron indicios de una falta de sentido de vida y de un proyecto vital una vez instalada la dependencia a drogas psicoactivas. En cuanto a las etapas previas al consumo problemático, pudieron observarse indicios de una posible falta de proyecto afectivo y/o laboral en la mayoría de los entrevistados.

Metodología

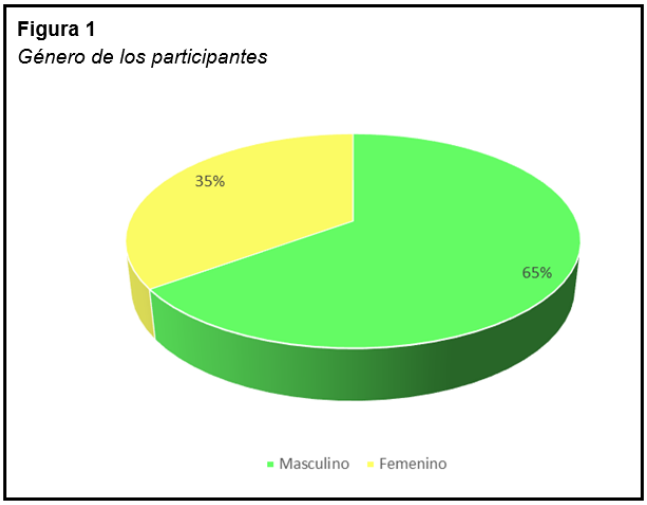
Esta investigación tiene un enfoque cuantitativo, ya que se basa en la recolección de datos a partir de la administración de un cuestionario, con base en el análisis estadístico, para conocer así los patrones de comportamiento de la muestra seleccionada (Hernández Sampieri et al., 2014).

El tipo de estudio es descriptivo, ya que busca especificar propiedades y características importantes del fenómeno analizado. Se plantea como objetivo medir información sobre las dimensiones: Confianza Fundamental, Valor Fundamental, Autoestima y Sentido de Vida, en una muestra determinada (Hernández Sampieri et al., 2014).

En cuanto a la unidad de análisis, la muestra intencional estuvo conformada por 98 personas, mayores de 18 años, que reciben atención primaria por consumo problemático de sustancias psicoactivas en efectores de salud públicos y privados de la Provincia de Mendoza. Del total de participantes, 64 se identificaron con el género masculino (65%), mientras que 34 lo hicieron con el género femenino (35%). La media de edad de los participantes fue de 31, con un mínimo de 21 y un máximo de 50.

Figura 1

Género de los participantes



Se administró el Test de las Motivaciones Existenciales (TME), construido en Austria, por Alfried Längle y Petra Eckhardt, la versión final fue elaborada en el año 2000. En la base del test se encuentra la Teoría de las Motivaciones Fundamentales de la Existencia de Längle. El TME se estandarizó en Viena con una muestra al azar de 1.028 participantes de 18 a 69 años. En su versión original el TME consta de un total de 56 reactivos, con seis opciones de respuesta en una escala Likert, que van desde “de acuerdo” (equivalente a 6 puntos) hasta “en desacuerdo” (equivalente a 1 punto). El test está compuesto por cuatro escalas que representan a las cuatro Motivaciones Fundamentales. A su vez, cada escala consta de 14 reactivos. Los puntajes para cada escala van de 14 (puntaje mínimo) a 84 (puntaje máximo). El tiempo estimado de respuesta es de 30 minutos aproximadamente. Lo que se indaga a través del test se refiere a las Motivaciones Fundamentales de la Existencia en el devenir de las situaciones cotidianas, evalúa situaciones de riesgo presentes o futuras. Se analizan las siguientes dimensiones:

Confianza Fundamental, vinculada con vivencias de protección, espacio y sostén que permiten a la persona poder ser-en-el-mundo y enfrentar las condiciones impuestas por la vida (Primera MF);

Valor Fundamental, ligada a la capacidad de percibir emocionalmente valores en las situaciones concretas de vida y poder establecer por medio del tiempo y la cercanía relaciones vinculares (Segunda MF);

Autoestima, relacionada con el poder ser auténtico, autónomo, libre para permitirse accionar en concordancia con los principios personales (Tercera MF) y

Sentido de Vida, concerniente a la capacidad para abrirse hacia el futuro y trascender a través de la realización de una tarea específica que conlleve el cumplimiento de un valor personal que otorgue sentido y orientación a la vida (Cuarta MF).

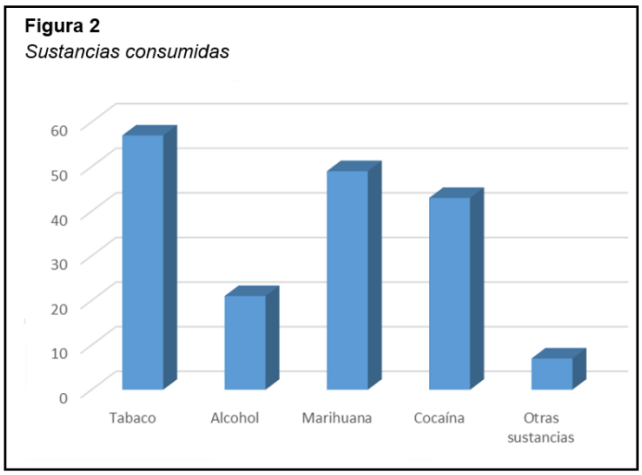
El Test fue adaptado y validado para población argentina por Gottfried et al. (2014), bajo supervisión de Längle. Se calculó el coeficiente alfa de Cronbach para cada uno de los factores, obteniendo índices de fiabilidad de .83 en Confianza, .98 en Valor, .76 en Autoestima y .86 en Sentido. El análisis factorial mostró la existencia de cuatro factores y una estructura interna muy similar a la obtenida en Austria por Längle y Eckhardt (2000, en Gottfried et al., 2014), por ello cada factor fue llamado con los mismos nombres que le asignaron sus creadores. Con respecto a la confiabilidad del TME puede afirmarse que los coeficientes de alfa de Cronbach obtuvieron valores aceptables, tanto para la prueba en su conjunto como para cada escala y sus correspondientes subescalas (Gottfried, 2014).

En relación al procedimiento, se solicitó autorización para acceder a posibles participantes, a las autoridades de efectores de salud públicos y privados. Una vez concedida la autorización se procedió a contactar con los participantes, se solicitó su consentimiento informado, una vez otorgado el mismo se comenzó con administración de la versión adaptada y validada del Test de Motivaciones Existenciales (Gottfried et al., 2014). Se analizaron los datos obtenidos a través de estadísticos descriptivos. Se elaboraron los informes correspondientes.

Análisis y discusión de resultados

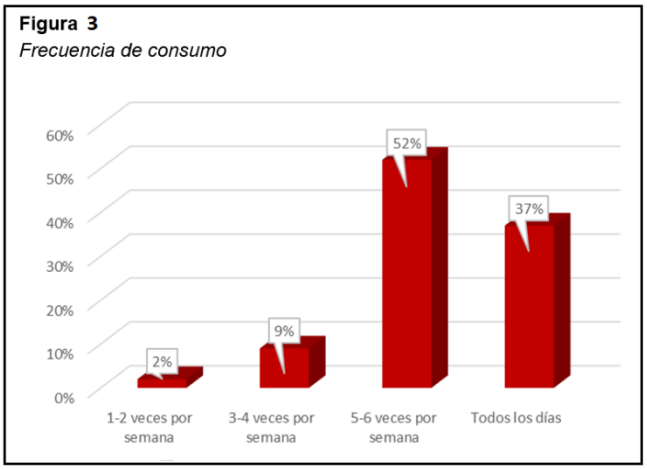
Las principales sustancias consumidas por los participantes son: tabaco (58 %), alcohol (22%), marihuana (50%), cocaína (44 %) y otras sustancias (7%). Hallazgos que coinciden parcialmente con lo informado por Gersberg (2018) y el Observatorio Argentino de Drogas (SEDRONAR, 2017), donde se plantea que a nivel país, en la población de 12 a 65 años, las sustancias que representan la mayor prevalencia de vida son las de uso legal (alcohol 70% y tabaco 47,3%), le siguen la marihuana (8,1%), los tranquilizantes usados sin prescripción médica (3,1%) y la cocaína (2,6%).

Figura 2
Sustancias consumidas



El 52 % de los participantes reportó una frecuencia de consumo de sustancias de 5 a 6 veces por semana y el 37% reportó como frecuencia de consumo todos los días de la semana.

Figura 3
Frecuencia de consumo



Respondiendo a los objetivos planteados, se encontró que un alto porcentaje de participantes presenta afectadas las cuatro motivaciones fundamentales.

Tabla 1
Frecuencias Motivaciones Fundamentales de la Existencia.

	CF	VF	A	SV
Muy bajo	4	12	10	15
Bajo	7	5	2	10
Promedio bajo	34	26	14	28
Promedio	20	16	31	15
Promedio alto	11	8	4	7
Alto	20	27	22	16
Muy alto	2	4	15	7

Con respecto al primer objetivo específico: Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Confianza Fundamental, de la Primera Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.

El 4% de los participantes obtuvo puntajes muy bajos correspondientes a la zona de bloqueos, es posible que vivencien angustia fundamental. El 7 % se ubicó en los puntajes bajos correspondientes a la zona de reacciones psicodinámicas. Estos puntajes podrían implicar un déficit en las vivencias de protección, espacio y sostén; podrían experimentar dificultades para enfrentar las condiciones de vida, pudiendo sentir que no contarían ni con recursos personales ni con una estructura externa en la cual confiar.

El 35% y el 21% se ubicó en los puntajes promedios bajos y promedios, correspondientes a la zona de actividad existencial intermedia, podrían experimentar sentimientos de inseguridad e intranquilidad. El 11% obtuvo puntajes promedios altos, correspondientes a la zona de orientación al logro, lo cual implicaría que se encuentran desarrollando la primera motivación fundamental. El 20% se encuentra en los puntajes altos, pertenecientes a la zona de logro, podrían aceptar la realidad a pesar de las dificultades existentes, tendrían la vivencia de contar con sostén personal y sostén externo, espacio para ser en la vida y protección para la superación de problemas.

Finalmente, el 2% se ubicó en los puntajes muy altos, los cuales pertenecen a la zona de sospecha, podría tratarse de personas que presentan una confianza ciega, sin haber tomado posición frente a las condiciones existenciales de la Primera Motivación Fundamental (Gottfried et al., 2014).

Tabla 2
Confianza Fundamental -Primera Motivación Fundamental

C.F.	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	4	4 %
Bajo	7	7%
Promedio bajo	34	35%
Promedio	20	21%
Promedio alto	11	11%
Alto	20	20%
Muy alto	2	2%
Total	98	100%

Con respecto al segundo objetivo específico: Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Valor Fundamental, de la Segunda Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.

El 12 % obtuvo puntajes muy bajos correspondientes a la zona de bloqueo, podrían implicar la presencia de

cuadros depresivos, los cuales se definen desde el Análisis Existencial Contemporáneo como un déficit en la relación con la vida y con los valores. El 5% obtuvo puntajes bajos pertenecientes a la zona de reacciones psicodinámicas, estos puntajes podrían implicar una marcada dificultad para contactarse con lo valioso, así como para sentir que la propia vida es valiosa.

El 27% y el 16% obtuvieron puntajes promedios bajos y promedios, correspondientes a la zona de actividad existencial intermedia, las personas podrían vivenciar sentimientos de pesadumbre, opresión y estancamiento. El 8 % obtuvo puntajes promedios altos relativos a la zona de orientación al logro, habría una conexión con los valores, pero aún faltaría la consolidación de la realización de los mismos. El 28% obtuvo puntajes altos, correspondientes a la zona de logro, estos puntajes reflejarían sentir gusto por la vida, conexión emocional con los valores y realización de los mismos, satisfacción por la vida. Finalmente, el 4 % obtuvo puntajes muy altos, relativos a la zona de sospecha, podrían denotar cierta rigidez para realizar valores que no son del todo propios. A este tipo de valores Furnica (1999, en Gottried et al., 2014) los denomina valores atribuidos, se contraponen a los valores personales, pero las personas no los experimentan como ajenos o impuestos.

Tabla 3

Valor Fundamental -Segunda Motivación Fundamental

V.F.	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	12	12%
Bajo	5	5%
Promedio bajo	26	27%
Promedio	16	16%
Promedio alto	8	8%
Alto	27	28%
Muy alto	4	4%
Total	98	100%

Con respecto al tercer objetivo específico: Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Autoestima, de la Tercera Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.

El 10 % obtuvo puntajes muy bajos correspondientes a la zona de bloqueo, podrían indicar muy baja autoestima. El 2% obtuvo puntajes bajos pertenecientes a la zona de reacciones psicodinámicas, implicarían dificultades para conectarse con sí mismos. El 14% y el 32% obtuvieron puntajes promedios bajos y promedios, correspondientes a la zona de actividad existencial intermedia, podrían experimentar dificultades en la autonomía, así como en la delimitación personal, podría darse cierto nivel de confusión entre el yo y el otro. Se trataría de personas con dificultades para ser asertivas, les costaría expresar lo que sienten y piensan.

El 4 % obtuvo puntajes promedios altos relativos a la zona de orientación al logro, podrían vivenciar conexión consigo mismos, comenzarían a delimitarse y autoperfilarse hacia su mismidad. El 23% obtuvo puntajes altos, correspondientes a la zona de logro, vivenciarían una sólida autoestima, podrían delimitarse adecuadamente de los demás y tomar posiciones personales auténticas, experimentarían un intercambio dialógico con sí mismos y con el entorno. Finalmente, el 15 % obtuvo puntajes muy altos, relativos a la zona de sospecha, podría tratarse de personas con gran auto-exigencia y rigidez que afectaría el ejercicio de su libertad (Gottfried et al., 2014).

Tabla 4

Autoestima-Tercera Motivación Fundamental

A	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	10	10%
Bajo	2	2%
Promedio bajo	14	14%
Promedio	31	32%
Promedio alto	4	4%
Alto	22	23%
Muy alto	15	15%
Total	98	100%

Con respecto al cuarto objetivo específico: Describir si existen zonas de bloqueo, reacciones automáticas, orientación hacia el logro en la dimensión: Sentido de Vida, de la Cuarta Motivación Fundamental, en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.

El 15 % obtuvo puntajes muy bajos correspondientes a la zona de bloqueo, podrían indicar vacío existencial, acompañado de sentimientos de aburrimiento (falta de interés por el mundo) e indiferencia o apatía (falta de iniciativa para cambiar algo en el mundo) hasta desesperación. El 10% obtuvo puntajes bajos pertenecientes a la zona de reacciones psicodinámicas, podría indicar la vivencia de frustración existencial, pudiendo llegar al conformismo y falta de iniciativa personal.

El 29% y el 15% obtuvieron puntajes promedios bajos y promedios, correspondientes a la zona de actividad existencial intermedia, podrían vivenciar dificultades para encontrar sentido a sus vidas, no experimentarían desesperación, pero se les dificultaría la realización de sí mismos, se limitarían a cumplir con sus tareas, pero no sentirían satisfacción personal al realizarlas. El 7 % obtuvo puntajes promedios altos relativos a la zona de orientación al logro, están encaminados hacia el logro existencial de las motivaciones existenciales, vivenciarían motivación para la realización de sus actividades cotidianas y se inclinarían a desarrollar metas en sus vidas.

El 17% obtuvo puntajes altos, correspondientes a la zona de logro, podrían tomar decisiones personales auténticas, hallarían sentido a sus vidas, sentirían que tiene una misión que realizar, tienden a ser responsables de sí mismos y de su entorno, vivenciarían satisfacción con el desarrollo de sus vidas. Finalmente, el 7 % obtuvo puntajes muy altos, relativos a la zona de sospecha, podrían vivenciar un alto grado de fanatis-

mo, parecen tener metas y propósitos que aparentan ser acciones con sentido, pero en el fondo no llenarían la existencia, generando una fuerza centrípeta hacia la angustia y vacío existencial; también podría tratarse de personas fundamentalistas, adhiriendo a una determinada doctrina de manera intransigente (Gottfried et al., 2014).

Tabla 5

Sentido de Vida -Cuarta Motivación Fundamental

S.V.	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	15	15%
Bajo	10	10%
Promedio bajo	28	29%
Promedio	15	15%
Promedio alto	7	7%
Alto	16	17%
Muy alto	7	7%
Total	98	100%

Con respecto al Objetivo General: describir y analizar el estado de las motivaciones fundamentales de la existencia en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza.

Para poder conocer las dificultades y logros de cada motivación, se realizaron los siguientes cálculos: se sumaron los porcentajes muy bajos, bajos, promedios bajos, promedios y muy altos (correspondientes a las zonas de: bloqueo, reacciones psicodinámicas, actividad intermedia y sospecha) para obtener el porcentaje de dificultades en el logro de las motivaciones fundamentales y luego se sumaron los puntajes promedios altos y altos (correspondientes a las zonas de orientación al logro y logro) para obtener el porcentaje de logro de las motivaciones. A partir de los resultados obtenidos pueden apreciarse que es mayor el porcentaje de dificultades en el logro de las motivaciones que el porcentaje de logro.

Tabla 6

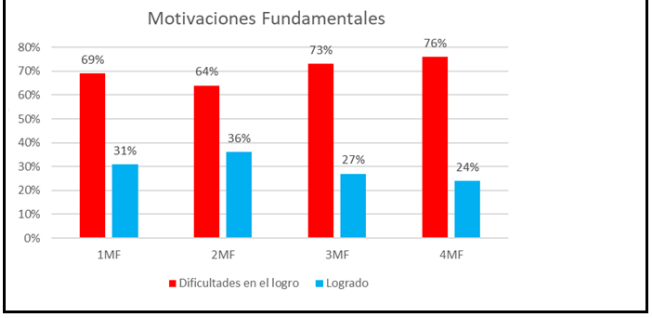
Dificultades y logros en el desarrollo de las Motivaciones Fundamentales de la Existencia

	1MF	2MF	3MF	4MF
Dificultades en el logro	69%	64%	73%	76%
Logrado	31%	36%	27%	24%
Total	100%	100%	100%	100%

Considerando en conjunto los puntajes relacionados con dificultades en el logro de cada motivación (zonas de bloqueo, de reacciones psicodinámicas, actividad existencial intermedia y zona de sospecha), la distribución fue la siguiente: 76% Cuarta MF, 73% Tercera MF, 69% Primera MF y 64% Segunda MF. Mientras que los puntajes correspondientes a las zonas de orientación al logro y logro de la cada motivación se repartieron en: 36 % Segunda MF, 31 % Primera MF, 27% Tercera MF y 24% Cuarta MF. Es decir que, si bien se encontraron dificultades en el logro de las cuatro motivaciones fundamentales, el orden de afección implicaría que la más afectada resulta ser la Cuarta MF, luego la Tercera MF, la Primera MF y por último la Segunda MF.

Figura 4

Dificultades y logros en el desarrollo de las Motivaciones Fundamentales de la Existencia



Los resultados coinciden con el planteo teórico de Längle (2015) quien postula que, a la base de los consumos problemáticos y las adicciones, se encuentran carencias en todo aquello que necesitamos para el desarrollo de una buena vida. Para los participantes de esta investigación las principales dificultades se encontrarían: en hallar sentido a sus vidas (idea del propósito o significado de la vida personal, Cuarta Motivación Fundamental), en lograr toma de posiciones personales auténticas (dificultad en la aceptación de sí mismos, falta de autenticidad, bajo autovalor, dificultad en el conocimiento de sí mismos, Tercera Motivación Fundamental), en la necesidad de protección, en la dificultad para confiar en el mundo y en sí mismos (Primera Motivación Fundamental), y en la relación con sus propias vidas (Segunda Motivación Fundamental).

A su vez los hallazgos concuerdan con la reportado por Hagopian (2017) quien halló en los participantes de su investigación siete temas principales: falta de apoyo personal y necesidad de protección (Primera Motivación Fundamental), dificultad en la aceptación de sí mismo, falta de autenticidad, bajo autovalor y dificultad en el conocimiento de sí mismo (Tercera Motivación Fundamental), y ninguna idea del propósito o significado de la vida personal (Cuarta Motivación Fundamental). Los temas revelados incluyen las necesidades, carencias, sufrimiento y preocupaciones de los participantes.

Asimismo, en los resultados de la presente investigación se encuentran reflejados los postulados de Gersberg (2018), Caña Fernández (2013), Pombo Márquez (2012), Frankl (2004) y Längle (2015) quienes sostienen que a la base de los consumos problemáticos se encuentra una vivencia de carencia de sentido en la relación de la persona con sí misma y con el mundo. También se halla concordancia con los resultados de Llopart (2018), quien encontró en todos los relatos de los participantes indicios de una falta de sentido de vida y de un proyecto vital una vez instalada la dependencia a drogas psicoactivas, mientras que, en cuanto a las etapas previas al consumo problemático, pudie-

ron observarse indicios de una posible falta de proyecto afectivo y/o laboral en la mayoría de los entrevistados.

Conclusiones

Se le administró a una muestra intencional de 98 personas mayores de 18 años con consumo problemático de sustancias, el Test de las Motivaciones Existenciales (Längle & Eckhardt, 2000, adaptación y validación para población argentina de Gottfried et al., 2014). Los resultados obtenidos, coinciden con lo postulado en el informe del Observatorio Argentino de Drogas, SEDRONAR (2017) y Gersberg (2018), las sustancias que representan la mayor prevalencia son las de uso legal (tabaco, 58% y alcohol, 22%), seguidas por marihuana (50%) y cocaína (44%).

Un hallazgo fue que se encontró un alto porcentaje de participantes que presentan afectadas las cuatro motivaciones fundamentales. Los resultados coinciden con lo postulado por Längle (2015) quien sostiene que a la base de los consumos problemáticos pueden encontrarse carencias en todo aquello que se necesita para una buena vida. En los participantes las principales afecciones se dieron: en el ámbito del sentido de la vida (Cuarta Motivación Fundamental), en la autenticidad (Tercera Motivación Fundamental), en la confianza en sí mismos y en el mundo (Primera Motivación Fundamental); y en la calidad de vida (Segunda Motivación Fundamental). Otros resultados similares son los postulados de Gersberg (2018), Caña Fernández (2013), Pombo Márquez (2012), Frankl (2004) y Längle (2015) quienes sostienen que a la base de los consumos problemáticos se encuentra una vivencia de carencia de sentido en la relación de la persona con sí misma y con el mundo. Los distintos tipos de adicciones presentan un denominador común: provocar en la persona una existencia esclava y vacía de sentido, un vivir alienado. La dependencia es una soledad en la cual la persona esclava de sí misma se encuentra en una lucha por conseguir una felicidad efímera, una especie de nada que culminará antes o después en angustia existencial. Y creyendo vivir en libertad, se vuelve en cambio ocasión de un vivir alienado (Cañas Fernández, 2013).

Se destaca la importancia, en el abordaje de los consumos problemáticos, del enfoque existencial que concibe al ser humano como un ser-en-el-mundo, para un abordaje integral de los consumos; prestando especial atención a las situaciones y concepciones contextuales (en las que cada persona se desarrolla y se vincula con sí misma, con los demás y con los objetos), así como a la manera de tomar posición frente al mundo y la configuración de su existencia personal.

Identificar las posibles carencias en el desarrollo de las Motivaciones Fundamentales constituye un aporte para el enfoque preventivo, así como para el abordaje psicoterapéutico de los consumos problemáticos; haciendo foco en la posibilidad de entablar relaciones saludables con los objetos de consumo que posibiliten un deleite y mejoramiento de la calidad de vida sin llegar a un estado de dependencia, de sometimiento y/o de riesgo. Es fundamental en cada persona con consumo problemático identificar las carencias en el desarrollo de las motivaciones fundamentales para delinear el trabajo psicoterapéutico, apuntando a la elaboración de las mismas a través de la toma de posición personal.

Para futuras investigaciones se plantea la posibilidad de profundizar en las vivencias de personas con consumo problemático de sustancias, a través de un abordaje cualitativo de diseño fenomenológico que posibilite captar lo singular de cada participante. A su vez se considera relevante profundizar en la comprensión de la temática desde una perspectiva de género.

Asimismo, se vislumbra la importancia de ampliar la investigación a los consumos problemáticos no relacionados con sustancias.

Referencias bibliográficas

Bugge, M.; Fontana, F. y Ortiz de Latierro S. (2017). Prevalencia del uso de sustancias específicas potencialmente nocivas en adultos de 18 a 60 años. *Revista Argentina de Medicina, 5* (3), 159-167. http://www.revistasam.com.ar/index.php/RAM/article/view/145

Cañas, J.L. (2004). *Antropología de las adicciones. Psicoterapia y rehumanización.* Dykinson.

Cañas Fernández, J. L. (2013). Psicoterapia y rehumanización de las adicciones. Un modelo para la bioética personalista. *Cuadernos de Bioética, 24*(1), 101-112. http://www.redalyc.org/articulo.oa? id=87527461011

Casari, L., Albanesi, S., Maristany, M., e Ison, M. (2016). Estilo personal del terapeuta en psicoterapeutas de adicciones. *Revista Argentina de Clínica Psicológica, 25* (1), 17-26. https://psycnet.apa.org/record/2016-35893-009

Duffy, D. (2015). Consumo de alcohol: principal problemática de salud pública de las Américas. *Psiencia Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica, 7*(2), 371-382. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333141094004

Frankl, V. E. (1977/2001). *Ante el Vacío Existencial* (Octava edición). Herder.

Frankl, V. E. (2004). *Psicoanálisis y Existencialismo* (Séptima edición). Fondo de Cultura Económica.

Frankl, V. E. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Herder.

Gersberg, L. (2018). La construcción del adicto y el fracaso de los tratamientos tradicionales. En L. Gersberg (Ed*), Clínica de las adicciones. Mitos y prejuicios acerca del consumo de sustancias* (pp.25-44). Noveduc.

Gottfried, A. (2014). *Manual del Test de las Motivaciones Existenciales. Evaluación cuantitativa e interpretación cualitativa del Test de las Motivaciones Existenciales de Alfried Längle y Petra Eckhardt.* Andrés Enzo Gottfried.

Hagopian, S. (2017). *Addiction and existential analysis: Understanding addiction and the significance of existential analysis to addiction rehabilitation of adults in an inpatient short-term program in Lebanon.* [Tesis doctoral, Universidad Sigmund Freud]. Viena, Austria.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista, L. (2014). *Metodología de la investigación.* Mc Graw Hill Education.

Längle, A., & Eckhardt, P. (2000). *Test zur Existentiellen Motivation* (TEM). Wien: GLE – Verlag.

Längle, A. (2003). El arte de involucrar a la Persona. Las Motivaciones Fundamentales de la Existencia como estructura en el Proceso Motivacional. *European Psycotherapy, 1* (4), 47-58. https://www.icae.cl/wp-content/uploads/2013/06/El-arte-de-involucrar-la-Persona.pdf

Längle, A. (2009). Las motivaciones personales fundamentales. Piedras angulares de la existencia. *Revista de Psicología, 5* (10), 7-24. http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/motivaciones-personales-fundamentales.pdf

Längle, A. (2015). *Seminario Adicciones y existencia: Comprensión fenomenológica y tratamiento analítico existencial.* Facultad de Psicología. Universidad del Aconcagua. Mendoza, Argentina.
Lauriti, S., y Villamayor, C. (2018). De las adicciones a los consumos problemáticos. En L. Gersberg (Ed), *Clínica de las adicciones. Mitos y prejuicios acerca del consumo de sustancias* (pp.87-96). Noveduc.
Ley Nacional N ° 26.657. (2013). Ley Nacional de Salud Mental.
http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/175000-179999/175977/norma.htm
Ley Nacional N ° 26.934. (2014). Plan Integral para el abordaje de los Consumos Problemáticos.
http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/230000-234999/230505/norma.htm
Llopart, A. C. (2018). La influencia de la falta de proyecto vital en las drogodependencias: una perspectiva desde el Análisis Existencial. *Contextos Psi, 2,* pp. 28-35.
https://www.psicologos.org.uy/revistas/contextos-002-agosto18.pdf
Observatorio Argentino de Drogas. (2009). *Censo Nacional de Centros de Tratamiento en Argentina, 2008.* Buenos Aires: Secretaría de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico.
Observatorio Argentino de Drogas. (2016). *Provincia de Mendoza. Informe estadístico y geográfico sobre los dispositivos de prevención y asistencia de la SEDRONAR y otros organismos públicos y privados.* Buenos Aires: Secretaría de Programación para la Prevención y la Lucha contra el Narcotráfico.
https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/29_mendoza.pdf
Observatorio Argentino de Drogas. (2017). *Consumo de psicofármacos en usuarios de la Sedronar en el período 2015-2017.* Buenos Aires: Secretaría de Programación para la Prevención y la Lucha contra el Narcotráfico.
Observatorio Argentino de Drogas. (2018). *Mapeo de las principales prevalencias de sustancias psicoactivas en la provincia de Mendoza a partir de los datos provenientes del sexto estudio nacional en población de 12 a 65 años, sobre consumo de sustancias psicoactivas.* Buenos Aires: Secretaría de Programación para la Prevención y la Lucha contra el Narcotráfico.
https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/informezgneroszhogareszwebz.pdf
Organización Mundial de la Salud. (2014). *Informe Mundial de Situación sobre Alcohol y Salud 2014.*
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112736/1/9789240692763_ eng.pdf
Pombo Marques, P. (2012). Los senderos de la adicción: una mirada al discurso hegemónico. *Arquetipos, 29,* pp. 21-25.
https://repositorio.cetys.mx/bitstream/60000/216/1/Arquetipos-29.pdf
Romaní, O. (2004) ¿Cómo se ha informado de las drogas en la sociedad española? Intervención social, percepciones y valores. En Pantoja, L. y Abeijón, J.A. (Eds.) *Los medios de comunicación y el consumo de drogas* (pp.39-65). Universidad de Deusto.
SEDRONAR (2016). *Plan Nacional de Reducción de la Demanda de Drogas 2016-2020*. Buenos Aires: Secretaria de Políticas Integrales sobre Drogas de la Nación Argentina.
https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/plan_nacional-reduccion-demanda-drogas.pdf
SEDRONAR (2017). *Estado autopercibido de salud en población usuaria de tabaco, alcohol, marihuana, cocaína y sustancias inyectables. Estudio nacional en población general de 12 a 65 años sobre consumo de sustancias psicoactivas.* Buenos Aires: Secretaria de Políticas Integrales sobre Drogas de la Nación Argentina.https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2020/10/oad_2017._estado_autopercibido_de_salud_en_poblacion_usuaria_de_tabaco_alcohol_marihuana_cocaina_y_sustancias_inyectables.pdf
SEDRONAR/Observatorio Argentino de Drogas. (2021). Mortalidad relacionada al consumo de sustancias psicoactivas, 2019.
https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2020/11/informeoad2019final_1.pdf
Stolkiner, A., Vásquez, A., y Quercetti, F. (2016). *Medicalización y consumos ¿problemáticos?* VIII Congreso Internacional de Investigación y Prácticas Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología-Universidad Nacional de Buenos Aires, Buenos Aires.
https://www.aacademica.org/000-044/284.pdf
United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). (2015). *World Drug Report 2015.*
http://www.unodc.org/documents/wdr2015/World_Drug_Report_2015.pdf
Vásquez, A. (2016). Acerca de las nominaciones del consumo de drogas en tiempos de medicalización. *Anuario de investigaciones, XXIII,* 197-204.
https://www.redalyc.org/pdf/3691/369152696020.pdf

Currículum

María Laura Asid
Master of Science, Shlosshofen, Lochau (Centro de Ciencias y Posgrados). Licenciada y Profesora en Psicología, Universidad del Aconcagua.
Miembro del Comité Académico de la Especialización en Psicoterapia Existencial, Universidad del Aconcagua. Docente de grado y posgrado de la Universidad del Aconcagua. Psicología Clínica en consultorio privado.

Julia Elena Casanova
Master of Science, Shlosshofen, Lochau (Centro de Ciencias y Posgrados). Licenciada en Psicología, Universidad del Aconcagua. Directora de la Especialización en Psicoterapia Existencial, Universidad del Aconcagua. Docente de grado y posgrado de la Universidad del Aconcagua. Psicología Clínica en consultorio privado.

María del Carmen Cardigni
Master of Science, Shlosshofen, Lochau (Centro de Ciencias y Posgrados). Licenciada en Psicología, Facultad de Antropología Escolar. Miembro del Comité Académico de la Especialización en Psicoterapia Existencial, Universidad del Aconcagua. Docente de grado y posgrado de la Universidad del Aconcagua. Psicología Clínica en consultorio privado.

María Victoria Marcon Llalen
Licenciada en psicología, Universidad del Aconcagua. Docente de grado Universidad Católica Argentina, Universidad del Aconcagua y Universidad de Congreso. Coordinadora Pedagógica en la Dirección General de Escuelas. Psicología Clínica en consultorio privado.

Martín Gustavo Zibelman

Licenciado en psicología, Universidad del Aconcagua. Psicólogo en Centro regional de salud mental familiar y comunitario N ° 1, dedicado a la
atención de consumos problemáticos. Docente de grado, Universidad del Aconcagua. Psicología Clínica en consultorio privado.

Correos de contacto:
María Laura Asid:
lauriasid@uda.edu.ar

Julia Elena Casanova:
juliaecasanova@uda.edu.ar

María del Carmen Cardigni:
dcardigni@uda.edu.ar

María Victoria Marcon Llalen:
mariavictoriamarcon@hotmail.com

Martín Gustavo Zibelman:
martinzibelman@uda.edu.ar

Fecha de entrega: 28/07/2023

Fecha de aceptación: 12/08/2023

Sección Caso Clínico

No inverno também há flores e erotismo

I don't winter, there are also flowers and eroticism

Telma Regina Lago Costa
Brasilia - Brasil

Resumo
Na psicologia fenomenológica-existencial é possível dialogar com a arte para refletir sobre encontros clínicos. A proposta desse artigo é trazer reflexões sobre a angústia do envelhecer, esta chegada do inverno da existência, principalmente em mulheres acima de 60 anos. Na contemporaneidade, apesar de um desejo pela longevidade humana, existe um discurso predominante e homogêneo, sobre a velhice, que a associa apenas a declínio. Esse artigo partiu de inquietações geradas em uma paciente após ter visto uma película no cinema, de encontros clínicos desvelados no processo e os saltos possíveis, citados por Kierkegaard, do florescer citado por Rubem Alves, da percepção que erótica é a alma citada por Adélia Prado, à liberdade de escolha do caminho, visto por Sartre. Pretende-se pensar a existência humana com a presença do erotismo mesmo no ocaso da vida partindo dessas inquietações geradas e transpiradas em encontros clínicos

Palabras chave
Encontros, erotismo, velhice, cinema e filosofia.

Resumen
En la psicología existencial-fenomenológica es posible dialogar con el arte para reflexionar sobre los encuentros clínicos. El propósito de este artículo es traer reflexiones sobre la angustia del envejecimiento, esta llegada del invierno de la existencia, especialmente en mujeres mayores de 60 años. En la contemporaneidad, a pesar del anhelo de longevidad humana, existe un discurso predominante y homogéneo sobre la vejez, que la asocia únicamente a la decadencia. Este artículo parte de las inquietudes generadas en una paciente después de ver una película en el cine, de los encuentros clínicos develados en el proceso y los posibles saltos, mencionados por Kierkegaard, del florecimiento mencionado por Rubem Alves, de la percepción de que lo erótico es el alma, citada de Adélia Prado, la libertad de elección del camino, visto por Sartre. Se pretende pensar la existencia humana con presencia del erotismo incluso al final de la vida, a partir de estas inquietudes generadas en los encuentros clínicos.

Palabras clave:
Encuentros, erotismo, vejez, cine y filosofía.

Abstract
In existential-phenomenological psychology, it is possible to dialogue with art to reflect on clinical encounters. The purpose of this article is to bring reflections on the anguish of aging, this arrival of the winter of existence, especially in women over 60 years old. In contemporary times, despite a desire for human longevity, there is a predominant and homogeneous discourse about old age, which associates it only with decline. This article started from concerns generated in a patient after seeing a film in the cinema, from clinical encounters unveiled in the process and the possible leaps, cited by Kierkegaard, from the flourishing cited by Rubem Alves, from the perception that erotic is the soul cited by Adélia Prado, freedom of choice of path, as seen by Sartre. It is intended to think about human existence with the presence of eroticism even at the end of life, starting from these concerns generated in clinical encounters.

Keywords
Encounters, eroticism, old age, cinema and philosophy.

O inverno aparece em muitos contos e poesias no sentido de apontar para a finitude de todas as coisas sem abandonar a beleza do festival de cores que nos alcançam. Tudo isso torna evidente que no inverno há cores e flores, mas nem todos têm a capacidade de enxergá-las. Rubem Alves em seu texto *A morte do Ipê* diz:

Ver é muito complicado. Isso é estranho porque os olhos, de todos os órgãos dos sentidos, são os de mais fácil compreensão científica. A sua física é idêntica à física ótica de uma máquina fotográfica: o objeto do lado de fora aparece refletido do lado de dentro. Mas existe algo na visão que não pertence à física. William Blake disse e afirmou: "A Árvore que o sábio vê não é a mesma árvore que o tolo vê". Sei isso por experiência própria. Quando vejo os ipês floridos sinto-me como Moisés diante da sarça ardente: ali está uma epifania do sagrado. Mas uma mulher que vivia perto da minha casa decretou a morte de um ipê que florescia à frente de sua casa, porque ele sujava o chão, dava muito trabalho para a sua vassoura. Seus olhos não viam a beleza. Só viam lixo (Alves, 2015, p.224).

Rubem Alves, no trecho acima, ressalta que, para apreciarmos a beleza, seja a do ipê ou qualquer outra beleza: a do passar do tempo, da finitude ou do inverno, é necessário diferenciar o que é olhar e o que é enxergar. Traçando um paralelo entre o florescer e o

colorir, que acontece na natureza, mesmo no inverno, tenho como objetivo buscar desvelar como o mesmo acontece com a existência humana. Para poder retratar o erótico da existência mesmo no ocaso da vida, principalmente, nas mulheres, trabalharei neste texto com experiências descritas pelo cinema, pela poesia, literatura, filosofia e também vividos em encontros clínicos. Tudo isso dando destaque às mulheres que já ultrapassaram seus 60 anos de vida.

Apesar de um maior desejo pela longevidade no mundo contemporâneo, observa-se que existe um discurso predominante e homogêneo, sobre a velhice, que a associa a declínio ou, ainda, que enaltece determinado tipo de envelhecimento, em que os sinais do tempo são amenizados.

Nos encontros clínicos, muitas vezes, me deparo com situações em que as mulheres que me procuram relatam uma grande inquietação frente ao avanço de seu tempo de vida. Neste texto focarei o caso de uma mulher, com 61 anos, que inicia a sua segunda fase da psicoterapia referindo-se a um filme que a impactou. Na medida em que a paciente relatava o modo como a situação a mobilizara, despertou a vontade de escrever sobre o tema.

A paciente será denominada Carmen. É uma mulher de 61 anos e o nosso primeiro encontro clínico foi enquanto ainda era minha aluna na graduação de Psicologia. Nesse período realizamos alguns encontros terapêuticos, tendo sido mantido o sigilo, por parte da paciente e obviamente por parte da terapeuta. Ela queria evitar que seus colegas dessem opiniões. Durante a pandemia, as sessões foram interrompidas, por vontade de Carmen. As sessões online não a interessavam.

No dia 11 de março de 2022, Carmen procurou novamente os encontros terapêuticos e as sessões foram retomadas. A paciente considerou que poderíamos dar continuidade aos encontros, motivada pelos muitos lutos na sua vida, principalmente, a recente perda de seu pai e o processo de exaustão em que se encontrava por ter sido sempre obediente diante das tarefas de mãe, esposa, professora, funcionária pública etc.

O seu processo terapêutico tem sido desvelado por meio de novas percepções e libertação da obediência às regras descritas por ela. Na sua 12ª sessão, desse segundo período, Carmem compareceu à terapia muito mobilizada após ter assistido a um filme – *Boa sorte Leo Grande*, sob a direção de Sophie Hyde, roteiro de Katy Brand, com um reduzido elenco de três atores: Emma Thompson (britânica de 63 anos), Daryl McCormack (irlandês de 29 anos) e Isabella Laughland (britânica de 30 anos). O cenário se restringe a um quarto de hotel, quase todo o tempo, e apenas em um breve momento mostra o café do hotel, quando aparece em uma única cena uma terceira atriz.

Para compreender melhor as conexões que pretendo fazer neste diálogo entre encontro terapêutico, cinema, literatura e erotismo, trago o resumo do filme. Nancy Stokes (Emma Thompson) é uma professora aposentada, viúva há dois anos. Apesar da protagonista ter tido uma vida satisfatória como professora, esposa e mãe, não tivera uma vida sexual prazerosa. Seu plano era poder experimentar, pelo menos uma vez, uma noite prazerosa de sexo. Ela então contrata um profissional do sexo, Leo grande (Daryl McCormack) e reserva um quarto em um hotel. Leo sabe que faz bem o seu trabalho. Eles tiveram quatro encontros, todos contratados por Nancy. A terceira atriz (Isabella Laughland) só aparece em uma cena chave da película, momento em que ocorre por parte da protagonista, uma autorização para vivenciar inteiramente a sua nova descoberta e a libertação da sua moral castradora. Nancy, ao final, despede-se de Leo com a saudação: 'Boa sorte!', após ter concluído o seu projeto de vivenciar o prazer sexual. Já sozinha no quarto, Nancy se olha no espelho e se despe, aceitando completamente a sua sensualidade, e a consciência de seu erotismo que nunca havia morrido e foi reconquistado.

Carmen, a paciente, se identificou com a protagonista do filme. Não no que se refere ao prazer no sexo, mas às listas de tarefas a cumprir, exigências de bom comportamento, idolatria aos filhos, imposição moral pressionada pelos princípios religiosos, e poucos prazeres na vida. Carmen, assim como Nancy, personagem do filme, também é aposentada e tem uma vida satisfatória, mas a paciente quer viver o luto de tantas perdas na sua vida para, finalmente, poder se libertar de cumprir com os afazeres impostos ao projeto de pessoa exemplar. O filme a lembrou de que precisa de aventuras na sua vida, sem seguir listas intermináveis de tarefas, mas, antes, quer e precisa viver os lutos com toda a intensidade para deixar surgir novamente os seus desejos abandonados no decorrer da vida. Esse abandono dos desejos, recebeu muitos elogios e foi muito valorizado por nossa sociedade contemporânea. Diz ela: "O luto do meu pai me lembrou outros tantos lutos não vividos. Agora querem também me tirar o direito de viver esses lutos! Não! "

O desejo dos que estão a sua volta é de que ela adquira novas tarefas para preencher qualquer tipo de vazio existencial, mas ela quer viver os lutos, não está se incomodando com vazios, na verdade descobriu que os estava desejando.

No cinema, a atriz Emma Thompson fez a sua primeira cena de nudez na vida artística aos 63 anos, exatamente nesse filme a que Carmen se referiu. A atriz confessou que a vida toda foi condicionada a ter vergonha e a não gostar de seu corpo. Ela aceitou se despir, naquele momento, por considerar que fazia parte do enredo e, mais ainda, por entender a importância de se expor, para uma maior aceitação do corpo, da nudez e da sensualidade, em qualquer idade. Considerou que, se expor, não serviria apenas para ela, já que sabe a importância da influência do artista na sociedade e a possibilidade de provocar uma reflexão e debate sobre caminhos tomados pela estética exigente e excludente. A atriz conclui que se sentia pronta para a nudez, naquele momento de sua existência. E Carmen, será que pode aproveitar a ousadia da artista para expandir a sua aceitação do corpo, da idade e se libertar de imposições sociais?

Considerando a corajosa nudez da Emma Thompson, no inverno de sua vida, cheia de vivacidade, podemos assistir nesta película a possibilidade do brilho de uma atriz experiente no seu inverno, ser tão ou mais intensa quanto a de uma jovem atriz. Apesar de ter sido

escrita no século XIX, a citação abaixo, sobre a atuação de uma atriz, Sören Kierkegaard, descreve em seu texto, A *crise na vida de uma atriz*, traduzido pelo Instituto de Psicologia Fenomenológica-existencial do Rio de Janeiro:

Mas agora, qual a razão dessa desumanidade que dirige tanta injustiça e até mesmo crueldade contra mulheres dedicadas ao serviço da arte? Qual a razão, exceto por aquele cultivo estético que é tão raro entre as pessoas? Aonde o feminino é considerado, a apreciação da arte para a maioria das pessoas está em suas categorias essenciais e em seu modo de pensar, como o mesmo que em cada aprendiz de açougueiro, oficial da guarda ou vendedor que fala com entusiasmo sobre uma beleza condenada ou sobre um diabo com uma bela vivacidade de dezoito anos. Esses dezoito anos, essa beleza condenável e essa vivacidade diabólica, que é a apreciação da arte – é também sua brutalidade. (Kierkegaard,1847, p.5).

Será que o trecho destacado acima estaria em jogo no motivo pelo qual Emma aceitou sua primeira nudez no filme naquele momento de sua vida? Será pelo fato de ela já ter percorrido um bom caminho para a interioridade, proporcionando uma aceitação de si mesma? Emma, assim como também Carmen, não querem mais aceitar os impedimentos impostos pelo mundo? Ambas puderam ver a possibilidade de infringir os limites impostos socialmente, exigindo uma juventude para se viver o erotismo? Emma, no cinema, consente, como artista, viver a juventude justamente no momento que está pronta para viver seu erotismo. Mas, com Carmen, o que ocorrerá?

Para se pensar em uma psicoterapia aproveitando o pensamento Kierkegaardiano, é preciso considerar que o ser humano se constitui como movimento, portanto, jamais pode ser plenamente apreendido por um sistema, muito menos negar a dialética da existência. Kierkegaard pensa em um eu que, em si próprio constitui um paradoxo. O existir humano implica na impossibilidade de apreensão, pela construção científica, do psiquismo humano. O homem pode ser pensado, jamais teorizado ou transformado em tema de uma investigação explicativa e categorial (Feijoo, Mattar, Feijoo, Lessa e Protasio, 2013, p.32).

Na película *Boa sorte, Leo Grande*, Nancy quer recuperar o que não conseguiu realizar na juventude e, respeitando a dialética do novo e velho, ainda dá tempo. Assim como Carmen ainda tem tempo de sair de sua total obediência às regras morais impostas por uma sociedade que trata a mulher madura como invisível no que se refere aos desejos. É preciso tempo para reconhecer a necessidade do silêncio para se pacientar na busca de uma interioridade, se perceber na singularidade e se apossar da alma. Essa delicadeza para olhar e enxergar, aceitando uma verdade que estará sempre no jogo dialético da vida. Provavelmente Carmen e Emma, nesse momento da vida, percorreram seus caminhos e aproveitaram o seu tempo nessa busca. Quando foi que deixamos que a pressa fosse mais importante que a posse da alma?

Ainda aproveitando o texto do filósofo, este nos convida a questionarmos a valorização da juventude e negação da maturidade como algo que possa contribuir para o encantamento com a vida em qualquer momento ou faixa etária:

No entanto, deposita-se uma carga descomunal em uma pessoa que tem que suportar a ilusão do palco e o peso dos olhos de todos. Na ausência de uma aceitação plena, mesmo o mais alto nível de habilidade profissional não consegue ocultar o peso de uma aflição; mas aonde a aceitação plena encontra-se presente, o peso da aflição é continuamente transformado em leveza (Kierkegaard, 1847, p.17).

Kierkegaard defende que a dialética aceita juventude e maturidade, luto e vida, choro e risos, demonstrando que não há motivo para só conseguirmos valorizar o belo no que é novo, jovem, liso, que lembre o frescor. "Essa é a maneira que acontece com a jovem atriz. Ela está em sua própria essência na tensão do palco, aonde justamente lá, ela se torna tão leve quanto um pássaro" (1847, p. 17). E mais à frente, no mesmo texto:

Uma mulher que possui a juventude feminina, somente no senso comum, não pode receber a metamorfose, uma vez que a juventude, neste sentido, não é dialética por si mesma. Tem apenas uma única vida, que é consumida pela entrada da dialética ao invés de ser separada ou deixada de lado. O tempo é a dialética que vem da ausência, que consome essa juventude antidialética mais cedo ou mais tarde (Kierkegaard, 1847, p.35).

Em sua filosofia é preciso esclarecer a distinção de três modos ou "esferas" básicas de existência: a estética, a ética e a religiosa. Aproveitei o que descreve dois importantes estudiosos do filósofo sobre estas esferas:

Em primeiro lugar, é indicado que o homem que vive esteticamente não está realmente no controle, seja no de si mesmo, seja no de sua situação [...] Sua vida, portanto, não tem "continuidade"; falta-lhe estabilidade ou objetivo; ele muda de rumo conforme o humor ou as circunstâncias, "como uma carta mágica, da qual se pode depreender um sentido agora e outro depois, dependendo de como se olha para ela". (p. 53). O sujeito ético é retratado como aquele que vê a si mesmo como um "objetivo", uma "missão". Ao contrário do homem estetizante, continuamente preocupado com o externo, sua atenção dirige-se a sua própria natureza, a sua realidade substancial como ser humano com tais e tais talentos, inclinações e paixões, sendo que estas permanecem sob seu controle. Acredita-se, assim, que o ético pode, cônscio e deliberadamente, assumir a responsabilidade por si mesmo (Patrick Gardiner, 200, p.58). E a terceira esfera e a mais valorizada por Kierkegaard se dá por salto do estágio ético para o religioso. O religioso, com sua fé, exprime uma relação de ninguém com ninguém, ignora o mundo: importa apenas a intimidade da relação. Por isso existe um salto entre o ético e o religioso. O religioso também respeita os preceitos morais, mas estes não representam tudo para ele (Le Blanc, p.70).

Esse salto, que Kiergaard valoriza, da etapa ética da existência para a etapa religiosa, na clínica consideramos como o salto que o paciente dá no caminho de sua interioridade em direção a singularidade. Testemunho na clínica os saltos dos pacientes. Vivem com intensidade, nos seus processos terapêuticos, as angústias de negociar com uma moral castradora que dificulta os saltos pela escolha de si mesmo. Mas, muitas vezes, testemunho, como tem sido o caso de Carmen, uma luta com intensidade pela escolha de si mesma no inverno de sua vida.

Na literatura, Adélia Prado, descreve que a alma é erótica (Arruda, 1991.p.57) e descreve o envelhecimento como algo que, se não houver a morte no caminho, virá para todos, mas "a boa notícia é que a alma pode permanecer com o humor dos dez, o viço dos vinte e o erotismo dos trinta anos". Existe um segredo para conseguir desfrutar deste inverno, com uma dedicação, não apenas à reforma externa, ou seja, estética, mas também à sua interioridade. Ao construirmos os alicerces para viver o erotismo da alma aceitando a passagem do tempo, os nossos defeitos sem culpa e o pleno reconhecimento de nossa temporalidade, ao navegar em águas profundas, o erotismo nos perpassará a vida e, se o envelhecimento é um fato, não há motivo para negar as possibilidades nele existentes. O corpo diminuiu o ritmo, e a leveza pode permanecer através do humor. Diante de um bom livro, podemos ficar em silêncio em casa, podemos desfrutar de um bom sexo sem pressa e, sem um destino exato, podemos nos conduzir cuidadosamente por tantos caminhos e projetos intensos. Por fim, podemos viver o erotismo até quando estivermos nos deliciando com bom fruto, já que erótica é a alma.

O erotismo pode ser visto a cada momento de desfrute ou excitação com a intensidade da vida, sem tratar a idade como um impedimento dessa vivência. Quando ocorrem as amarras sociais provavelmente são regidas por uma cultura que valoriza a juventude, nega a dialética da passagem do tempo e focaliza a imagem do esperado pela sociedade, onde as marcas da passagem do tempo se tornam uma ameaça. A escolha de si mesmo fica camuflada como se fosse um problema. Que pena! Já que essas marcas mapeiam os percursos realizados na vida de cada paciente que acompanhamos, de cada atriz que continua a interpretar, em cada poetisa que permanece em seu ofício trazendo encantamentos percebidos. Todas essas, por se ter aprendido a se demorar nas diversas experiências da vida.

Em outra literatura, no livro *O Muro* (1939/2015) de Jean Paul Sartre, também filósofo, há um conto – O quarto. Neste conto há dois momentos onde surgem a intensidade de prazeres eróticos, no sentido que estamos refletindo sobre a vivência da dialética novo – velho e a escolha de si mesmo. Ambas as situações nos contos podem gerar incômodos se olharmos com os julgamentos próprios das regras e não da escolha singular do erótico. A primeira é uma mulher moribunda que descreve o prazer de desfrutar de um doce oriental, na cama junto aos seus livros:

A Sra.Darbédat segurava entre os dedos um rahat-lucum (bombom oriental). Levou-o aos lábios com cuidado, prendendo a respiração, temendo que a fina poeira de açúcar que o cobria pudesse acabar voando. "É de rosas", disse a si mesma. Depois mordeu bruscamente aquela carne vítrea e um perfume infecto encheu-lhe a boca. "É curioso como a doença afina as sensações. Começou a pensar em mesquitas, em orientais obsequiosos (estivera em Argel durante sua lua de mel), e seus lábios pálidos entreabriram-se num sorriso: também o rahat-lucum era obsequioso...
(Sartre, 1939, p.28).

Esse prazer conduziu a Sra. Darbédat, mesmo estando no quarto a vivenciar o amadurecimento das suas recordações mais requintadas como um belo fruto de estufa. O corpo frágil e doente não a impossibilitou de vivenciar com intensidade o seu erotismo. E além de aproveitar os sabores de seu sofisticado doce, também pôde pensar nas frustrações vivenciadas no seu dia a dia no leito que acolhe os momentos de certeza de sua finitude. Ao pensar que o seu marido poderia em breve bater à porta e interromper sua experiência, ela se irrita.

O segundo momento, do mesmo conto, é uma filha que escolhe se entregar totalmente ao seu marido em surto, mesmo com a visita de seu pai dizendo a ela para sair daquela relação que a faz diminuir as possibilidades de sucesso na sua carreira e vida social. Ela sabe de tudo isso, mas escolhe se entregar ao mundo criado por seu marido que a suga para o quarto escuro e à observação da posição fetal do marido em seus delírios. Para o pai dessa personagem, é uma escolha impossível. Esse pai tem muitas expectativas por ter investido na filha e não admite que ela escolha se entregar ao mundo escuro do marido, mas ela não cede e, assim que o pai se retira, volta a acompanhar os delírios do marido, não com uma aceitação passiva, mas entregue, vivenciando as raivas, medos e tristezas que lhe ocorrem, sem negar o seu erotismo que já viveu com esse homem e que o sente presente, mesmo que o sexo já não seja vivenciado pelo casal.

A sensibilidade do psicoterapeuta pode não se dar também em um tempo breve. É necessário a paciência, o cultivo de silêncio em direção a uma interioridade para não ser domado pelos catálogos de doenças, deixando de ver o paciente ou esquecendo que este é um ser humano como eu e que no momento está procurando construir novos caminhos para amenizar os seus sofrimentos existenciais. Segundo Kierkegaard: "*Toda e qualquer forma de ausência de interioridade é então atividade-passividade ou passividade-atividade, e quer ela seja uma ou outra, situa-se na autorreflexão.* A própria forma percorre uma significativa sequência de nuances conforme a determinação da interioridade se torne cada vez mais concreta" (Kierkegaard, 2014, p.155). Com esta definição de interioridade do filósofo, avalio como sair deste suposto saber e me coloco neste caminho em direção a mim mesma, enxergando o outro no seu processo psicoterapêutico, valorizando a sua existência e a minha também.

Na psicologia fenomenológica-existencial, aproveitamos na clínica a contribuição da literatura, cinema, arte e filosofia. Não há motivos para a ciência deixar de fora essas contribuições para a clínica. "A proposta de uma psicologia fenomenológica-existencial pode

ser alvo de crítica, ao se ater apenas às reflexões da existência, que bem cabem à filosofia. A psicologia, quando assume a postura fenomenológica, pretende se afastar das psicologias ditas científicas sem, no entanto, perder a possibilidade de atuar como uma *práxis* " (Feijoo, 2010, p.33). Quando pensamos em não determinações na clínica, não significa que não precisamos saber construir conhecimentos científicos, precisamos nos ater àquilo que surge no momento da clínica; e claro que não é fácil desenvolver essa sensibilidade e paciência de aguardar o que surge no encontro clínico. Essa construção também se dá com o tempo, portanto na atuação com essa metodologia, ao contrário do que dizem os críticos, talvez o conhecimento deva ser maior do que outros tipos de ação clínica. A ideia é que possa ser vivido uma ação clínica sustentada por uma psicologia que dialogue com a filosofia, que haja uma valorização do singular desfrutando da sensibilidade, da serenidade e do pacientar diante do outro no seu próprio ritmo existencial.

De volta à situação de Carmen, especificamente à sua solicitação para viver os seus lutos sem ter que ouvir: "Para de chorar a morte de papai, já passaram dois anos e ele já era velho! " Ela se despe na psicoterapia, assim como Emma se despe de seus impedimentos de viver o seu nu no cinema e se mostra plena na sua dor e nas suas necessárias escolhas entre uma moral normativa e o salto pela escolha de si mesma. Carmen sente e sabe que só vivendo a intensidade do que perdeu, buscando não atender à uma ética normativa, poderá se abrir para novos projetos legítimos, onde o clamor singular seja a sua escolha. Venho testemunhando esse processo e percebendo que a culpa dessa escolha vem se esvanecendo aos poucos.

Eu, a psicóloga clínica de Carmen, também me mobilizo com a questão que a inquietou. Nos atendimentos clínicos vivenciamos com intensidade cada processo dos pacientes e este caso me levou a pensar e sentir os meus lutos, aflições e fracassos que ainda estavam sendo deixados de lado na pressa que a vida impõe com este tempo sem tempo. O encontro com Carmen me levou a decidir também sobre meus novos projetos, mesmo que ainda com muita cautela e medos de sair das expectativas do mundo. A luta entre as permissões e impedimentos vividos pelos pacientes, a cada instante nos chama para este apossar-se da alma que tanto é valorizado por Kierkegaard, Adélia Prado etc.

A maneira com que me mobilizou foi imediata e por isso no dia seguinte ao encontro clínico, vou ao cinema ver o filme que tanto a tocou. Saio do cinema angustiada, agoniada ao pensar no massacre da sexualidade de uma mulher feito pela sociedade por meio de uma educação castradora. Ao mesmo tempo, fico encantada com a nova descoberta da personagem Nancy ao recuperar do seu erotismo e com Emma que aos 63 anos tem coragem de despir o seu corpo pela primeira vez na arte que a cada momento realiza com maior maestria. Continuando as minhas reflexões: Questiono que encantamento pode acompanhar as possibilidades da existência, de novos projetos da alma erótica! Na saída agradeço em silêncio à minha paciente que me proporcionou esse momento e essa permissão.

Aproveitando a angústia de Carmen e a minha também, voltemos às ideias do mesmo filósofo que esclarece que o salto necessário se dá do modo ético para o religioso quando o existente escolhe a si mesmo:

O "possível" de Kierkegaard não remete a um juízo sobre o advir das coisas ou o sobreviver de um estado de coisas, mas caracteriza o existir do homem. A vida não é apenas bios, que tem seu movimento próprio do nascimento à morte. A vida do homem é existência, é relação com o mundo e com os outros; é preocupação com sua sobrevivência, é antecipação e projeto, desenvolvimento de um programa que está descrevendo, saída fora de si da vida, é essa continuidade contrariada por descontinuidades, as das escolhas que é preciso efetuar o tempo todo. O existir é contingência absoluta: o existir não conhece outra necessidade a não ser a das escolhas exigidas por um existir livre sem determinação (Le Blanc, 2003, p.48).

Na psicologia clínica, acompanhamos as negociações do nosso paciente com suas regras, comandos e castrações que excluíram de suas vidas o seu si mesmo. Diversos pacientes em seus processos dão um passo em direção a si e a culpa os puxa para voltar às regras. É uma agonia. Carmen denuncia a raiva que sente das filhas por tantas exigências, e a culpa vem em seguida. Na psicoterapia, a intenção não é romper com a ética e seus imperativos aprisionantes e sim abrir a possibilidade de escolher a si mesma, de se autorizar a saltos em direção a sua singularidade

Na película com a qual estamos dialogando, Nancy tenta negociar com Leo, diversas vezes, convidando-o a pensar em sua vida, para assim salvá-lo dessa profissão com que ela mesma não concorda. Diz a Leo que essa profissão não é moralmente correta. Parece que por esse caminho ela também poderia se perdoar da moral que a condena – mulher madura que contrata um profissional do sexo. Ele dá limites à relação se apresentando com um nome falso, e ela invade sua privacidade, procurando saber o nome correto, pesquisando na internet. Ele expressa raiva da invasão. Que relação quer com ele? Nancy romantiza para aceitar aquela relação e ele diz "não" e completa: "Toda relação tem limites e você não respeitou os meus! ".

O momento chave do filme se dá diante de uma terceira pessoa. Nancy está aguardando Leo para se despedir e se desculpar pela invasão que realizou ao pesquisar sobre a sua vida. Nesse encontro, ainda não havia atingido o seu projeto de prazer – a moral castradora ganhou! No mesmo momento do encontro, surge a garçonete que anuncia que foi aluna dela e revela o quanto ela era castradora e moralista. Nancy tenta interromper a denúncia da garçonete algumas vezes, e Leo testemunha toda a situação, solicitando que a garçonete continue. Até que, finalmente, Nancy dá o seu salto em direção a sua singularidade, ao seu desejo, a sua busca. Pede desculpas para sua ex-aluna, a garçonete, pelos insultos ditos como professora castradora e além de pedir perdão, anuncia que ela está lá com o profissional do sexo, que ele tem

uma língua maravilhosa, que o recomenda e que, na verdade, vão subir para o quarto e vivenciar a sexualidade. No último encontro, Nancy realiza o seu projeto e o seu salto em direção a sua escolha singular ocorre, atingindo o seu prazer desejado. Dessa vez, a moral castradora perdeu e a conquista de si mesma venceu!

Uma atriz, mesmo na situação mais favorável, terá um preço a pagar. Por mais que os espectadores vejam apenas o lado glamoroso, a cada ano de sua vida de artista paga mais caro pela admiração que o público lhe dedica, e, no tempo transcorrido as exigentes críticas desaprovadoras aumentam. Concordando com o texto de Kiekegaard, durante muitos anos o preço pago em manter a juventude ainda satisfaz a atriz, ela ainda se alimenta dessa admiração, porém, em determinado momento, deseja uma admiração genuína sem a exigente brutalidade estética. Tem sido o engano das que envelhecem, quando sentem que a interioridade está na direção de si mesmas e há mais intensidade nas suas ações, pensar que a maioria teria interesse em admirá-las; pelo contrário, a maioria perde o interesse pelo que é oferecido, apesar de agora sim poderem conhecer o seu erotismo na sua maior intensidade.

Silenciosamente, a metamorfose não é arruinada pelo questionamento nem perturbada pela incompreensão, mas é retirada dos caprichos do público (Kiekegaard, 1847). A juventude poderá estar presente de outras maneiras na atriz madura, e vemos claramente em Emma Thompson a juventude que se opõe ao tempo cronológico demonstrar a sua metamorfose na sua genialidade, na sua atuação nesta bela película e na sua coragem de mostrar o corpo com suas marcas do tempo.

Carmen ainda não havia dado o seu salto, mas hoje pude perceber que deu o salto, na sua despedida deste momento terapêutico. Realizou atendimentos na clínica psicológica, durante um ano após ter finalizado o curso de Psicologia e agora parou, pelo menos momentaneamente. Precisa estar sem tarefas, sua exaustão chegou ao limite,59 agora quer ouvir os seus desejos. Ela vivenciou a sua luta, seu desejo é estar presente em sua vida, sem listas de tarefas a cumprir, sem papéis tão severos que a coloquem apenas servindo. Ela está se escolhendo e a sua escolha convida esta psicoterapeuta que aqui escreve a se transformar também. A metamorfose não se dá de forma solitária, ela se dá no despertar de pessoas próximas que transpiram suas aflições e se abrem para a busca de novos caminhos, assim como a psicoterapia não se dá apenas para o paciente, mas também para a psicoterapeuta. Carmen já não se sente refém das filhas e nem das tarefas. Quer parar tudo a que se sente obrigada e vai viajar muito, cantar, dançar e passear. Está pesquisando os seus desejos com paciência, respeitando o seu ritmo. Finalmente está se priorizando com delicadeza, entusiasmo e vibração, e a sua autorização de ouvir os seus desejos, me incentiva a ouvir os meus e priorizá-los.

A clínica fenomenológica-existencial suspende as determinações para trabalhar com o que surge nos encontros clínicas, com o psicoterapeuta se abrindo para compreender como se dá a experiência para o paciente na maneira que se articula com o mundo. Esse respeito pode convidar cada paciente a caminhar na sua interioridade para escolha de si mesmo. Segundo Feijoo (2010), em Kierkegaard, buscou-se a possibilidade de se atuar na psicoterapia a partir da singularidade, do conhecer-se a si mesmo e do poder relacionar-se consigo mesmo pela interioridade. Essa proposta implica em buscar as possiblidades existenciais articuladas estruturalmente no ser da existência.

Com uma psicologia clínica pautada nesses princípios, a tarefa do psicoterapeuta é de levantar a atenção dos pacientes às suas expressões inautênticas e autênticas, mobilizando-os de forma a possibilitar o enxergar de suas escolhas e, ao se dar conta de que é um ser livre, se responsabilizar por essas escolhas ou perceber que pode escolher outras. É um desafio estar nesta função profissional e ao mesmo tempo um privilégio nos colocar à disposição do acompanhar o outro que também possibilita o acompanhar a nós mesmos.

Na existência, podemos nos perder na cotidianidade e esquecer que somos o ser que pode questionar sobre si. Na clínica, o sofrimento e as angústias de vivenciar o inverno sem a nomenclatura universal do que seja o envelhecer na existência, muitas vezes conduz o paciente ao consultório. Socialmente, há ainda preconceitos em relação à velhice, como se já não houvesse mais tempo para desfrutar do caminho da interioridade percorrido. Não foi o que me mostraram os encontros com Carmen. Pelo contrário, mostraram o quanto o seu erotismo está presente, o seu desejo de se aproximar cada vez mais de si mesma é imenso. O inverno de Carmen está transbordando de possibilidades que os nossos encontros possibilitaram que ela os visse como de fato são: infinitas.

O desafio como psicoterapeuta é reconhecer que o poder da psicoterapia é lembrar àquele que nos pede ajuda que ele é o protagonista de sua vida e ao psicoterapeuta que a técnica não esgota a existência do seu paciente. É na sua própria liberdade de se dirigir a si com paciência, identificando as manobras que o distanciam da percepção da sua própria liberdade, [...] neste jogo entre determinações do impessoal e a tarefa singular de ter que existir tendo que cuidar de sua existência – que encontramos a essência deste tipo de clínica (Feijoo, Mattar, Feijoo, Lessa, Protasio. 2013).

Quando a maioria pensa em uma mulher para além dos 60 anos, imagina que a sua condição de vida seja sem muitas perspectivas, sem desejos, muito menos desejos sexuais, e se esquecem que muitas dessas mulheres percebem que a sua liberdade é presente e as suas possibilidades imensas. Talvez nessa fase esteja realmente dizendo sim para si mesma. Outro desafio dos atendimentos clínicos para as mulheres maduras após os 60 anos é acolher essas questões e, a cada paciente que atenderem, se abrir para vivenciar no encontro o desfazer de mais alguns preconceitos que a sociedade do descartável nos impõe e que a psicologia tradicional quer apenas encaixar em mais uma nomenclatura para aliviar as angustias vividas pelo psicoterapeuta na sua função. Como se apresenta a maturidade em qualquer tempo da existência?

A maturidade relaciona-se com o tempo, levando-o extremamente a sério, numa proximidade muito grande, com uma consciência cada vez maior. Quanto

mais consciência do tempo, mais tempo e menos pressa. Esse - como se - a eternidade estivesse pela frente significa uma peculiar relação confiante do homem com o mundo: a paciência (Pompeia E Sapienza, 2014. p.136).

A paciência e a serenidade são necessárias para a ação clínica acompanhando o tempo do outro. No inverno da psicoterapeuta, é necessária a negociação com o mundo para continuar a ser respeitada e ouvida na sua forma de ser.

Chegando ao final dos encontros terapêuticos com Carmen, ao me despedir dela, eu anunciei que as portas estão abertas para novos encontros, se necessários. Nas sessões psicoterápicas, as possibilidades na sua relação com o mundo se ampliaram visivelmente. Declarei a ela o quanto o processo dela me fez crescer e criar coragem até de escrever sobre o assunto. Carmen, a59o se sentir cada vez mais presente na sua vida como protagonista, desfrutando do seu erotismo, me convida também a experimentar e ousar confiar nas minhas percepções e no meu caminho trilhado como mulher, professora, psicóloga clínica e também neste meu inverno.

Os saltos possíveis nos consultórios são puros prazeres e poesias. A arte de degustar os passos do outro, como psicoterapeuta e professora que sou, transpira a interioridade que conquistei e o quanto o erotismo está presente em todos os personagens escolhidos para esta construção do texto. Carmen, a paciente, me dá total permissão de vivenciar o meu erotismo, não aquele da juventude, mas algo mais elaborado e intenso que transborda.

Assim como um filme não é desfrutado igualmente por todos, a filosofia não desperta as mesmas reflexões, a literatura não traz as mesmas emoções, muito menos os nossos pacientes vão descobrir as mesmas coisas em qualquer encontro. Todos os processos demonstram que a interpretação singular deve estar presente e ser respeitada. Acompanhar as experiências vividas pelos nossos pacientes, aguardando um sentido que apareça no próprio viver da experiência é a tarefa sensível da clínica.

Como foi dito no início deste texto por Rubem Alves, o desafio é ver com olhos que não cortem um ipê por estar sujando a calçada, mesmo com o passar da idade e sim que possamos auxiliar a cada paciente a perceber a sua capacidade de olhar o mundo com olhar poético, sensível, desfrutando do erotismo da primavera e também do inverno do seu próprio existir.

Com Adélia Prado, recebemos o convite a pensar que o tempo percorrido deve trazer uma boa colheita para desfrutar da alma erótica, já que ela leva tempo para ser descoberta. Aceitar também a dialética que Kierkegaard descreve na angústia da atriz e da existência, enxergando o velho e o novo com a mesma importância na existência. Lembrar também que nenhum sistema, por mais perfeito e cruel que queira ser, pode reduzir a dialética da existência; e com Sartre, aceitar as escolhas e caminhos que cada um percorre, por mais exóticos e absurdos que possam parecer. A psicoterapia é uma oportunidade do paciente de se reinventar e do psicoterapeuta de ampliar a sua sensibilidade, serenidade e paciência para percorrer os caminhos do paciente sem colocá-lo na posição de confissão e julgamento por um profissional que talvez veja o seu paciente como inferior hierarquicamente. É um desafio e um caminho de encontro também com o seu si mesmo.

Concluo este texto sem a certeza de ter conseguido transpirar todo o encantamento do encontro clínico com minha paciente Carmen. A provocação dela foi me levar a pensar na razão da sociedade desejar tanto a longevidade, se depois todo o movimento é de tornar as mulheres de mais de 60 anos invisíveis socialmente? E também o quanto os filmes, os filósofos, os literatos nos auxiliam na compreensão dos casos clínicos que acompanhamos. Como? Vivenciando a intensidade de nossas vidas sempre em movimento para obtermos fôlego para despertar essa percepção nos nossos pacientes. Percebo, nestes muitos anos de atuação clínica que temos a obrigação de convidar os pacientes a perceber que as possibilidades existenciais são infinitas. Com isso, os psicoterapeutas também se libertam dos catálogos de patologias e ampliam as suas existências sem imaginar que terão um dia o controle de toda a situação dos nossos pacientes. Acompanhar os processos dos outros, amplia as nossas asas para voarmos sem mais tantos medos do desconhecido e, sim, buscarmos encontros.

A minha despedida nessa finalização do processo de Carmen foi: Boa sorte, Carmen! E quanto ao tempo do envelhecer: Olá!

Referências bibliográficas

Alves, R. (2015). *Do Universo à jabuticabeira.* São Paulo : Planeta.

Arruda, E. (1991). *Poesias Reunidas.* Rio de Janeiro: Record.

Blanc, C. L. (2003). *Kierkegaard.* São Paulo : Estação Liberdade.

Feijoo, A. M. (2010). *A escuta e a fala em psicoterapia: uma proposta fenomenológica-existencial.* Rio de Janeiro: Ifen.

Feijoo, A. M., Mattar , C. M., Feijjo, E. L., Lessa, M. M., & Protasio, M. M. (2013). *O pensamento de Kierkegaard e a clínica psicológica.* Rio de Janeiro: Ifen.

Gardiner, P. (1988). *Kierkegaard.* São Paulo: Loyola.

Hyde, S., & Brand, K. (2022). *Good Luck to you, Leo Grande.* Reiono Unido e Estados Unidos da América: Hulu.

Kierkegaard. (2020). Christian discourses: The crises anda a crisis in the life of an actress. Em S. Kierkegaard, *Kierkegaard's writings, XVII* (https://www.ifen.com.br/artigos/traducao01.pdf, Trad., p. 5). Rio de Janeiro: Ifen.

Kierkegaard, S. (2014). *O conceito de angústia.* Petrópolis: Vozes de Bolso.

Pompéia, J. A., & Sapienza , B. T. (2014). *Na presença do sentido: uma aproximação fenomenológica a questões eixtenciais básicas.* São Paulo: Educ.

Sartre, J.-P. (2015). *O Muro.* Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

Curriculum:

Graduação em Psicologia (Uni-Ceub,1984); Licenciatura em Psicologia (Uni-Ceub, 1983); Especialização em Psicologia Clínica (CRP/DF, 1990); Especialização em Filosofia (UnB,2005); Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento Humano e Saúde (UnB,2013); Formação em Psicologia Fenomenológica-Existencial (IFEN RJ, 2023). Atuação profissional: psicologia clínica CRP 01/2437 (desde 1984); docente e supervisora clínica (IESB desde 2014).

Correo de contacto:
telmalagocosta@gmail.com

Fecha de entrega: 24/05/2023

Fecha de aceptación: 03/07/2023

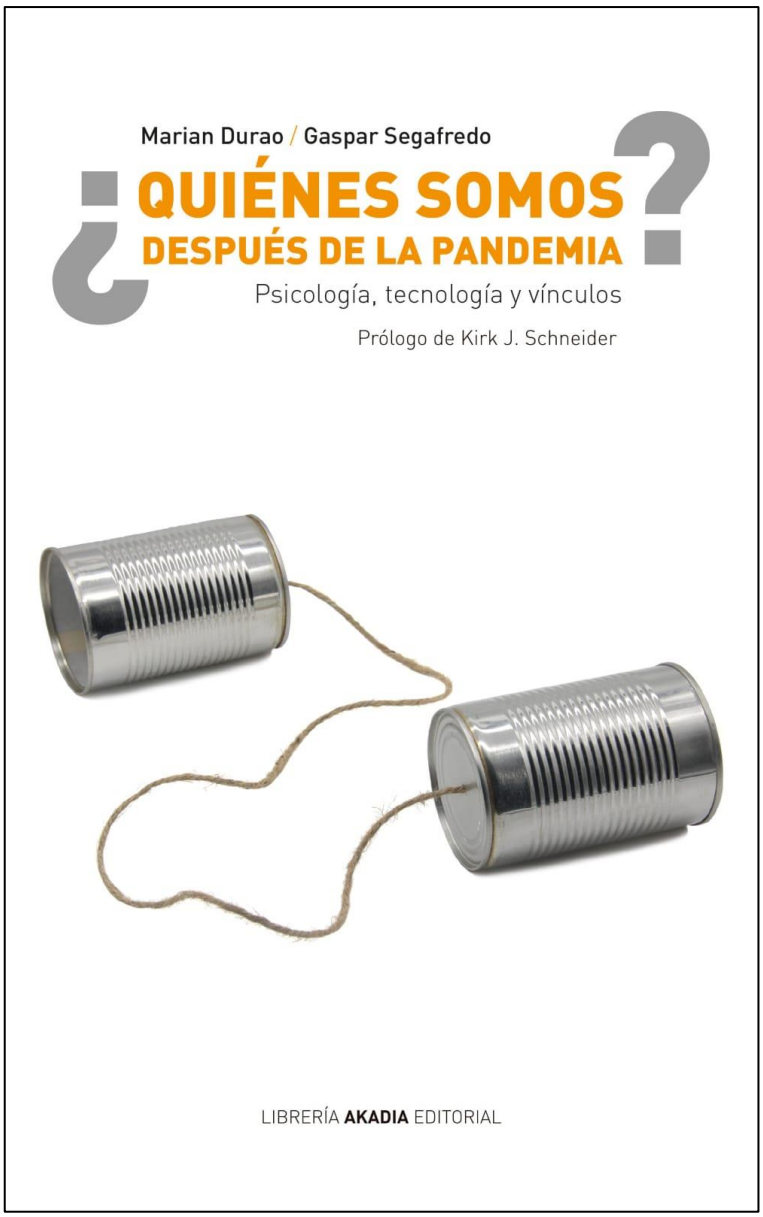
Sección Comentario de Libro

¿Quiénes somos después de la pandemia? Psicología, tecnología y vínculos

Who are we after the pandemic? Psychology, technology and relations

Gaspar Segafredo y Marian Durao
Prólogo: Kirk J. Schneider

Por Susana Signorelli
Bs. As., Argentina



Luego del interesante prólogo y de la introducción, los autores presentan su libro dividido en dos partes. La primera la titularon: Humanidad y persona en crisis y la segunda: Nuevas formas de vida y salud mental. Cada una de ellas consta de dos capítulos.

En la primera parte trazan la visión de ser humano que ellos tienen y hacen planteos de la humanidad en situación límite. En la segunda parte, hacen comentarios sobre la virtualización de la vida que se puso de manifiesto durante la pandemia.

En el prólogo Kirk Schneider nos advierte de los problemas que se agudizaron en la pandemia: el aislamiento social, el estrés de la incertidumbre, los cambios notables en el estilo de vida y el uso casi permanente de los dispositivos de alta tecnología.

Marian y Gaspar a través de sus páginas, nos van introduciendo en las vivencias y cambios que toda la humanidad tuvo que ir atravesando a causa de la pandemia, casi de un modo simultáneo. Cambios profundos en todas las áreas de nuestra existencia, unido a esto, tuvimos que enfrentarnos a la incertidumbre y a la muerte como posibilidad cercana.

Desde el punto de vista psicológico plantean 4 tendencias para la comprensión del malestar actual. A la primera la llamaron la pandemia psicoemocional de ansiedad y depresión; la segunda tendencia es la del narcisismo y la inautenticidad a la que nos llevó el mundo digital; la tercera se refiere a la relación con el mundo mediatizado por el consumo desmedido de Internet y la cuarta, es la acentuación de la marginación y violencia en la relación con el otro, dados a través de las redes: *ciberbullying*.

Al explicar sus conceptos sobre estas temáticas hacen referencias a distintos autores que provienen desde diferentes corrientes y visiones, intentando mostrarnos una posición que ellos llaman integrativa. Entre los autores que mencionan están Buber, Yalom, Frankl, May, Jaspers, Fromm, Maslow, Han y el propio Schneider.

Más adelante, incluso cuando proponen métodos terapéuticos, mencionan algunos de procedencia muy distinta que para quienes tenemos una visión existencial debemos darles una nueva visión. Toda técnica puede ser utilizada con una visión existencial, en un momento dado del encuentro terapéutico y no como un modelo a seguir.

Matizan el recorrido teórico con ejemplos de pacientes en terapia, lo hacen de modo muy ameno, ágil, de fácil lectura y ciñéndose a lo que quieren describir, lo cual da mayor claridad a los temas expuestos.

Hacen un planteo de cómo sentimos nuestra libertad en el contexto de pandemia y de cuarentena. Esto nos recuerda a Sartre con su concepto de libertad situada. El ser humano siempre es libre por más cercenada que parezca su libertad, elige su destino en las circunstancias que sean.

La cuarentena y la pandemia no solo trajo aparejado pérdidas y frustraciones, también ofreció oportunidades nuevas para encarar. Así lo expresan en cada tema que encaran.

Conciben al ser humano como una integración biopsicosocialespiritual-existencial y planetaria. Expresan que la existencia es una existencia relacional que ocurre de individuo a comunidad, a humanidad y al planeta Tierra.

Acentúan que todos como humanidad “hemos sentido en el cuerpo y en la subjetividad completa” la pandemia y la cuarentena con sus consecuencias afectivas y económicas. Estas consecuencias son aún impredecibles para nuestras vidas. Enumeran muchos de los cambios que tuvimos que afrontar y los mencionan como situación límite, encuentran en la creatividad una salida a las crisis que debimos asumir.

A su vez el aislamiento que trajo la cuarentena, provocada por la pandemia, aceleró el proceso de la virtualización en el cual ya estábamos. Todo se hacía a través de la cámara: estudio, trabajo, festejos, consultas médicas, terapia, charlas con amigos, conocer nueva gente.

Describen distintas situaciones que fueron dándose con sus ventajas y desventajas, haciendo especialmente hincapié en el trabajo y en las relaciones de pareja, con sus diferentes crisis. Tanto sea para los que convivían como para los que estaban en búsqueda de pareja. Para los que convivían, la crisis pudo haberlos llevado a una separación, o a una continuidad superadora o a la consolidación del malestar y disfuncionalidad. Para los que no tenían pareja resultó ser que muchos, más que relacionados estaban conectados, con las consiguientes frustraciones posteriores. Aclaran que esto también sucedía antes de la pandemia, solo que, con ella, se acentuó.

Hablan de los excesos a los que nos puede llevar la tecnología como también de las ventajas que esto trajo a nuestras vidas, sustentándolo en los conceptos de los autores antes mencionados.

Señalan la importancia de que la tecnología no se vuelva un fin en sí mismo, lo cual nos llevaría a deshumanizarnos y perdernos en ella. El problema no es la tecnología, dicen, sino de la posición que tomemos frente a ella, depende de nosotros y no de ella.

Asimismo, exponen los usos y abusos que han permitido distintos medios virtuales como Facebook, Tinder, Twitter, Instagram, WhatsApp, Tik Tok, que ha llevado a los más jóvenes e incluso a los niños a estar totalmente absorbidas sus vidas en estas redes y han padecido ciberbullying.

También los adultos pueden ser manipulados por la demagogia y el control político a través de varios medios masivos, resguardados por el anonimato.

Esta sobrecarga de comunicación virtual trajo agotamiento y nos permitió ver como resultado, manifestaciones de inautenticidad por adicción a la conexión.

Nombran investigaciones de distintos lugares del mundo, relacionadas con la temática presentada para ejemplificar las dificultadas y los riesgos psicopatológicos sufridos.

Los métodos que aconsejan seguir desde un contexto terapéutico para disminuir los efectos nocivos son: presencia plena, exposición progresiva a objetos fobígenos, también puede ser útil lo virtual para personas introvertidas que necesitan un diálogo previo al encuentro corporal y de este modo pueden diferirlo, psicoeducación, diálogo socrático, actividad física y artística.

Según mi parecer ningún método puede estar por encima de la propia creatividad del terapeuta en el

encuentro con el otro. Es el encuentro el que brinda la luminosidad del camino a recorrer juntos, terapeuta y paciente.

Este libro es un valioso testimonio de todo lo que nos ha sucedido en pandemia y para concluir con esta síntesis, quiero expresar mi propia visión del libro voy a hacerlo con una oración de los mismos autores que me pareció una perfecta síntesis:

La virtualidad no es el problema, siempre y cuando sea principalmente un medio para los fines humanos de despliegue existencial, en cuanto devenir, libertad y vincularidad. Cuando es así se convierte en un potente recurso humanista. Pero si la virtualidad se vuelve el fin y la persona el medio, allí surgen problemáticas de salud mental.

En otro lado expresan que hay que humanizar la tecnología y no maquinizar a la persona, en suma, aprender a protagonizar nuestro devenir como personas y como humanidad.

Libro muy recomendable que nos da un testimonio histórico de todo lo que nos sucedió en los años de pandemia.