

# TERAPIA EXISTENCIAL

## PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Gianfranco Buffardi  
Nápoles, Italia

Traducido del original en inglés publicado en Dasein Journal, Nº 5 – 2016 por el Dr. José Martínez-Romero Gandos (A Coruña – España, 2016)

Título original: Terapia esistenziale: domande e risposte

Publicado bajo el título: Existential therapy: questions and answers

### Resumen

En el año pasado, las Terapias Existenciales en el mundo han tenido un intercambio de ideas estimulante sobre cómo debería ser definido el concepto de psicoterapia existencial. La discusión en este momento es indudablemente válida y formula varias preguntas; a algunas de ellas el I.S.U.E. ha tratado de responder.

### Palabras clave:

terapia existencial – epoché - logodinámica analítico-existencial – logoanálisis conciente.

### Riassunto:

Le terapie esistenziali hanno visto nell'ultimo anno uno stimolante scambio di idee su come debba essere definita la psicoterapia esistenziale. La discussione è al momento indubbiamente valida e fa sorgere diverse domande. Ad alcune di queste la ISUE ha tentato di rispondere.

### Parole chiave:

terapia esistenziale – epoché – Logodinamica Analitico-Existenziale – Logoanalisi Conscienziale

### Abstract

In the last year, the Existential Therapies in the world have had a stimulating exchange of ideas on how the concept of existential psychotherapy should be defined. The discussion at the moment is undoubtedly valid and raises several questions; some of these the I.S.U.E. (Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali, Naples, Italy) has tried to respond.

### Keywords:

existential therapy – epoché - analytical-existential logodynamics – coscienziale logoanalysis

Este trabajo versa acerca de la discusión mundial sobre la definición de Terapia Existencial, discusión que comenzó de una oferta de Ernesto Spinelli. Explicamos el punto de vista del editor de Istituto di Scienze Umane Esistenziali (I.S.U.E. Nápoles, Italia). Hemos estado entrenando a terapeutas durante años y estamos convencidos que es provechoso explorar algunos conceptos que surgieron de la discusión. La pregunta clave no es *¿En qué consiste la psicoterapia existencial?* Sino *¿Cómo la psicoterapia existencial debe ser practicada?* Nuestra respuesta a esta pregunta esclarecerá el concepto apropiado de psicoterapia existencial.

Convenimos que la psicoterapia existencial ha basado su pensamiento sobre una gama enorme de principios de la filosofía existencial: ¿pero cuáles son los principios más importantes? También convenimos que la metodología principal en la psicoterapia existencial es la fenomenología: pero ¿qué tipo de fenomenología debemos usar en la práctica? La relación es el elemento crucial en nuestra psicoterapia: pero el diálogo implica todos los mundos de lo individual *Umwelt, Mitwelt, Überwelt* (Spinelli, 2015) favoreciendo el crecimiento del *Eigenwelt* y la ampliación de los mapas internos. (Tal como expresara Ernesto Spinelli "la visión del mundo": es decir, la experiencia reflexiva en curso de la existencia de la persona<sup>1</sup> (Spinelli, 2015). Stephen Diamond habla sobre una premisa poco atractiva<sup>2</sup> (Diamond, 2015): ¿cómo pueden las premisas ser evitadas? (Como Gadamer dijo, aún la premisa de no tener una premisa (Gadamer, 1983).

Las opciones formuladas en nuestra escuela tratan en parte, responder a estas preguntas.

<sup>1</sup> Spinelli E.: communication in world discussion, April 4° 2015.

<sup>2</sup> Diamond S.: communication in world discussion, April 4° 2015.

Los principios filosóficos más importantes están relacionados con el concepto Kierkegardiano del individuo y al reemplazo del concepto Aquiniano de *agere sequitur esse*<sup>3</sup> (See Reale G.-Antiseri D, 2008) para llegar a un concepto que podría ser expresado como "*agere iguala existere igala esse*".

Para nosotros el aspecto del entrenamiento es el más importante. La posibilidad de reducir los presupuestos está unida a la capacidad del psicoterapeuta de alcanzar la *epoché*; en nuestros cursos logramos conseguir que nuestros estudiantes trabajen mucho sobre su capacidad de suspender el juicio. Asimismo, una parte importante de los entrenamientos está referido a los aspectos específicos de la psicoterapia; son aquellos acontecimientos y/o elementos procesales de metodología psicoterapéutica no vinculada a los rasgos específicos del modelo de referencia, p. ej. aquellos rasgos conductuales de los actores, en una relación de ayuda, no evaluada por el modelo de referencia.

- Los factores específicos de las psicoterapias son éticamente más válidos que los factores concretos (vinculados al modelo).

- Los factores específicos de las psicoterapias tienen un contenido terapéutico intrínseco propio.

- Los factores específicos de las psicoterapias están también activos en la mayor parte de las profesiones de ayuda.

Podemos distinguir entre los factores específicos, unidos sobre todo a la persona que es aconsejada, de parte del terapeuta, aquellos que pertenecen a la configuración de los que pertenecen a la relación terapéutica, en el más amplio sentido. En nuestro acercamiento clínico hemos reconocido el valor de trabajar sobre éstas tres dimensiones:

1 -SENSACIÓN / EMOCIÓN / REFLEXIÓN (dimensión de *Elaboración*)

2. IMPULSOS / ASPIRACIONES / DECISIONES (dimensión de *Intención*)

3. PASADO / ACTUALIDAD / HIC ET NUNC (dimensión de *Temporización*) (Brancaleone, 1999).

### Elaboración

Cuando elaboran las entradas 'de la realidad' externa e interna, todos los individuos humanos son sujetos con sensaciones / percepciones, sentimientos de sentido/emociones y tienen la posibilidad de formular pensamientos/reflexiones. Así la Sensación ("lo que percibo"), la Emoción ("lo que siento"), la Reflexión ("lo que pienso") constituyen los tres ámbitos fundamentales, en relación con la capacidad de elaboración, dentro de lo existivo individual (lo óntico. N. T.)

El ámbito relacionado con las sensaciones está mediatizado sobre todo por la estructura somato-psíquica. Relacionando esto con las emociones (tanto más cuando) también se lo relacionó expresamente con la reflexión mediada por la estructura psico-noética, dentro de la cual el sistema de valores, significados y objetivos a los cuales el individuo tiende

a conformarse (a menudo inconscientemente) tiene importancia fundamental.

### Intención

El ser humano es un ser intencional (en - tendere = que tiende hacia). Dentro de la dimensión de intencionalidad el ser humano está sujeto a inevitables excitaciones/impulsos, experimenta deseos/aspiraciones en un nivel más o menos inconsciente y, sobre la base de tales impulsos y aspiraciones, tiende a tomar las decisiones que, en el nivel conductual, orientan al individuo en la concreta realidad existiva. El ámbito relacionado con impulsos es mediado sobre todo por la estructura somática psíquica. Esto relacionado con aspiraciones (y más aún) cuando se relaciona con decisiones expresamente, es mediado por la estructura psico-noética, dentro de la cual el sistema de valores, significados y objetivos a los cuales el individuo tiende a conformarse (a menudo inconscientemente) tiene importancia fundamental.

### Temporización

Cada individuo tiene su propia historia; los individuos están sumergidos en un contexto de relación espacio-temporal específico y constantemente proyectados en el futuro. Se expresan en la urgencia del hic et nunc: el tiempo pasado, el tiempo presente y el tiempo inmediato constituyen la dimensión de aplazamiento.

La Analítica Existencial Logodinámica puede ser vista como un uso metódico del Logoanálisis de la Conciencia dentro de los ámbitos relacionados con las dimensiones de Elaboración (Sensación/Emoción/Reflexión), la Intención (Impulsos/Aspiraciones/Decisiones) y la Temporización (Pasado/actualidad/Hic et Nunc). El Logoanálisis de la Conciencia es una metodología comunicativa diseñada para actualizar y clarificar la "estructura profunda" de la comunicación subyacente a la "estructura superficial" propiciando la comunicación individual del paciente.

Este uso metódico del Análisis de la Conciencia dentro de estos ámbitos (la Elaboración, la Intención, el Aplazamiento) va a facilitar la emersión junto a la posible reestructuración y una nueva calibración del sistema subyacente de valores, significados y objetivos, que actúan como una orientación en el existencial concreto de cada ser humano, dotado no sólo con las dimensiones somáticas y psíquicas sino también con la peculiar dimensión noética.

Este acercamiento fenomenológico implica cumplir constantemente con la tentativa de mejorar la comunicación, para adquirir las actitudes que faciliten la mayor *epoché* posible, que es una suspensión de juicio, no una ausencia de este. En la práctica terapéutica la suspensión de juicio de parte del observador puede ser apropiada para el terapeuta, que entre sus recursos tiene el de transferir esto a la persona, permitiendo a éste aprenderlo y suspender "el juicio" sobre su experiencia pasada "y distanciarse" de ello. Que puede pasar o no puede pasar, tal vez sí,

<sup>3</sup> See Reale G.-Antiseri D.: *Storia della Filosofia, III vol. Patristica e Scolastica*; Bompiani, Milano 2008.

tal vez no. La posibilidad es diferente del determinismo de la verdad: A es A, pero también es diferente del indeterminismo: A puede estar en un sitio y ser al mismo tiempo A, B, C, D etc. La *epoché* representa ese momento de asesoramiento en el cual el consejero no permite que su presencia afecte, pero abandona el consejo para que cada uno llegue a sus propias conclusiones, ayudando con preguntas que pertenecen al método logoterapéutico.

Para exponer esto muy brevemente, nuestra posición es que la definición de psicoterapia existencial debe incluir el concepto de que el psicoterapeuta existencial es un profesional que ha sido entrenado para adquirir una actitud mental que tiene pocos presupuestos en el vis à con el cliente, que no es crítica y que esto favorece la extensión y la renovación de su mirada universal de una manera autónoma (esto obviamente va mucho más allá del objetivo de la psicoterapia).

## Referencias

- Brancaleone F, Buffardi G, Traversa G. (2008). *Helping*. Caserta, Italia: Melagrana.  
Brancaleone F. (1996). *Logodinamica Generativo-trasformativa*. Caserta, Italia: OFB editing.

- Buffardi G, Buffardi RM. (2013). *L'epoché: un contributo filosofico alle professioni d'aiuto*; Rivista Italiana di Counseling Filosofico, n° 9.  
Gadamer G. (1983). *Verità e método*. Milano, Italia: cur. G. Vattimo, Bompiani.  
Reale G-Antiseri D: *Storia della Filosofia, III vol. Patristica e Scolastica*. (2009). Milano, Italia: Bompiani.  
Sartre JP. (2008). *L'essere e il Nulla*. Milano, Italia: Il Saggiatore.  
Spinelli E. (2015). *Practising Existential Therapy*. London, UK: Sage.  
Van Deuzen E. (2012). *Existential counseling & psychotherapy in practice*. London. UK: Sage.

## Curriculum

Médico psiquiatra, habilitado en Psicología, Psicoterapeuta, Dr. en Filosofía, Dr. en Bioética, Director U.O.S.M. distr.san.13 ASL Caserta, Profesor Contratado UER e APRA Roma. Presidente del Instituto de Ciencias Humanas y Existenciales, Nápoles. Website [www.isue.it](http://www.isue.it)

Contacto: [gbuffardi@isue.it](mailto:gbuffardi@isue.it)

Fecha de presentación del artículo: 2/16

Fecha de aceptación del artículo: 3/16