

Sobre los conceptos de *Logoterapia y Análisis* *Existencial*

por María Leticia Lombardi*

La terminología de una ciencia, el léxico que se emplea y da cuenta de los conceptos estructurados de un entramado científico, es de importancia vital para una disciplina hasta tal punto que el desarrollo de la misma dependerá de la sistematización de dicha terminología.

Escobar, G. A.
Importancia del lenguaje en el conocimiento y la ciencia

Resumen

Una de las principales dificultades para el desarrollo de las ciencias es la rigurosidad terminológica de los conceptos que fundamentan los diversos marcos teóricos. Con el objetivo de describir y diferenciar los conceptos de Logoterapia y Análisis Existencial, se decidió realizar una revisión bibliográfica en la obra de Viktor Frankl. Se concluye que el Análisis Existencial es el marco antropológico de la Logoterapia, pero no es exclusivo de ella. Por su parte, la Logoterapia es el método concreto y específico de tratamiento terapéutico.

Palabras clave: Logoterapia, Análisis Existencial.

Abstract

One of the main difficulties for the development of sciences is the rigorous terminology of the concepts that underlie theoretical frameworks.

* Licenciada en Psicología egresada de la Universidad Católica de La Plata, sede Rosario. Profesora de Psicología egresada de la Universidad del Centro Educativo Latinoamericano. A cargo del Gabinete Psicopedagógico del nivel de enseñanza media del Colegio Misericordia Rosario. Jefe de Trabajos Prácticos en la Licenciatura en Psicología de la cátedra Técnicas Psicométricas II y Profesora de la Carrera Docente para Profesionales a cargo de la cátedra Psicología Evolutiva, ambas carreras de la Universidad Católica de La Plata, sede Rosario. Miembro del Centro de Análisis Existencial "Viktor Frankl".

In order to describe and differentiate the concepts of Logotherapy and Existential Analysis, it was decided to carry out a bibliographical revision in Viktor Frankl's theory. It is concluded that Existential Analysis is the anthropological framework of Logotherapy, but not exclusively. Therefore, Logotherapy is the specific method of therapeutic treatment.

Key words: Logotherapy, Existential Analysis.

Consideraciones

Este escrito nació con un motivo, en principio, egoísta: eran ideas sueltas, a veces mezcladas, a veces más lúcidas y diferenciadas, que me ayudarían a distinguir estos conceptos (*Logoterapia* y *Análisis Existencial*) y a guiarme en la lectura frankleana, donde la distinción entre Logoterapia y Análisis Existencial no siempre resultaba clara, al menos para mí...

De a poco, las ideas se fueron desenredando (así creo, así lo espero) y tomaron forma de escrito destinado a quienes deseen iniciarse en la lectura de los textos que forman parte del cuerpo teórico de la teoría de Viktor Frankl. De este modo, humildemente, anhelo colaborar con futuros lectores y poder recibir de ellos sus ideas al respecto.

Introducción

Viktor Emil Frankl, médico psiquiatra y neurólogo, nacido en Viena en 1905 y fallecido en el año 1997, fue el padre y fundador de la Logoterapia (término que utilizó públicamente por primera vez en el año 1926) y el Análisis Existencial (denominación que adopta a partir de 1933).

Inicialmente unido al Psicoanálisis, siempre sintió mucho respeto por Sigmund Freud (con quien mantuvo un vínculo epistolar e incluso un encuentro personal), a quien describe como “el pionero total y absoluto en el campo de la psicoterapia y estamos de acuerdo en que fue una personalidad con aspectos auténticamente geniales” (Frankl, 1990: 40).

Con sus aportes únicos e inéditos para la época, a la historia de la humanidad, Freud era, ante todo, un digno hombre representante de su tiempo. Sin embargo, poco a poco, el joven Frankl empezó

a desencantarse... Interesado no solo por la visión psicológica, sino también por la sociológica, comenzó a acercarse cada vez a la psicología individual de Alfred Adler. Sin embargo, para 1927, la psicología individual tuvo dos deserciones: Rudolf Allers y Oswald Schwarz. Frankl se declaró partidario de Schwarz y se garantizó, así, su propio éxodo.

Estas rupturas, con Freud y Adler, se debieron, fundamentalmente, al intento de Frankl por rehumanizar la psicoterapia valorando en ella “lo específicamente humano”: la búsqueda del ser humano de descubrir un sentido de su existencia.

Más si se pregunta por las últimas motivaciones y las raíces más profundas, el fundamento oculto de ellas para crear la Logoterapia, entonces puedo nombrar una sola, que me ha inducido a ello y me permite seguir trabajando sin desmayo: la misericordia con las víctimas del cinismo contemporáneo que se extiende en la Psicoterapia, en esta rama alarmista. Con “rama” quiero señalar lo comercializado y, con “alarmista” lo científicamente sucio. [...] El hilo conductor que pasa a través de todos mis trabajos es la lucha contra las tendencias despersonalizantes y deshumanizantes que parten del psicologismo en la Psicoterapia (Frankl, 1997a: 56).

El problema central que percibía Frankl era la concepción de la psicoterapia como psicología sin espíritu, como “psicologismo”: “el nombre que se da a ese método pseudocientífico consistente en deducir del origen psíquico de un acto la validez o falsedad de su contenido espiritual. [...] No debe perderse de vista nunca que todo lo espiritual se rige por leyes propias” (Frankl, 1997b: 39-40).

Describe el psicologismo como una mirada reduccionista dentro de la psicología, con dos equivalentes: el biologicismo en la biología y el sociologismo en la sociología.

Hoy nos acecha el peligro de un nuevo homunculismo. El peligro de que el hombre se malentienda otra vez a sí mismo y de nuevo interprete falsamente su propia imagen, como un ‘nada más que...’. Porque los tres grandes homunculismo que hasta ahora se han dado –el biologicismo, el psicologismo, el sociologismo–, esto es lo que han hecho: presentarle la imagen de sí mismo pero desdibujada, caricaturesca, como la que reproduce un espejo cóncavo no bien enfocado (Frankl, 1979a: 53-54).

Freud hace hincapié en las causas, mientras que Adler busca la finalidad. Frankl se distancia de ambas posturas, proponiendo una “magnitud vectorial” de dirección o sentido. Postula así una psicoterapia que no parte de lo psíquico sino de lo espiritual.

De este modo, Frankl distingue las afecciones de origen psicógeno de las de origen noógeno, donde la neurosis está condicionada por la carencia de sentido, por el vacío existencial. En palabras del mismo Frankl: “en una época como la nuestra, en la época de despersonalización y deshumanización, no podemos superar la neurosis masiva y el sentimiento de falta de sentido mientras la dimensión humana, la dimensión de los fenómenos humanos, no se incluya en la imagen humana” (Frankl, 1991c: 172).

La Logoterapia

Descrita como terapia desde lo espiritual, Frankl propone este concepto no como psicoterapia (ya que, como se dijo anteriormente, no parte de lo psíquico; lo hace de lo espiritual), sino como complemento de ella. La reflexión sobre el sentido o propósito y los valores es el aporte de la Logoterapia a la Psicoterapia. “No contemplamos la Logoterapia como una terapia específica en todos los casos. Por esta razón, en las neurosis psicógenas la logoterapia sirve como complemento, más que como un sustituto, de la psicoterapia en el sentido usual del término” (Frankl, 2003: 87).

Como terapia específica, la logoterapia está indicada tanto para las neurosis noógenas como para las diversas manifestaciones clínicas de frustración existencial¹.

En el año 1950, Frankl dicta tres conferencias bajo el título “Logos y Existencia”, donde aclara, en el prefacio, que girará sobre “dos polos principales de atracción: el método de tratamiento psicoterapéutico denominado Logoterapia y la orientación investigadora antropológica designada como análisis existencial” (Frankl, 1991a: 85).

¹ La frustración existencial no es en sí misma patológica, sino que la búsqueda por el sentido caracteriza al ser humano en cuanto tal. Para el mismo Frankl, “El hombre en busca de sentido” no es solamente un título ingenioso para su libro; es más bien una definición de persona: el ser humano es un buscador de sentido. La frustración existencial puede llegar a ser patológica y puede devenir en neurosis noógena. Sin embargo, no es objetivo de este escrito ahondar en este punto.

El Análisis Existencial

Para distintos autores, el Análisis Existencial es tomado indistintamente con dos acepciones:

- a) Como tratamiento para el ser humano concreto, donde el análisis se orienta a un proceso de concientización:

El análisis existencial apunta a una toma de conciencia de asumir responsabilidades [...] Estaba plenamente justificado el esfuerzo por oponer al psicoanálisis, a la psicoterapia psicológica que ignora lo espiritual, una psicoterapia que justamente se orienta hacia lo espiritual. Y digo espiritual en un doble sentido: en cuanto a que por un lado quiere ser una psicoterapia que 'parte hacia lo espiritual' [...] del logos y por otro lado, psicoterapia 'orientada a lo espiritual' [...] En un caso se presenta tal psicoterapia como aquello que nosotros hemos llamado Logoterapia, en otro caso como Análisis Existencial" (Frankl, 1991b, pp. 119-120).

Completando esta misma idea, en su libro, *Teoría y Terapia de las Neurosis*, Frankl afirma: "por análisis existencial entiendo aquel método de tratamiento psicoterapéutico que sirva para ayudarlo a descubrir en su existencia factores de sentido y a vislumbrar posibilidades de valores" (Frankl, 1992: 202-203).

En tanto ser humano concreto, el análisis existencial apunta a una "explicación de la existencia concreta [...] a través (in médium) de la biografía del sujeto" (Frankl, 1979b: 60).

- b) Como antropología e investigación fundamental para la Logoterapia. El análisis existencial es la concepción antropológica que sustenta el trabajo psicoterapéutico que precede a cualquier psicoterapia, no solo a la Logoterapia.

Reflexiones

Los cimientos sobre los cuales se construye la ciencia son los conceptos científicos, y su formulación y clara definición le darán fortaleza a esta base fundante, de ahí se desprende que sea de vital importancia la definición de aquellos.

Los cuerpos teóricos y la ciencia en general se construirán en el propio lenguaje, y es por esta razón que el conocimiento exige que este discurso sea riguroso, claro y preciso. De otro modo, la imprecisión y la ambigüedad de algunos conceptos (propia del lenguaje popular) ponen en riesgo al desarrollo científico, generándole obstáculos y limitaciones.

El objetivo principal de la ciencia y del lenguaje que esta utiliza es la transmisión de conocimientos; por este motivo resulta fundamental que cumpla con las tres características: rigurosidad, claridad y precisión.

Al lograr que un concepto sea conceptualizado de modo unívoco y uniforme, mejor y más fluente será la comunicación entre los distintos profesionales, ya sea de una misma área o de diversos campos, lo cual facilitará seguir avanzando en los desarrollos científicos.

Según Mauricio Battafarano (2005):

Ninguna ciencia o disciplina científica puede arrogarse, so pena de un fatal exclusionismo, la potestad de poder explicar o comprender la totalidad de la realidad humana desde su sola visión o enfoque. De allí, la importancia que tiene el construir una estructura dialógica que permita un intercambio necesario, complementario e integrador hacia adentro y hacia fuera de la disciplina. Cuáles son las condiciones que deben estar presentes para que el dialogo se produzca:

- Actitud humilde
- Conciencia de los propios límites
- Superación de posturas excluyentes y reduccionistas
- Articulación e integración”²

Es así como postula que “la logoterapia, tal cual fuera diseñada por Viktor Frankl, guarda estas posibilidades en su misma esencia, lo que la torna una ciencia particularmente dinámica y fecunda”.

² La actitud humilde supone una disposición de apertura a entablar un diálogo con las demás disciplinas. Por su parte, reconocer los límites de su propio quehacer se desprende del hecho de que cada ciencia se acerca parcialmente a su objeto de estudio. Únicamente bajo estas dos primeras características, es que se podrá superar las posturas excluyentes, reduccionistas y soberbias para poder así buscar y priorizar la construcción, articulación e integración de los conocimientos.

En cuanto a las “potenciales debilidades de la logoterapia”, el autor menciona:

- Perder el carácter científico. La logoterapia no se agota en la ciencia pero puede agotarse sin la ciencia.
- Enamorarse excesivamente de sus aportes conceptuales. Riesgo de dogmatismo y/o ausencia o pérdida de actualización de sus propias ideas.
- Encerrarse en sí misma. Conduce al aislamiento y al exclusionismo.

Este es el riesgo que afronta la logoterapia, como escuela de pensamiento, si llegara a perder el carácter científico: caer en la polise-mia, en el pensamiento ambiguo y confuso, transitar en la niebla. Todo esto erosiona el crecimiento y el desarrollo de las ideas que están bajo la luz de la doctrina frankleana.

Etimológicamente, *Logoterapia* deriva de *logos* ('sentido') y de *terapia* ('curación'): la curación acontece encontrando el sentido; mas no debemos olvidar que *logos* es también la palabra en cuanto meditada, reflexionada o razonada, es argumentación y discurso. Es la misma etimología la que nos obliga a diferenciar y utilizar ambos conceptos como corresponde, ya que muchas veces suele resultar confuso, al iniciarse en el estudio del análisis existencial y la logoterapia, la diferenciación conceptual de ambos términos. Sin embargo, es necesaria para poder profundizar y avanzar en el pensamiento frankleano.

A lo largo de la lectura de los textos de Frankl, el autor utiliza los conceptos de Logoterapia y Análisis Existencial de varios modos. En este breve recorrido de su obra, en tanto a estos dos conceptos se refiere, se buscó esclarecer sus significados. Así, el análisis existencial es el marco antropológico de la logoterapia, pero no es exclusivo de ella, sino que lo es también para otros ámbitos: educacional, laboral, socio-comunitario. Por su parte, la logoterapia es el método concreto y específico de tratamiento.

Bibliografía:

- BATTAFARANO, M. (2005). *La Logoterapia en los Albores del Siglo XXI* [en línea]. Obtenido de: <<http://www.logoterapia.com.mx/publicaciones/otros-art%C3%ADculos-publica-dos/logoterapia-albores-del-siglo-xxi>>.
- ESCOBAR, G. A. (2007). *Importancia del lenguaje en el conocimiento y la ciencia* [en línea]. Obtenido de: <http://www.revel.inf.br/files/artigos/revel_8_importancia_del_lenguaje_en_el_conocimiento_y_la_ciencia.pdf>.
- FRANKL, V. (1979a). *La Idea Psicológica del Hombre*. Madrid: Rialp.
- (1979b). *La Idea Psicológica del Hombre*. Madrid: Rialp.
- (1990). *Ante el vacío existencial* (2.^a ed.). Barcelona: Herder.
- (1991). *La Voluntad de Sentido* (2.^a ed.). Barcelona: Herder.
- (1997a). *Lo que no está escrito en mis libros: Memorias*. Buenos Aires: San Pablo.
- (1997b). *Psicoanálisis y Existencialismo* (6.^a reimp.). México: Fondo de Cultura Económica.
- (1997c). *Teoría y Terapia de las Neurosis* (1.^a reimp.). Barcelona: Herder.
- (2003). *Psicoterapia y Existencialismo* (2.^a ed.). Barcelona: Herder.