

Se autoriza el uso de este material citando su procedencia:

Ozcariz Arraiza, A.M. (2002). Reflexiones sobre la rehumanización del trabajo terapéutico y comunitario. NOUS, (6), 53-58.

REFLEXIONES SOBRE LA REHUMANIZACIÓN DEL TRABAJO TERAPÉUTICO Y COMUNITARIO.

Ana María OZCARIZ ARRAIZA

Resumen

La logoterapia nos propone un cambio de marco conceptual que enfatiza las posibilidades que tiene el ser humano para afrontar y responder a su vida concreta, a pesar de sus limitaciones y dificultades. Cuenta, en todo momento, con la base de la voluntad de sentido, al mismo tiempo que establece su foco de atención (que no de intervención) en la parte sana de las personas, no en la parte enferma o discapacitada.

Se presenta el encuentro logoterapéutico como encuentro existencial que, en cada ocasión, es un encuentro único. Asimismo, se considera la corresponsabilidad de paciente y terapeuta (cada uno con su papel o contribución específica) en el desarrollo del proceso terapéutico.

Abstract

Meditations on the re-humanization of therapeutic and communitarian work

Logotherapy proposes us as change in the conceptual framework that emphasises the possibilities that the human being owns for addressing and responding to his concrete life, despite limitations and difficulties. Logotherapy always counts on its firm foundation: the will to meaning. Logotherapy, at the same time, moves its focus of attention (not of intervention) to the healthy area of human life, not to the sick nor to the handicapped ones.

The logotherapeutic encounter presents itself once and over again as a unique existential encounter. It is also rooted in the co-responsibility of client and therapist (each one with its own role or specific contribution) in the development of the therapeutic process.

Palabras clave: Logoterapia. Ambiente. Comunidad. Encuentro terapéutico.

Key words: Logotherapy. Environment. Community. Therapeutic encounter.

La logoterapia como Escuela Psicológica propone un cambio de marco conceptual que lejos de excluir importantes aportaciones de otras Escuelas psicológicas modernas, nos amplía sus posibilidades al resaltar las potencialidades propiamente humanas que capacitan a las personas para que, a pesar de sus límites y dificultades, afronten y respondan el para qué de su existencia.

Para explicarlo más gráficamente me voy a apoyar en la ayuda de un ejemplo. Si en un foro formativo preguntáramos a los alumnos sobre “*modelos de acercamiento a los sujetos, objetos de la intervención*”. Muy probablemente nos ofrecerían en sus aportaciones las distintas visiones que las Escuelas psicológicas dan del Encuentro terapéutico. Pero esta pregunta, como era de esperar, tenía trampa. Para la logoterapia el sujeto “no está sujeto”, menos aún es un “objeto” y la relación terapéutica no es “una intervención”. ¿Por qué?

Un marco terapéutico que responda a esas premisas, reduce la visión y comprensión de la persona, colocando al individuo en una posición pasiva “está **sujeto** a sus limitaciones, condicionado a su herencia, su aprendizaje, su historia,...”, “es un **objeto** y por lo tanto, generalizable, estudiado, predecible...”, “como **intervención**, la persona se convierte en el receptor de la práctica terapéutica”.

Esto supone que la responsabilidad del éxito terapéutico es “del terapeuta” y por tanto, también la responsabilidad de su fracaso, aunque en muchos casos, desgraciadamente, nos encontramos que esta ecuación se incumple de forma que el éxito es del terapeuta y el fracaso del paciente. Siguiendo este análisis, llegamos a la conclusión de que en el fondo, lo que subyace es una descalificación del individuo en su totalidad, “no puede”, “no sabe”, “está enfermo”..., o de sus posibilidades “con esta historia”, “esta patología”..., estableciéndose un posicionamiento vertical en el que el terapeuta “*está bien*”, “es el que sabe”, “es el que puede”..., y el individuo se convierte en un “**sujeto**” a su limitación, su enfermedad, su problema y por lo tanto el que *está mal* (ambos conjuntos de términos hacen referencia a las posiciones existenciales, enunciadas por Eric Berne en la Escuela Psicológica del Análisis Transaccional).

Desde el punto de vista logoterapéutico. La relación terapéutica debe poner a la persona en posición activa. Sin obviar sus limitaciones y dificultades, hacer énfasis en las posibilidades de elección y acción.

Es decir, ampliamos su condición “biopsicosocial” (parámetros físicos, psíquicos y sociales que vienen muy ligados a su herencia, aprendizaje e historia susceptibles de “enfermar” y que dibujan características fundamentales de los individuos) y añadimos un parámetro más, que amplía su visión y sus posibilidades, al reivindicar su aspecto más humano, “su dimensión espiritual”. Con ello estamos apostando por un marco conceptual que define a las personas como seres “biopsicosociales y espirituales”.

La espiritualidad, está concebida aquí en su plano más amplio; no ceñida o identificada con el hecho religioso sino abierta a elementos éticos y de valor. Concepción de la espiritualidad que rescata Viktor Frankl de la filosofía clásica (logos griego) y que sitúa al hombre ante el “para qué” de su existencia. No basta por tanto saber “qué me pasa, ni por qué, ni cómo cambiar”, sino que es esencial saber para qué. Responder al para qué posibilita oponerse a las limitaciones, condicionamientos y dificultades que experimenta el ser humano en sus dimensiones física, psíquica y social. Es la dimensión más propia del ser humano, en la que asientan sus raíces la libertad y responsabilidad humanas.

Por todo ello, comenzaba este artículo diciendo que la Logoterapia, no excluye sino que amplía las posibilidades terapéuticas. El conocimiento mayor y mejor del comportamiento de las dimensiones físicas, psíquicas y sociales, así como de sus interrelaciones, nos va a ofrecer, más y mejores posibilidades, a la hora de “ampliar” el horizonte de los seres humanos. Pero todo ese trabajo se va a completar, va a adquirir significación, si se tiene en cuenta el sentido, tanto del cambio en concreto, como su inserción en el sentido general de la existencia personal. Hay que completar el movimiento centrípeto, que supone un momento terapéutico (observarme, para cambiarme y mejorar), con el movimiento centrífugo que supone realizar ese cambio para mejorar mi competencia en la tarea de realización de sentido de mi existencia.

Por lo tanto, estamos refiriéndonos constantemente a un marco terapéutico que sitúa a la persona en posición activa. Reconociéndole su margen de libertad y disponibilidad de oposición a sus limitaciones y dificultades, ofrecido por su dimensión espiritual. Para ello, el terapeuta realiza, obviamente, una valoración objetiva de las posibilidades del otro, a través de un serio diagnóstico de todas y cada una de sus dimensiones.

Se propone, pues, una terapia, en la que la responsabilidad de la misma es compartida. Cada uno tiene su papel y, por lo tanto, su responsabilidad correspondiente. La responsabilidad del terapeuta consistirá en la buena práctica psicológica, para realizar el diagnóstico, ofrecer el mayor número posible de herramientas al sujeto para su desarrollo en todas y cada una de sus dimensiones (física, psíquica, social y espiritual) y la realización de un buen acompañamiento del proceso terapéutico, respetuoso con el otro y comprometido con la búsqueda del significado en la vida. La responsabilidad de la persona en terapia, por otro lado, será la de aceptar su tarea en el proceso terapéutico, asumiendo el riesgo y sufrimiento que supone la toma de conciencia y los cambios, pero también la satisfacción del mérito que acompaña el conseguir los objetivos propuestos y el “bienestar” (que no es lo mismo que “bienestar”) que supone tener un sentido para vivir.

El encuentro logoterapéutico, el encuentro existencial, es en cada ocasión un encuentro único que responde a la ecuación $X + Y = Z$, por eso, entre otras razones, en la pregunta “trampa” del comienzo cuestionaba la palabra “objeto”. Los objetos son susceptibles de categorizaciones, organizaciones por conjuntos... Las personas no pueden ser tratadas como objetos porque, aunque se puedan llegar a establecer categorizaciones de conjuntos de síntomas, en realidad, nunca hay dos personas iguales.

Por otro lado, el encuentro existencial, es un encuentro entre dos personas, de forma horizontal. En la que ambas extraen un aprendizaje, una experiencia del mismo. En el encuentro existencial no puede darse una relación aséptica como la que se puede realizar estudiando objetos en un laboratorio. Es una relación comprometida. En la que ambos están abiertos al encuentro. Eso no quiere decir que no se tenga clara la razón que nos ha llevado a realizar el encuentro, o se equivoquen los roles. Nada más lejos que todo eso. El marco de referencia siempre tiene que quedar claro. Un marco de referencia formativo, no puede traspasar determinados límites que pertenecerían al ámbito terapéutico, ni se puede tolerar, en una buena práctica médica o psicológica, traspasar el marco de referencia terapéutico equivocando el encuentro “terapéutico” con un encuentro amistoso o incluso amoroso.

Cuando hablamos del compromiso y de estar abierto al encuentro, incidimos en la importancia del vínculo terapéutico. Vínculo existencial, que tiene que servir de impulso, para el crecimiento personal. Crecimiento, que si el vínculo está bien establecido, no es propiedad única del individuo en tratamiento, sino también del propio terapeuta. Es una relación de “ganar y ganar”. Obviamente realizar de forma profesional este tipo de vínculos, implica que el terapeuta se encuentre en un momento vital (física, psíquica, social y espiritual) equilibrado.

La logoterapia, por lo tanto, establece su foco de atención (que no de intervención) en la parte sana de las personas, no en la parte enferma o discapacitada. Eso no quiere decir que no se tenga en cuenta, o no se trate, sino que no es la protagonista de la relación terapéutica. Precisamente va a ser la parte que se mantiene intacta en el ser personal la que va a ser capaz de poner en marcha los recursos necesarios para superar o afrontar sus propias limitaciones o enfermedades; por ello, el foco lo vamos a poner ahí. “El hombre es libre frente a sus condicionamientos y responsable de las decisiones que toma con esa libertad. No elegir también es una elección”.

El objetivo del encuentro será primero, aumentar el foco, de modo que la persona tenga una perspectiva global de su situación lo más amplia posible. Hay que entender que no se trata de indicarle lo que nosotros pensamos o creemos, sino de ayudarle a que él lo defina a través del

diálogo. En segundo lugar, el objetivo será el de favorecer la toma de decisión responsable. No todas las alternativas posibles de decisión son igualmente significativas. Los valores son objetivos, por lo que hay que evitar el “todo vale”, que nos haría caer en el relativismo absoluto. Una vez más, será el diálogo el que esclarezca la escala personal de valores. No se trata, de ningún modo, de instaurar en el otro la escala valorativa del terapeuta.

Por último, en estas reflexiones quiero incidir en que, en todo momento, en la base del encuentro existencial, estamos contando con la voluntad de sentido. Esta idea, aunque ya ha aparecido en lo referente al para qué de la existencia y a la dimensión espiritual. No quiero que pase muy desapercibida, ya que junto con el cambio de concepción del hombre (al incluir la dimensión espiritual), y el encuentro existencial, es uno de los elementos fundamentales que aporta la logoterapia.

El hombre moderno ha “creído” que se podía buscar la felicidad en el “desarrollo personal” y ha centrado sus fuerza en cambiar, mejorar, por y para sí mismo. Las personas, no sólo han descubierto que eso no conduce a la felicidad, sino que, además, lo que encuentran, en muchos casos, es el fracaso y la frustración existencial. Desde ese planteamiento hemos creado una sociedad individualista, consumista “de todo y de todos”, que ha agudizado las diferencias sociales.

La voluntad del hombre la tenemos que buscar en su necesidad de sentido y el sentido hay que buscarlo fuera de nosotros mismos. Hay que buscarlo en el mundo. El sentido no se prescribe, no se elige. El sentido, nos lo va a mostrar la vida continuamente; por un lado, el sentido del momento y, por otro, el sentido general de la existencia. Tenemos que saber escuchar y tener la valentía de responder. La recompensa será haberlo realizado. Recompensa del espíritu y para el espíritu, que nos valdrá para ir sumando momentos de felicidad, entendida ésta como momentos de plenitud humana.

Ana M^a OZCARIZ ARRAIZA es psicóloga – psicoterapeuta y Presidenta de la Asociación Española de Logoterapia.

Bibliografía

- Frankl, V.E. (1989). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V.E. (1994). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V.E. (1995). *La psicoterapia al alcance de todos*. Barcelona: Herder