

NOUS

Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial

Edita: Asociación Española de Logoterapia.
Chantada 2, 1-1. 28029 - Madrid.
ma_aeslo @ yahoo.es - www.logoterapia.net

Portada: Rosario Santaúrsula Tolosa
Logotipo: AESLO
Traducción/revisión de resúmenes: Daniel Montero Bustabad y Alejandro
Bueno Lantero

Imprime: Gráficas Martín y MA.PA., S.L.
C/ Olmo, 56 - 16220 Quintanar del Rey (Cuenca)
Tel. 967 495 201 - www.graficasmartin.es

Depósito Legal: CU25/2010
I.S.S.N:1575 488X

NOUS. Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial

Publicación anual

Directora: M.Ángeles Noblejas de la Flor

Consejo de redacción:

Ana M^a Ozcariz Arraiza

Antonio Porras Torres

Belén Jiménez Sierra

Javier Aranguren Aranguren

Consejo asesor:

- Acevedo, Gerónimo (Fundación Argentina de Logoterapia. Universidad del Salvador. Buenos Aires)

- Ascencio de García, Leticia (Sociedad Mexicana de Logoterapia y Análisis Existencial. México)

- Cañas, José Luis (Universidad Complutense, Madrid)

- De Barbieri, Alejandro (Instituto de Logoterapia del Uruguay. Montevideo)

- Díaz, Carlos (Universidad Complutense, Madrid)

- Fizzotti, Eugenio (Associazione di Logoterapia e Analisi Esistenziale Frankliana. Universidad Salesiana. Roma)

- Hadinger, Boglarka (Institut für Logotherapie und Existenzanalyse. Viena)

- Kroeff, Paulo (Universidad Federal de Rio Grande do Sul. Porto Alegre)

- Luna, Arturo (Instituto Colombiano de Logoterapia, Universidad Santo Tomas de Aquino. Santa Fe de Bogotá)

- Martínez, Efrén (Fundación Colectivo Aquí y Ahora. Santa Fe de Bogotá)

- Oro, Oscar Ricardo (Fundación Argentina de Logoterapia. Universidad "John F. Kennedy". Buenos Aires)

Secretaría y redacción:

M.Ángeles Noblejas. C/ Chantada 2, 1º1. 28029 Madrid.

ma_aeslo@yahoo.es

Tel./Fax.: 913234766

Web: www.logoterapia.net

Normas para los autores:

La redacción acepta manuscritos **inéditos** sobre temas relacionados con la **logoterapia de Viktor E. Frankl y el análisis existencial**, tanto en sus aspectos teóricos como aplicados.

Los manuscritos, en castellano, se deberán enviar en formato electrónico y no excederán los 40.000 caracteres. Se identificarán claramente al autor y autores, el gestor de la correspondencia y su dirección, y las titulaciones y lugares de trabajo de los autores.

La redacción someterá el manuscrito a la consideración de dos revisores anónimos. La respuesta de aceptación, sugerencias de correcciones o rechazo se dará en unos dos meses.

Los artículos se acompañarán de un resumen en castellano e inglés, así como de unas palabras clave (la general del thesaurus del artículo: Gutt-mann, D. y Zins, C. (2000). Subject Classification in Logotherapy: A Model for Information-System and Knowledge-Outline Development. *Logotherapy and Existential Analysis*, 1, (2), 91-116.)

Las referencias bibliográficas y la bibliografía seguirán las normas de la American Psychological Association. Un compendio de las normas se puede encontrar en:

http://owl.english.purdue.edu/handouts/print/research/r_apa.html

NOUS

Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial

Número 14

Otoño 2010

EDITORIAL	7
La trascendencia, base del cuidado personal y social	9
	Eugenio FIZZOTTI
Relación entre el sentido y la satisfacción en el cuidado de un enfermo de Alzheimer	21
	María FERNÁNDEZ-CAPO y Pilar GUAL GARCIA
Pedagogía del sentido de la vida en el ámbito educativo: estudio empírico con jóvenes salmantinos	33
	Ana RISCO LÁZARO y Antonio SÁNCHEZ CABACO
Relaciones entre el logro interior de sentido y la indecisión vocacional compleja en estudiantes preuniversitarios	47
	Blanca María GÓMEZ ARBEO
Abuso de alcohol y sentido de la vida en universitarios de Salamanca	61
	Fátima RUFO OVIEDO y José NAVARRO GÓNGORA
Logoterapia y Terapia de Aceptación y Compromiso: una aproximación comparativa	71
	Miguel Ángel CONESA FERRER
Alteridad y vínculos según Viktor Frankl, del alter ego al alter tu	89
	Pablo ETCHEBEHERE
Libros y noticias de interés	99

EDITORIAL

Nuestra vida está atravesada por el cuidado. Cuando nacemos estamos bajo el cuidado de otros, sin él no sobreviviríamos. Más tarde, toda nuestra vida reclama una reciprocidad en el cuidarnos y, sobre todo, un cuidar especialmente a aquel que más lo necesita.

Cuidarnos unos a otros es una llamada de la vida para que esta sea realmente humana.

Cuidar siempre tiene sentido, pero también hemos de profundizar en dicho sentido, actualizarlo día a día, para no caer en la rutina.

Hacer del cuidado un verdadero encuentro, un verdadero don, es el mayor de los sentidos. Una mirada, una sonrisa, una caricia... dota de calidez la relación humana. Esos pequeños cuidados nos hacen "más ser" a ambos (quien recibe el cuidado y quien lo da).

Por eso la importancia de las reflexiones y experiencias compartidas en las XIV Jornadas-Encuentro de la Asociación Española de Logoterapia, en las que hemos intentado abordar el cuidado desde la perspectiva de diferentes realidades, desde diferentes disciplinas y situaciones vitales.

Toda la labor de la AESLO va teniendo sus frutos y son muchos los trabajos y experiencias de gran calidad que se presentan en las Jornadas, por parte de sus socios y amigos, que van recogiendo múltiples aspectos de la vida humana. De ello todos nos tenemos que felicitar.

Este número de la revista *Nous* recoge varios de los trabajos presentados en las Jornadas anuales de AESLO, así como otros del Congreso Iberoamericano de Logoterapia, celebrado en Montevideo, Uruguay, el pasado mes de noviembre, en el que también participamos (dentro de la Asociación Iberoamericana de Logoterapia)

como organizadores y ponentes. Igualmente se incluye algún artículo más, propuesto y aceptado, con anterioridad para su publicación.

Nous está siendo un referente en los ámbitos de habla hispana para la publicación de trabajos en el área de la logoterapia y el análisis existencial. Celebramos esta vía de posibilidades y realidades de carácter sociocultural.

LA TRASCENDENCIA, BASE DEL CUIDADO PERSONAL Y SOCIAL

Eugenio FIZZOTTI

Resumen

A pesar de los avances tecnológicos, se advierte una sensación de vacío existencial en un hombre cada vez más masificado y solo. Frankl sostiene que el cuidado personal y social requiere la identificación y aclaración de motivaciones antropológicas radicadas en situaciones existenciales y ancladas en la búsqueda de sentido de la vida.

Partiendo del desarraigo del hombre de su mundo, ligado a una visión cientifista de éste, se propone una visión no sólo de índole psicofísico-orgánica sino también espiritual-personal que se aborda desde la intencionalidad humana y que nos lleva a visiones de vida de llamamiento o misión.

Un paso más allá nos lleva a la religiosidad, analizando las últimas obras de Frankl en relación a este aspecto vital que mantuvo en total discreción en sus obras anteriores. Por último se recoge un testimonio de la vida de Frankl que muestra su apertura y profundidad vital en este sentido.

Abstract

Transcendence, basis of personal and social care

Despite technological advances, we found an existential emptiness in a man increasingly crowded and lonely. Frankl argues that the social and personal care requires the identification and clarification of anthropological concerns based on existential situations and anchored in the search for meaning in life.

Based on the uprooting of man from his world, linked to a reductionist pseudo-scientific view of him, a vision is proposed not only of psycho-physical-organic nature but also spiritual-personal, which is approached from human intentionality and leads to visions of life marked by appeal or mission.

A step further brings us to religion, analyzing the latest work of Frankl in relation to this vital aspect, that he kept discreetly in his earlier works. Finally, we include testimony of Frankl's life which shows his deep vital involvement and opening in this regard.

Palabras clave: Sentido de la vida. Transcendencia. Religiosidad.

Key words: Meaning in life. Transcendence. Religiosity.

Introducción

Una lectura desapasionada de la condición humana hace emerger con extrema claridad que, no obstante los avances desde el punto de vista tecnológico, se avanza cada vez más a tientas en la oscuridad existencial, se advierte una sensación de vacío y se pierde de vista el sentido de la propia, original e irreplicable existencia. Cada vez más masificado pero cada vez más solo, cada vez más científicado pero cada vez más inseguro, cada vez más ateo y secularizado pero cada vez más vacío interiormente, el hombre de nuestros días está cultivando la desconfianza intrínseca en sí mismo.

Por lo tanto, para que el hombre recupere terreno y recobre la confianza en sí mismo, es indispensable elaborar una visión antropológica que considere como fundamental la búsqueda de sentidos, de valores, de contenidos auténticos, que respondan a las exigencias de su más profunda dimensión existencial, o sea de su dimensión espiritual. Entonces, si por un lado la cuestión del sentido de la vida confiere radicalidad al ser humano, por el otro la renuncia a descubrir y a realizar un sentido personal puede desembocar y manifestarse en la experiencia neurótica. Es por esto que Frankl sostiene que el cuidado personal y social requiere la identificación y aclaración de motivaciones antropológicas radicadas en situaciones existenciales que se revelan ancladas en la búsqueda de sentido en los valores de la vida. En otras palabras, la esencia del cuidado personal y social está constituida ya sea por la lucha contra el vacío existencial como por el redescubrimiento de los valores considerados como significativos para la propia subsistencia (Frankl, 1984; Fizzotti y Gismondi, 1998).

El vacío existencial

Sabemos bien que para Frankl el vacío existencial se presenta a menudo como angustia ante la nada y se configura como la proyección de la vacuidad existencial que es, en todo caso, la expresión de la inconsistencia de la vida personal. El ser humano, carente de contenido interior, se cierra en sí mismo y vive la experiencia de la nada, en lo más íntimo de su ser, como angustia o como desesperación (Frankl, 1992, p. 204).

A la persona que se encuentra en una situación de vacío interior, a nivel humano le quedan dos posibilidades: huir hacia la existencia anónima e inauténtica (Heidegger, 1969) o caer en la desesperación que puede también manifestarse en la experiencia neurótica.

En relación con la primera posibilidad, Frankl pone de relieve el comportamiento de aquellos quienes “no saben en qué emplear tantas horas libres y, por supuesto, desconocen mucho más aún el modo de emprender algo por iniciativa propia. Recurren entonces, para aturdir su vacío interior, a la bebida, los chismes y el juego...” (Frankl, 2005, p. 66), tratando así de escapar “del vacío y desolación que siente en su interior. Y, con esta huida, se precipita en el ajetreo” (Frankl, 1992, p. 192). Se trata, por lo tanto, del hombre que se abandona a la evasión.

Con respecto a la segunda posibilidad, el vacío existencial puede constituir la premisa antropológica decisiva del naufragio en la experiencia neurótica, que representa la desesperación causada por el fracaso absoluto de todos los esfuerzos dirigidos a realizar valores con significado espiritual. En el fondo la neurosis noógena se reduce a la destrucción de la intencionalidad, o sea de la apertura a un horizonte de valores. Y la vida humana viene así a reducirse a la pura presencia, consumiéndose “en el puro presente sin historia” (Frankl, 2000, p. 62).

Reduccionismo científico

Como es sabido, la psicología ha hecho suya, en los primeros decenios del siglo pasado, la exigencia de una rigurosa científicidad que le ha consentido alinearse con las ciencias de la naturaleza. En consecuencia, la investigación se ha limitado a la datidad empírica aislada y concluida en sí y el proceso del saber científico no ha logrado percibir el fenómeno desde su inmediatez y origen, sino que lo ha privado de su cualidad fenomé-

nica, reduciéndolo a puro y simple objeto. En otras palabras, las categorías naturales han dado muestra de ser inadecuadas para clarificar y comprender el ser y la pluridimensionalidad de la realidad. Y la asunción del método de las ciencias naturales como instrumento de comprensión de la realidad humana ha conducido a la objetivación de la subjetividad y a la reducción del hombre a pura efectualidad biológica y psicológica.

Así delineada, la investigación psicológica ha postulado el organismo descomponible en elementos primordiales e irreducibles y ha desarraigado al hombre de su “mundo”, extrayéndolo de la situación en la cual está inmerso, negando su apertura y su autotranscenderse, percibiéndolo como una exterioridad petrificada, un “dato”, reduciendo su estructura fundamental, como afirma Heidegger, a la condición de una “cosa-simplemente-presente” (Heidegger, 1969, p. 269).

La persona, en cambio, “se explicita también a sí misma: se explicita, se despliega, se desarrolla, y lo hace en el transcurrir de la vida. Lo mismo que una alfombra, al desenrollarse, revela su motivo inconfundible, así también con el transcurrir de la vida, con su devenir, vamos viendo la esencia de la persona” (Frankl, 1992, p. 262). La verdadera y propia realidad del “ser-hombre” comienza sólo allí donde termina la posibilidad de fijarlo y determinarlo, de definirlo en forma unívoca y conclusiva. Esto quiere decir que el hombre, todavía antes de ser, decide lo que es, o sea declina en existencia. “Pertenece a la esencia del hombre es ser también abierto, “abierto al mundo” [...]. Porque ser hombre significa, por sí mismo, estar orientado hacia más allá de sí mismo. La esencia de la existencia humana se encuentra en su autotranscendencia, por así decirlo. Ser hombre significa estar, desde siempre, orientado y dirigido a algo o a alguien, estar dedicado a un trabajo al que se enfrenta un hombre, a otro ser humano al que ama, o a Dios a quien sirve. Esta autotranscendencia rompe el marco de todas las imágenes del hombre que conciben al hombre, en el sentido de un monadologismo, como un ser que no tiende hacia el sentido y los valores, más allá de sí mismo, y que de esta manera no se orienta al mundo, sino que está interesado exclusivamente por sí mismo en cuanto que sólo le interesa conservar o restaurar la homeostasis” (Frankl, 2000, p. 51).

Las enunciaciones expuestas ponen en evidencia la temática existencial sobre la cual Frankl funda su argumentación y consienten, además, delinear brevemente el objeto de la investigación psicológica que de ella

dimana. Se desea comprender y penetrar “la totalidad del hombre, la cual no es sólo de índole psicofísico-orgánica sino también espiritual-personal” (Frankl, 1992, p. 262), y se expresa esencialmente en el ser-en-el-mundo como trascendencia. De aquí deriva que la esencia del hombre llame al problema, sea de la existencia o de la trascendencia.

Pues bien, la única dirección significativa reconocida por la psicología naturalista es la de tender a alcanzar un equilibrio interior, que se obtiene adaptando el individuo a la “realidad” o a la “sociedad”. Solo que el ambiente al cual el hombre debe adaptarse resulta ser, en tal perspectiva, simplemente algo “dado”, una realidad preconstruida, preformada, concluida en sí, radicalmente extraña a la condición humana y por lo tanto carente de todo significado existencial. Y considerar el mundo como “dado” implica desconocer al hombre como aquel quien forma la realidad y por consiguiente anular el carácter de unicidad y de singularidad de la existencia humana.

Intencionalidad humana

En cambio, analizando el hombre en su más verdadera originalidad, se observa que “su realidad es siempre una posibilidad y su ser un poder. El hombre no se agota nunca en su facticidad. Ser hombre, podríamos decir, no consiste en los hechos sino en las posibilidades” (Frankl, 2000, p. 129). Y la misma sociedad “se revela, así, como algo “exigido”, y no simplemente como afectivamente “dado”, como el “estado” de sociabilidad del hombre” (Frankl, 2000, p. 123), como un lugar donde las posibilidades son únicas e irrepetibles, por lo que “el sentido de la existencia personal en cuanto personal, el sentido de la persona humana en cuanto personalidad, apunta más allá de sus propios límites, apunta hacia la comunidad; en su orientación hacia la comunidad trasciende de sí mismo el sentido del individuo” (Frankl, 2000, p. 123).

En tal cuadro cultural Frankl introduce expresamente la noción de intencionalidad, con el fin de definir la estructura fundamental del ser del hombre en cuanto existente. Esto significa que la radical intencionalidad está constituida por la tensión originaria que caracteriza al ser humano.

En perspectiva intencional, la existencia humana es vista como un continuo de superación, de apertura al ser. La existencia, al referirse a otros, resulta ser trascendencia y, en este sentido, Frankl afirma que “la

esencia de la existencia humana se encuentra en su autotranscendencia” (Frankl, 2000, p. 51). En otras palabras, el ser humano se descubre inmerso en la radical finitud, pero a la vez advierte la inclinación a trascender el límite que lo determina. En tal modo, la exigencia de la trascendencia se vive como insatisfacción, inquietud y, por ende, como llamada insistente a convertirse en eso que todavía no se es.

Si la existencia se explica como encuentro entre la determinación finita de la situación y la originaria infinita apertura a la trascendencia, la búsqueda del sentido profundo de la propia existencia resulta, y es efectivamente, el dinamismo primario. Así que preguntarse si la vida tiene sentido y cuál es ese sentido no debe considerarse, desde el punto de vista de Frankl, como algo morboso sino como la expresión del ser-hombre, de lo más humano que hay en el hombre.

“Lo importante [...] es [...] que el hombre sienta y viva su responsabilidad en cuanto al cumplimiento de todas y cada una de sus misiones, tal como en cada caso se le plantee; cuanto mejor comprenda el carácter de misión que la vida tiene, tanto mayor sentido tendrá su vida para él” (Frankl, 2000, p. 102).

La consciencia de la propia responsabilidad de responder al llamamiento que hace la vida, algunos la viven en una doble dimensión: de quién proviene la misión y en qué está fundada. “Viven la misión como un mandato. La vida trasluce la existencia de un mandante trascendente [un Alguien que nos manda]. Constituye éste, a nuestro modo de ver, uno de los rasgos esenciales del *homo religiosus*: un hombre en cuya conciencia y responsabilidad se da junto a la misión el que se la impone” (Frankl, 2000, p. 102). Para ellos la vida se vuelve transparente, haciendo traslucir aquella que Frankl llama la “revolución copernicana”: “*es la vida misma la que plantea cuestiones al hombre. Éste no tiene que interrogarla*: es a él, por el contrario, a quien la vida interroga: y él *quien tiene que responder a la vida, hacerse responsable*. Las respuestas que el hombre dé a estas preguntas deberán ser siempre respuestas concretas a preguntas concretas. En la responsabilidad de la Existencia tenemos su respuesta; es en la existencia misma donde el hombre “responde” a sus cuestiones” (Frankl, 2000, p. 104).

Transcendencia

Nos encontramos aquí en el punto de unión entre la llamada a un sentido y la fe del hombre. Como refiere Frankl expresamente, “en ese caso lo ve precisamente con los ojos de Albert Einstein, para quien preguntarse por el sentido significa ya tener religión. Quisiera añadir aquí que también Paul Tillich piensa de modo análogo, como lo prueba al ofrecernos la siguiente definición: “Ser religioso significa preguntarse apasionadamente por el sentido de nuestra existencia” (Frankl, 1985, pp. 94-95).

No es de sorprenderse, entonces, si Frankl habla del “Dios inconsciente”, en el sentido que “existe una espiritualidad inconsciente, una moralidad inconsciente y una fe inconsciente” (Frankl, 2005, p. 95). Y la religiosidad inconsciente “no pertenece [...] a la esfera del inconsciente impulsivo, sino a la del inconsciente espiritual. Yo no tiendo a Dios, sino que cada vez es necesario que me decida en pro o en contra de Él. No existe el instinto religioso, por lo menos no en el sentido que se pueda hablar “como de un instinto de agresión”, y no existe siquiera –hacia el interior de la esfera de la espiritualidad inconsciente– el instinto moral, en el sentido en que existe un instinto sexual, por no hablar de la fe inconsciente. Mi conciencia no me induce: sucede más bien que cada vez me tengo que decidir delante a mi conciencia” (Frankl, 2005, p. 96).

Aquí se aclara para Frankl la diferencia entre el hombre religioso y el hombre no-religioso: el primero se pone a nivel de trascendencia, ve su existencia como un llamado y un don y siente la responsabilidad de responder a una instancia que no es él mismo. En cambio, “el hombre irreligioso es, por consiguiente, aquel que acepta su conciencia en la facticidad psicológica de ésta, el que ante este hecho prácticamente se detiene en lo mero inmanente, se para, por decirlo así, antes de tiempo. En efecto, considera la conciencia como una cosa última, como la última instancia ante la cual ha de sentirse responsable. [...] Es como si hubiera llegado a una cumbre inmediatamente inferior a la más alta. ¿Por qué no sigue adelante? Porque no quiere dejar de seguir teniendo “tierra firme bajo sus pies”; porque la verdadera cima se esconde a su vista, se halla oculta por la niebla, y en esta niebla, en esto desconocido, nuestro hombre no se atreve a internarse. A ello sólo se atreve precisamente el hombre religioso” (Frankl, 2005, pp. 61-62). Riesgo que constituye un acto de confianza radical en el sentido y en el sobre-sentido, más allá de las pequeñeces del confesionario y de las miopías religiosas que quisieran ver en Dios a un seductor y un acaparador de almas.

La existencia humana se presenta, entonces, como la respuesta a una “llamada” que la vida hace de continuo y la realidad se configura como un conjunto de indicaciones que deben ser redescubiertas, como un complejo de valores que exigen convertirse en “vocación”. Y la vida se revela, en su sentido más profundo, como disponibilidad a acoger y a realizar las tareas que emergen en cada situación.

En este sentido la existencia personal asume valor sólo si está “con-sagrada” y, por lo tanto, entregada a una realidad que la trasciende. En concreto, gracias a la intencionalidad vivida hacia el valor, entendido como una tarea a realizar, el hombre “alcanza ya un nivel de valor, que le salva; al ser capaz de elevarse sobre sí mismo, entra en una zona espiritual y se confirma como ciudadano de un mundo espiritual cuyos valores quedan adheridos a él” (Frankl, 2000, p. 100).

Es por esto que Frankl recalca que “en tanto que existo, existo de cara a un sentido y a unos valores; en tanto que existo de cara a un sentido y a unos valores, existo de cara a algo que me rebasa necesariamente en valor, que es de un rango esencialmente superior a mi propio ser: yo existo de cara a algo que no puede ser algo, sino que tiene que ser un alguien, una persona o – por exceder totalmente de mi persona – una superpersona. Es decir: en tanto que existo, existo de cara a Dios” (Frankl, 2003, pp. 286-287).

Religiosidad

Llegados a este punto es oportuno recordar que el vasto y múltiple panorama de la producción científica de Víctor E. Frankl se ha enriquecido con la publicación del volumen *Búsqueda de Dios y sentido de la vida*, que reviste un interés particular ya sea por el estilo literario que por la temática que enfrenta. Nació, de hecho, de un intenso y prolongado diálogo que en agosto de 1984, en su casa de Viena, el psiquiatra tuvo con el filósofo de la religión Pinchas Lapide, también él judío (Frankl y Lapide, 2005).

Esta obra se distingue de las otras publicaciones de Frankl por el carácter coloquial y porque su enfoque temático presenta muchas novedades que nunca antes había expresado en una forma así tan sincera. Esto puede depender de la modalidad elegida, que ofrece la posibilidad de cerciorarse de la validez de los pensamientos declarados acerca de la expe-

riencia religiosa, de profundizarlos y desarrollarlos durante el debate y eventualmente confrontarlos en un contexto de respeto auténtico.

Quien tiene familiaridad con las obras de Frankl bien sabe que a menudo ha afrontado cuestiones de naturaleza religiosa pero que las ha discutido con extrema cautela y reserva y siempre bajo el signo de la fórmula pragmática según la cual, en el ámbito de la logoterapia y el análisis existencial, “la religión sólo puede ser un objeto, no una posición” (Frankl, 1984, p. 109). Contemporáneamente, su modelo psicológico reconoce la autenticidad de la religiosidad y de la fe del hombre y se opone a la presunción de querer explicarse solo y exclusivamente desde el punto de vista psicológico.

A título privado durante el curso de la conversación muy amistosa con Pinchas Lapidé, Frankl expone en manera extraordinariamente abierta sus opiniones personales sobre la fe. Era consabido – o por lo menos se suponía – que era creyente, que frente a las desgraciadas vividas (la más grave de las cuales fue estar internado durante tres años en los campos de concentración de Theresienstadt, Auschwitz, Kaufering y Türkheim) no estaba dispuesto a renunciar a su propia fe religiosa y que en la vida se reunió muchas veces con los representantes de numerosos credos religiosos.

Sin embargo, algunos pasajes del libro son notables, porque rara vez Frankl ha expresado en forma así exhaustiva su concepción religiosa. Es por esto que es necesario poner el acento sobre el carácter relativamente íntimo del diálogo aquí publicado. Algunas veces, cuando describe la relación personal con las raíces de su fe, Frankl no habla sólo como psiquiatra y neurólogo y ni siquiera en nombre de la logoterapia en general, sino que se pone como persona privada frente a la pregunta religiosa sobre el sentido de la totalidad del mundo.

La obra, por primera vez, muestra una mirada profunda y amplia sobre la fe personal de Frankl y hay que leerla y comprenderla como testimonio personal de la profunda amistad entre los dos dialogantes que, a pesar de y no gracias a la respectiva historia profesional y académica, discuten abiertamente, entre otras cosas, de cuestiones límite entre religión y psicología, dando a luz un panorama extraordinario, hasta ahora insospechado.

Un nuevo documento, todavía más precioso, abre unos claros extraordinarios sobre el comportamiento religioso de Frankl. Se trata de una carta encontrada en el archivo de su casa en Viena, fechada 15 octubre de 1946 y enviada al Párroco de Kahlenbergerdorf, en el distrito XIX de esta ciudad. Escribía así:

“¡Reverendo! Cuando yo era el jefe de la unidad neurológica del hospital judío de Rothschild murió una joven de dieciséis años proveniente de Slesia e internada en Viena a causa de un tumor cerebral imposible de operar. La joven era católica y en ese tiempo a ningún párroco del interior de la ciudad de Viena le estaba permitido, a excepción del propio párroco, proceder a dar sepultura. De este modo, los restos de mi paciente – estábamos en octubre de 1941 – fueron bendecidos en la iglesia de Kahlenbergerdorf y enterrados en el cementerio local. Yo mismo, junto con mi esposa (que después murió en el campo de concentración de Bergen Belsen) que entonces era enfermera en la misma unidad donde la joven estaba internada y que había entablado con ella una bella amistad, tomé parte, junto a unos pocos parientes, en la celebración del funeral y en el entierro [agrega con bolígrafo: aún siendo de religión judía].

Hace pocos días he buscado la tumba de la joven y he podido verificar que no hay ninguna señal de reconocimiento. Ya que tengo buenos motivos para creer que todos los parientes de mi paciente – que eran judíos – han desaparecido, por lo que no hay nadie más que cuide de la tumba, me siento interiormente incitado a hacerme cargo. En este sentido me permito, reverendo Padre, pedirle que celebre una Misa en sufragio de la joven: a tal fin le envío una contribución de 10 chelines con la esperanza de que sean suficientes. Además, le estaría muy agradecido si usted lograra conseguir el nombre de la joven en la lista de los difuntos y que me diera el número de la tumba, de manera que yo pueda proveer a colocarle una simple cruz de madera con la indicación del nombre de la joven allí sepultada y ser yo quien vaya a visitarla con frecuencia. Con la esperanza de no haberlo molestado demasiado, un atento saludo. Suyo Viktor E. Frankl [agrega con bolígrafo: adjunto 10 chelines]”.

La señora Elly Frankl, viuda del psiquiatra vienés, es testigo de que, en efecto, esto se llevó a cabo y muchas veces acompañó a su marido a la tumba de la joven confirmando así la fe personal de Frankl y su extraordinaria apertura a la experiencia religiosa con el debido respeto hacia cada uno de los credos. Al mismo tiempo sorprende positivamente pensar que, mientras todavía estaban vivas las huellas de la tragedia de la deportación

de la cual había sido víctima junto con su familia (completamente aniquilada) Frankl se preocupara de pedir a un párroco que celebrara una Misa de sufragio por una joven fallecida años antes y se ofrecía a cuidar la tumba, colocándole también una simple cruz de madera.

Solo una personalidad interiormente libre, capaz de reconocer el valor inagotable de la persona y de su incontestable dignidad, está en grado de ir más allá de cualquier barrera y de cualquier prejuicio y, al mismo tiempo, comprender que ciencia y fe son de hecho caminos diferentes, pero ambos al interno de la misma búsqueda. Y es interesante, una vez llegados a este punto, reproducir un fragmento del diálogo tomado del libro antes indicado *Búsqueda de Dios y sentido de la vida*, expresión ulterior de apertura a la fe y a la humanidad. Dice Lapide: “Mire, el Dios en quien yo creo es un Dios de la libertad [...]. Siendo esto así, preguntas como ¿por qué tolera Dios esto, por qué permite esto o lo otro? son antropomorfismos no menores que los de toda la teodicea. En el fondo, Dios sería así el supremo gendarme del cielo que puede tolerar y prohibir, permitir y aprobar. Considero que estas imágenes de Dios, propias más bien de la infancia de la humanidad, han muerto en Auschwitz, y no sé si he de guardar luto por ello. El Dios que ciertamente ha muerto en Auschwitz es el bondadoso abuelo de larga barba blanca. Dios, como viejo notario que anota diariamente las buenas y las malas acciones de un hombre, ha sido incinerado en Auschwitz” (Frankl y Lapide, 2005, p. 85). Y Frankl, también él recordando los años transcurridos en los campos de concentración, los amigos y los colegas que allí perdieron la vida y los carceleros que los hirieron, afirma: “A los hombres hay que saber perdonarlos. Sólo odiaban el sistema, que a unos los llevaba a la culpa y a otros a la muerte. ¿Y no es mejor no excederse en llevar a otros a los tribunales? Por tanto, queremos no sólo recordar a los muertos, sino también perdonar a los vivos. De ese modo tendemos la mano a los muertos más allá de todas las tumbas, más allá de todo odio. Y cuando decimos: honor a los muertos, queremos añadir: y paz a todos los vivos de buena voluntad” (Frankl y Lapide, 2005, p. 88).

Eugenio FIZZOTTI es doctor en filosofía, discípulo directo de Frankl y fundador de la Asociación de Logoterapia y Análisis Existencial Frankliana (ALAEF) y premio Viktor Frankl de la Ciudad de Viena; trabaja como profesor de Universidad.

Referencias

Fizzotti E. y Gismondi A. (1998). *Giovani, vuoto esistenziale e ricerca di senso. La sfida della logoterapia*. Roma: Las.

Frankl V.E. (1984). *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.

Frankl V.E. (1985). *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión*. Barcelona: Herder.

Frankl V.E. (1992). *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y al análisis existencial*. Barcelona: Herder.

Frankl V.E. (2000). *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia*. México DC: Fondo de Cultura Económica.

Frankl V.E. (2003). *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.

Frankl V.E. (2005). *Alla ricerca di un significato della vita*, a cura di E. Fizzotti. Milano: Mursia (4ª ed.)

Frankl V.E. e Lapide P. (2005). *Búsqueda de Dios y sentido de la vida. Diálogo entre un teólogo y un psicólogo*. Barcelona: Herder.

Heidegger M. (1969). *Essere e tempo*. Torino: UTET.

RELACIÓN ENTRE EL SENTIDO Y LA SATISFACCIÓN EN EL CUIDADO DE UN ENFERMO DE ALZHEIMER

María FERNÁNDEZ-CAPO y Pilar GUAL GARCÍA

Resumen

Cada vez son más los estudios que empiezan a mostrar también interés por los aspectos positivos que pueden existir en la experiencia de cuidar un familiar enfermo de Alzheimer (Farran *et al.*, 1991; Cartwright *et al.*, 1994; Pushkar *et al.*, 1995; Lagner, 1995; Noonan y Tennstedt, 1997; Kramer, 1997; Hunt, 2003; Sabir *et al.*, 2003; Boerner *et al.*, 2004, Fernández-Capo y Gual, 2005; Andrén y Elmstahl, 2005). La satisfacción del cuidado se ha relacionado con distintas variables (edad, sexo, relación previa, personalidad, duración del cuidado, etc.). En nuestro trabajo, se ha querido estudiar la relación entre la variable **sentido del cuidado** y el grado de satisfacción del cuidado. Las personas participantes en este estudio fueron 80 cuidadores familiares de enfermos de Alzheimer. Para la evaluación del sentido la versión española de la escala *Finding Meaning Through Caregiving Scale* (Farran *et al.*, 1999). La evaluación de la variable satisfacción del cuidado se realizó a través de una pregunta cerrada y una pregunta abierta incluidas en el cuestionario de diseño propio de recogida de información.

El 67.5% de las personas afirmaron encontrar un sentido al cuidado que realizaban y el 45.6% de la muestra refirió mostrarse satisfecho o muy satisfecho (24.1%) con el cuidado dispensado al paciente. En cuanto al objetivo de nuestro estudio, se obtuvo que aquellos cuidadores que contestaron no encontrar un sentido al cuidado, señalaron estar significativamente más insatisfechos que aquéllos que afirmaron encontrar un sentido (p -valor=0.01). También, se halló una relación significativa de la satisfacción con las escalas Sentido Provisional (p -valor = 0.00) y Sentido Total (p -valor = 0.00).

Se puede afirmar que el sentido del cuidado aumenta el grado de satisfacción de los cuidadores. Tener en cuenta la variable sentido del cui-

dado en futuras intervenciones puede ayudar a realzar los aspectos positivos que también pueden existir en el cuidado prolongado de un enfermo de Alzheimer.

Abstract

Relationship between the meaning and satisfaction in the care of an Alzheimer's patient

There is an increasing trend in the number of studies that are showing interest in the positive aspects that can coexist throughout the experience of taking care of a relative with Alzheimer (Farran et al., 1991; Cartwright et al., 1994; Pushkar et al., 1995; Lagner, 1995; Noonan and Tennstedt, 1997; Kramer, 1997; Hunt, 2003; Sabir et al., 2003; Boerner et al., 2004, Fernández-Capo and Gual, 2005; Andrén and Elmstahl, 2005). Care satisfaction has been linked to different variables (age, gender, previous relationship, personality, length of care, etc.). Our work has intended to study the relationship between the variable meaning in care and the degree of care satisfaction. The persons participating in this study were 80 family caregivers of Alzheimer's patients. For the assessment of meaning, the Spanish version of "Finding Meaning Through Caregiving Scale" (Farran et al., 1999) was used. Care satisfaction was assessed by a closed question and an open-ended question.

The 67.5% of the respondents stated to find meaning in caregiving and the 45.6% of the sample referred to be satisfied or very satisfied (24.1%) with the care given to the patient. With regard to the objective of our study, it came across that those caregivers who answered not to find meaning in caring, noted to be significantly more unsatisfied than those who claimed to find meaning (p -value = 0.01). Also, we found a significant relationship between satisfaction and Provisional Meaning subscale (p -value = 0.00) and Total Meaning subscale (p -value = 0.00).

Results suggest that meaning in care-giving increases the degree of satisfaction of caregivers. Taking into account this variable in future interventions can help to enhance the positive aspects that might also exist in any Alzheimer's patient long-term care.

Palabras clave: sentido, cuidado, Alzheimer

Key words: meaning; care giving, Alzheimer

Introducción

Dentro del envejecimiento, toma un especial protagonismo la **Enfermedad de Alzheimer** (EA). Debido a las características clínicas de esta enfermedad y a su alta prevalencia, nos encontramos con la realidad de que muchos de los enfermos afectados por esta demencia son cuidados en el entorno familiar. Ello se suele traducir en un **impacto** negativo para estas familias y muy concretamente para el llamado **cuidador principal**, por ser esta figura quien asume la responsabilidad esencial del cuidado de su familiar enfermo. Dichos cuidadores son, como se les ha venido llamando, las “segundas víctimas” del Alzheimer (Perlado, 1995) al estar sometidos a una fuerte **sobrecarga**. Sin embargo, aunque la literatura publicada sobre la experiencia de cuidar a un enfermo de Alzheimer se ha centrado básicamente en analizar y explicar los aspectos negativos del cuidado, cada vez son más los estudios que empiezan a mostrar también interés por los aspectos positivos que pueden coexistir en la misma experiencia (Farran *et al.*, 1991; Cartwright *et al.*, 1994; Pushkar *et al.*, 1995; Lagner, 1995; Noonan y Tennstedt, 1997; Kramer, 1997; Hunt, 2003; Sabir *et al.*, 2003; Boerner *et al.*, 2004, Fernández-Capo y Gual, 2005; Andrén y Elmstahl, 2005). Sea como fuere, lo que sí parece cierto es que los estudios basados en el constructo de la sobrecarga del cuidador no explican o describen de un modo completo la realidad del cuidado prolongado de un enfermo de Alzheimer.

Los aspectos positivos se han relacionado con conceptos como bienestar, satisfacción, gratificación etc. Es quizá esta inespecificidad del término lo que ha llevado a los investigadores a poner más énfasis en los aspectos negativos del cuidado. El término más comúnmente utilizado para describir las percepciones positivas de la experiencia del cuidado ha sido “satisfacción” (Kramer, 1997). ¿Por qué es importante investigar los aspectos positivos del cuidado? En los últimos años hay una mayor tendencia a realizar estudios con planteamientos más holísticos sobre la tarea de cuidar, incluyendo los aspectos positivos del cuidado para averiguar de qué manera se relacionan con la sobrecarga. En su estudio de revisión, Kramer (1997) sostiene que la gente experimenta tanto emociones negativas como positivas a la hora de cuidar y que la falta de atención a las dimensiones positivas del cuidado sesga la percepción de la experiencia del cuidado por parte de los investigadores, limitando la existencia de una teoría completa sobre la adaptación del cuidador. Además, parece ser que este aspecto del cuidado lo plantean a menudo muchos cuidadores y es

algo de lo que parece que ellos quieran hablar. En el estudio de Farran *et al.* (1991), el 90% de los cuidadores refirieron algún aspecto positivo del cuidado. A su vez, Cohen *et al.* (2002) entrevistaron a 299 cuidadores, de los cuales, el 73% pudo identificar al menos un aspecto positivo del cuidado. Señala Kramer (1997) que cuidar puede incrementar en el cuidador la capacidad de afrontar los retos, sentirse más útil y conseguir más acercamiento en las relaciones, llenas de sentido, calidez y placer. Considerar los aspectos positivos del cuidado también puede ayudar a los profesionales de la salud a trabajar más efectivamente con la familia del enfermo, ayudando a los cuidadores a descubrir los aspectos positivos e identificar aquellos cuidadores menos necesitados de intervención. Finalmente, poner atención a los aspectos positivos del cuidado puede ayudar a reconocer la capacidad que hay en cada uno de nosotros de crecer como personas.

Al revisar la literatura, se observa que la satisfacción del cuidado se ha relacionado con distintas variables. En 1997, Beach investigó el impacto positivo que puede tener una situación de cuidado relacionado con la edad. Entrevistó a 20 adolescentes de edades comprendidas entre los 14 y 18 años y que eran hijos, nietos o sobrinos de un familiar enfermo de Alzheimer, cuidado por un familiar muy próximo. Los sujetos contestaron a través de preguntas semi-estructuradas sobre cuestiones relacionadas con la satisfacción del cuidado. Entre las respuestas obtenidas destacaron 4 categorías de aspectos positivos: compartir más tiempo con la familia, crecer en empatía hacia las personas mayores, una mejora en la relación entre el adolescente y su madre y, finalmente, mejor selección del tipo de amistades de los adolescentes.

En cuanto a la relación de parentesco, en 1998, Rose-Rego *et al.*, estudiaron posibles diferencias en el bienestar psicológico del cuidador en una muestra de 99 esposos, hallando peores índices de salud emocional y física y menor grado de satisfacción en las esposas cuidadoras con respecto a los maridos cuidadores. Este hecho podría deberse a que los hombres, tal como reflejó Zarit *et al.* en 1986, tienden a informar de menor sobrecarga que las mujeres, ya sean esposas o hijas.

Reinardy *et al.* (1999), al estudiar los aspectos positivos y negativos del cuidado, destacaron entre los primeros: más acercamiento entre cuidador y paciente, más afecto, posibilidad de pasar más tiempo juntos, sentimiento de mayor utilidad por parte del cuidador y mejora de la relación.

Por otro lado, Diener *et al.* (1999) afirman que la personalidad es uno de los predictores de bienestar subjetivo más fuerte y consistente.

Tornatore y Grant (2004) evaluaron la satisfacción en 285 cuidadores familiares y hallaron que cuanto más tiempo de cuidado había transcurrido y cuanto más grandes eran las expectativas del cuidador respecto a su tarea, más satisfacción obtenían los cuidadores.

Otra de las variables que se ha estudiado en relación a la satisfacción ha sido la capacidad de hallar un sentido al cuidado (Pillemer y Sui-tor, 1996; Noonan y Tennstedt, 1997; Hooker *et al.*, 1998; Corbeil *et al.*, 1999; Andrén y Elmstahl, 2005; Quinn *et al.*, 2010). Uno de los primeros estudios que encontramos sobre el sentido en población de cuidadores es el de Montenko, quien en 1989 investigó sobre las posibles gratificaciones y frustraciones de los cuidadores. Preguntó a 50 cuidadoras esposas de enfermos con demencia cuál era la razón principal por la que cuidaban a su marido en casa. Debían escoger entre los tres motivos que, según el autor, la literatura identifica como más importantes relacionados con el sentido: cuidar por sentimiento de reciprocidad, por responsabilidad o por amor. Halló que aquellas esposas que cuidaban por reciprocidad o amor mostraron sentirse más satisfechas que las que afirmaron cuidar por un sentimiento de responsabilidad.

En 1991, Farran *et al.*, entrevistaron a 94 cuidadores de enfermos de Alzheimer en relación a los aspectos más difíciles y más gratificantes del cuidado. Observaron que los cuidadores expresaban temas de tipo existencial a medida que relataban su experiencia. Estos temas se concretaron en seis: sentimientos de pérdida, sentimientos de impotencia en relación al cuidado, tener que tomar decisiones personales sobre la propia vida y el cuidado del enfermo, valoración de los aspectos positivos de la experiencia y búsqueda de sentido provisional y último.

Noonan y Tennstedt (1997) estudiaron la relación del sentido con el bienestar psicológico en 131 cuidadores de ancianos enfermos. Se deduce de sus resultados que, a pesar de las consecuencias negativas que pueden acompañar el cuidado de un anciano enfermo, también hay aspectos positivos que coexisten en la misma situación.

Recientemente, Quinn *et al.* (2010) han realizado una interesante revisión de la literatura previa sobre el impacto de las motivaciones y del

sentido en el bienestar de los cuidadores de enfermos de Alzheimer, constatando la importancia de encontrar un sentido al cuidado para mejorar el bienestar de los cuidadores.

En nuestro trabajo, se ha querido estudiar dicha relación entre la variable **sentido del cuidado** y el grado de satisfacción del cuidado. También se ha estudiado la relación entre la satisfacción del cuidado y variables relacionadas con el paciente y/o el cuidador principal.

Material y métodos

Las personas participantes en este estudio fueron 80 cuidadores familiares de enfermos de Alzheimer. El reclutamiento de cuidadores se llevó a cabo a partir de distintas instituciones médicas y asociaciones de familiares de enfermos de Alzheimer. Todos eran cuidadores principales que cumplían los siguientes criterios de inclusión: ser cuidador familiar de un paciente con Enfermedad de Alzheimer y haber tenido como mínimo en los últimos seis meses la responsabilidad principal del cuidado.

Los **cuidadores** de este estudio presentaban un rango de edad entre 36 y 87 años, con una media de 62 años. La proporción de cuidadores fueron el 71.3% mujeres y 28.7% hombres. La relación de parentesco con el paciente fue sobre todo de cónyuges (53.3%) e hijos (41.3%) y un 5.3% representado por otros familiares.

Todos los cuidadores tuvieron que rellenar un cuestionario de 60 ítems de diseño propio, que recogía información sobre variables sociodemográficas relacionadas con el paciente y variables relacionadas con el cuidador (variables sociodemográficas, tiempo de cuidado, relación de parentesco con el paciente, calidad de la relación previa, apoyo social, etc.). La evaluación de la variable satisfacción del cuidado se realizó a través de una pregunta cerrada y una pregunta abierta incluídas en el cuestionario de diseño propio.

Para la evaluación del sentido se utilizó la **Escala de Sentido del Cuidado (ESC)** (Fernández Capo et al., 2006), que corresponde a la versión española de la escala *Finding Meaning Through Caregiving Scale* (Farran et al., 1999). Evalúa el sentido del cuidado en cuidadores familiares de enfermos de Alzheimer. Consta de 43 ítems repartidos en tres

subescalas. La subescala Pérdida e Indefensión está formada por 19 ítems que reflejan sentimientos de pérdida con respecto al familiar enfermo, frente a uno mismo y sentimientos de indefensión y falta de control ante la situación. Las puntuaciones de esta subescala van de 19 a 95 puntos. La subescala Sentido Provisional (SP) consta de 17 ítems que pretenden explorar cómo los cuidadores encuentran sentido a su día a día a través del cuidado. Refleja los valores del cuidador en relación a los aspectos positivos sobre la vida y el cuidado, las decisiones personales tomadas y el modo en que los cuidadores encuentran pequeñas satisfacciones en su situación actual. Esta subescala también puntúa de 17 a 85. La subescala Sentido Último (SU) consta de 7 ítems que incluyen aspectos relacionados con aspectos religiosos o espirituales de la persona. Puntúa de 7 a 35.

La escala es autoadministrada y consta de una escala de Likert de 5 puntos (1= Totalmente en desacuerdo a 5= Totalmente de acuerdo). Completarla requiere de 10 a 15 minutos. El instrumento no tiene puntos de corte y la puntuación total de la escala (Sentido Total) (ST) puede ir de 43 a 215 puntos.

También se incluyó una pregunta cerrada sobre el sentido en el cuestionario que rellenaban los cuidadores (“¿Considera que ha encontrado un sentido al cuidado diario que proporciona al paciente?”).

Todos los datos fueron codificados y procesados por ordenador mediante el paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 11.5. Se realizó el análisis inferencial en función de los objetivos planteados. En todos los tests estadísticos usamos un nivel de significación de $\alpha = 0.05$ y por tanto, p-valores < 0.05 indicaban tests estadísticamente significativos.

Resultados

En relación a la satisfacción del cuidado, a partir de la pregunta cerrada “*Poder atender a diario al paciente le hace sentir*” (opción de respuesta: muy satisfecho, satisfecho, algo satisfecho, insatisfecho, muy insatisfecho), se obtuvo que el 45.6% de la muestra refirió mostrarse satisfecho o muy satisfecho (24.1%) con el cuidado dispensado al paciente. A través de la pregunta abierta “*¿Qué aspectos positivos destacaría del cuidado diario al paciente?*” se obtuvieron respuestas relacionadas con sentirse más útil, satisfacción por el deber cumplido, crecimiento personal,

complicidad, la posibilidad de devolver el cariño recibido, tranquilidad, sentimiento de bienestar y satisfacción personal en general. No obstante, el 11% de los cuidadores que respondieron a la pregunta refirieron no encontrar ningún aspecto positivo.

Respecto a la variable sentido, el 67.5% de las personas afirmaron mediante la pregunta cerrada del cuestionario (“¿Considera que ha encontrado un sentido al cuidado diario que proporciona al paciente?”) encontrar un **sentido** al cuidado que realizaban. En cuanto a la ESC, la media obtenida de Sentido Total (ST) fue de 134.5 (valor mínimo obtenido 80 y máximo obtenido 180). Por lo que se refiere al resto de las subescalas, las puntuaciones obtenidas quedan recogidas en la Tabla 1.

Tabla 1. Puntuaciones medias, Desviación Típica (DT) y Rango obtenidos por la muestra en la ESC (N=80).

Subescalas	Media	DT	Rango
PI	65.3	11.8	30-95
SP	62.5	10.4	31-85
SU	23.2	5.9	9-35
ST	134.5	18.5	80-180

PI= Pérdida e Indefensión; SP= Sentido Provisional; SU= Sentido Último; ST= Sentido Total

Al estudiar la posible relación entre la satisfacción del cuidado y variables del paciente y/o cuidador recogidas a través del cuestionario de diseño propio, se obtuvo que aquellos cuidadores que compartían el cuidado con al menos un cuidador secundario mostraron estar más satisfechos que los cuidadores que no lo compartían (p-valor=0.00). También, cuanto más satisfactoria se valoró la relación previa entre el cuidador y el paciente, más satisfecho señaló estar el cuidador principal con el cuidado realizado (p-valor=0.00).

En cuanto al objetivo de nuestro estudio, se obtuvo que aquellos cuidadores que contestaron a través de la pregunta cerrada del cuestionario, no encontrar un sentido al cuidado, señalaron estar significativamente más insatisfechos que aquéllos que afirmaron encontrar un sentido (p-valor=0.01). Al relacionar las puntuaciones de la escala ESC con la satis-

facción del cuidado, se obtuvo que, a medida que aumentaban las puntuaciones en las subescalas SP, SU y ST, aumentaba el grado de satisfacción, aunque sólo se halló una relación significativa de la satisfacción con las escalas SP (p-valor = 0.00) y ST (p-valor = 0.00).

Conclusión

La variable sentido y la satisfacción del cuidado se han relacionado de manera positiva de modo que la capacidad de hallar un sentido parece influir de manera positiva en los cuidadores aumentando su satisfacción. Nuestros resultados sugieren que el sentido del cuidado aumenta el grado de satisfacción de los cuidadores. Se constata la importancia de tener en cuenta la evaluación del sentido del cuidado en futuros estudios que se realicen con cuidadores de enfermos de Alzheimer. Por otra parte, consideramos que tener en cuenta la variable sentido del cuidado en futuras intervenciones puede ayudar a realzar los aspectos positivos que también pueden existir en el cuidado prolongado de un enfermo de Alzheimer.

María FERNÁNDEZ-CAPO es doctora en psicología y trabaja como profesora adjunta de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud de la Universitat Internacional de Catalunya.

Pilar GUAL GARCIA es doctora en medicina y cirugía, especialista en psiquiatría, profesora adjunta de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud de la Universitat Internacional de Catalunya.

Referencias

- Andrén, S. y Elmstahl, S. (2005). Family caregivers' subjective experiences of satisfaction in dementia care: aspects of burden, subjective health and sense of coherence. *Scand J Caring Sci*, 19, 157-168.
- Beach, D.L. (1997). Family Caregiving: The Positive Impact on Adolescent Relationships. *Gerontologist*, 37 (2), 233-238.
- Boerner, K., Schulz, R. y Horowitz, A. (2004). Positive aspects of caregiving and adaptation to bereavement. *Psychol Aging*, 19 (4), 668-675.
- Cartwright, J.C., Archbold, P.G., Stewart, B.J. y Limandri, B. (1994). Enrichment processes in family caregiving to frail elders. *Adv Nurs Sci*, 17 (1), 31-43.

- Cohen, C.A., Colantonio, A. y Vernich, L. (2002). Positive aspects of caregiving: rounding out the caregiver experience. *Int J Geriatr Psychiatry*, 17 (2), 184-188.
- Corbeil, R.R., Quayhagen, M.P. y Quayhagen, M. (1999). Intervention effects on dementia caregiving interaction: a stress-adaptation modeling approach. *J Aging Health*, 11 (1), 79-95.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. y Smith, H.L. (1999). Subjective Well-Being : Three decades of Progress. *Psychol Bull*, 125, 276-302.
- Farran, C.J., Miller, B.H., Kaufman, J.E., Donner, E. y Fogg, L. (1999). Finding meaning through caregiving: Development of an instrument for Family Caregivers of Persons with Alzheimer's Disease. *J Clin Psychol*, 55 (9), 1107-1125.
- Farran, C.J., Hagerty, E.K., Salloways, S., Kupferer, S. y Wilken, C.S. (1991). Finding Meaning: An Alternative Paradigm for Alzheimer's Disease Family Caregivers. *Gerontologist*, 31 (4), 483-489.
- Fernández-Capo, M. y Gual, P. (2005). Sentido del cuidado y sobrecarga. *Rev Esp Geriatr Gerontol*, 40 (3), 24-29.
- Fernández-Capo, M., Gual, P. y Farran, C.J. (2006). Validación de la versión castellana de la *Finding meaning through caregiving scale* (Farran et al., 1999). *Inf Psiqu*, 184 (2), 187-198.
- Hooker, K., Monahan, D.J., Bowman, S.R., Frazier, L.D. y Shifren, K. (1998). Personality counts for a Lot: Predictors of Mental and Physical Health of Spouse Caregivers in Two Disease Groups. *J Gerontol*, 53 (2), 73-85.
- Hunt, C.K. (2003). Concepts in caregiver research. *J Nurs Scholarsh*, 35 (1), 27-32.
- Kramer, B.J. (1997). Gain in the Caregiver Experience. Where are we? What next? *Gerontologist*, 34 (2), 218-232.
- Lagner, S.R. (1995). Finding meaning in caring for elderly relatives: Loss and personal growth. *Holist Nurs Pract*, 9 (3), 75-84.

- Montenko, A.K. (1989). The frustrations, gratifications and well-being of dementia caregivers. *Gerontologist*, 29 (2), 166-172.
- Noonan, A.E. y Tennstedt, S.L. (1997). Meaning in Caregiving and Its Contribution to Caregiver Well-Being. *Gerontologist*, 37 (6), 785-794.
- Perlado, F. (1995). Apoyo a los cuidadores de enfermos de Alzheimer. *Rev Gerontol*, 10, 7-53.
- Pillemer, K. y Suitor, J.J. (1996). It takes one to help one: effects of similar others on the well-being of caregivers. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 51 (5), 250-257.
- Pushkar, D., Cohen, C., Shulman, K., Zuccherro, C., Andres, D. y Estezadi, J. (1995). Caregiving and dementia: predicting negative and positive outcomes for caregivers. *Int J Aging Hum Dev*, 41 (3), 183-201.
- Quinn, C., Clare, L. y Woods, R.T. (2010). The impact of motivations and meanings of the wellbeing of caregivers of people with dementia: a systematic review. *Int Psychogeriatrics*, 22 (1), 43-55.
- Reinardy, J.R., Kane, R.A., Huck, S., Call, K.T. y Shen, C.T. (1999). Beyond burden. *Res Aging*, 21 (1), 106-127.
- Rose-Rego, S.K., Strauss, M.E. y Smyth, K.A. (1998). Differences in the Perceived Well-Being of Wives and Husbands Caring for Persons with Alzheimer's Disease. *Gerontologist*, 38 (2), 224-230.
- Sabir, M., Pillemer, K., Suitor, J. y Patterson, M. (2003). Predictors of successful relationships in a peer support program for Alzheimer's caregivers. *Am J Alzheimers Dis Other Demen*, 18 (2), 115-122.
- Tornatore, J.B. y Grant, L.A. (2004). Family caregiver satisfaction with the nursing home after placement of a relative with dementia. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 59 (2), 80-88.
- Zarit, S.H., Todd, P.A. y Zarit, J.M. (1986). Subjective burden of husbands and wives as caregivers: A longitudinal study. *The Gerontologist*, 26, 260-266.

PEDAGOGÍA DEL SENTIDO DE LA VIDA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO: ESTUDIO EMPÍRICO CON JÓVENES SALMANTINOS

**Ana RISCO LÁZARO y Antonio SÁNCHEZ CABACO
y José David URCHAGA LITAGO**

Resumen

El trabajo pretende contribuir al estudio del cuidado de las personas y se centra en el ámbito educativo considerando la educación integral como fundamento de tal atención personal. Desde el enfoque de la tridimensionalidad competencial del aprendizaje (Cabaco, 2007), se centra en uno de sus componentes: las competencias del saber ser o estar, aludiendo al elemento actitudinal de la labor educativa. Mediante el estudio empírico realizado con una muestra de 2324 jóvenes universitarios y preuniversitarios de Salamanca aplicando el test PIL se trata de obtener una radiografía actitudinal del sentido de la vida con el fin de elaborar propuestas para favorecer una pedagogía del sentido de la vida que pudieran ser implementadas en los diversos niveles del contexto educativo.

Abstract

Teaching the meaning of life in the educational field: empirical study with youngsters in Salamanca

The aim of this work is to contribute to human caregiving studies, and so it focuses on the educational environment considering comprehensive education as the basis for the above mentioned human care. From the learning competencial tridimensionality point of view (Cabaco, 2007) it is focuses on one of its components, namely how to be and how to behave, alluding to the attitudinal element in the educational field. By means of an empirical research conducted on a sample of 2,324 university and pre-university youngsters in Salamanca, to whom the PIL test was applied, we aim to obtain an attitudinal X-ray of the purpose of life so that some proposals can be elaborated to favour purpose-of-life pedagogies to be implemented in different levels within the educational system.

Palabras clave: cuidado, sentido de la vida, jóvenes, educación
Key words: care, purpose in life, youngsters, education

Introducción

Frente a la actual tendencia de una educación valóricamente neutra, el presente trabajo propone el enfoque de la educación como oportunidad para la formación integral de las personas. Esto supone fundamentar la tarea educativa sobre una firme base antropológica, teniendo en consideración, además de las habilidades intelectuales y procedimentales de los alumnos en cada una de las especialidades profesionales que desarrollen, también su voluntad y afectividad, su propio ser personal, atendiendo a todas sus dimensiones. Dicho enfoque ha sido denominado “tridimensionalidad competencial del aprendizaje” (Cabaco, 2007; González y Gilar, 2005; Martínez, 2004), aludiendo a los tres objetivos a los que debería dirigirse toda acción educativa que se proponga realmente formar personas: formación en el saber (conocimiento intelectual), formación en el *saber hacer* (habilidad) y formación en el *saber ser* (competencia actitudinal). Este planteamiento se basa en la convicción de que para ser competente profesionalmente se debe ser competente personalmente (Martínez, Buscarais y Esteban, 2002; Comellas, 2000). Con ello se alude al componente actitudinal como clave y especialmente necesario para lograr una acción educativa integral, perspectiva que constituirá el eje de nuestro trabajo y que permitirá entender el cuidado educativo mediante la consolidación de vínculos personales entre educador y educando que favorecen el proceso educativo.

El trabajo que se presenta forma parte de la investigación llevada a cabo con jóvenes salmantinos en el período 2006-2008 constituyendo una Tesis Doctoral titulada: “Sentido de la vida: evolución en implicaciones para la Educación Superior”. Dicho trabajo fue motivado por la inquietud por optimizar la educación de los jóvenes en el contexto de las actuales reformas educativas.

Ante las frecuentes referencias a la actual crisis juvenil avalada por los datos que continuamente se ofrecen en relación al elevado y progresivo índice de suicidios en edades juveniles y la proliferación de conductas destructivas como indicativos del grado de insatisfacción, frustración, infelicidad y sufrimiento que los jóvenes experimentan, se ha señalado

que “es importante que consideremos no tanto el hecho de que los jóvenes están en crisis sino el hecho de que el modo en que la educación se acerca a los jóvenes, quizá no sea el adecuado” (García Ramos, 2009, p. 14) y que “el factor educativo ha sido el que más ha fallado y, por consiguiente, una de las principales causas de la actual crisis de la juventud” (Polaino-Lorente, 2009, p. 43). Por ello nos planteamos el papel que la Educación ha de asumir en el momento actual en orden a contribuir a un desempeño competente y adecuado a las necesidades que presentan los jóvenes que llenan las aulas. ¿Qué se esconde detrás de la máscara de un botellón, de la droga o detrás de un suicidio? ¿Qué percepción tienen los jóvenes acerca de su propia vida? ¿Qué aspiraciones, motivaciones, expectativas albergan en su ser más profundo? ¿Qué buscan con sus acciones? ¿Cómo orientar la búsqueda incansable de satisfacción y felicidad que experimentan?

Estamos plenamente convencidos de que la acción educativa puede y debe favorecer respuestas a los interrogantes planteados, constituyendo así un adecuado cuidado de las personas en el ámbito educativo procurando el desarrollo pleno de las mismas de acuerdo a todas sus potencialidades. Para ello enfatizamos el papel de los profesionales de la educación como mediadores en este proceso de cuidado mediante el establecimiento de los vínculos personales con el educando que facilitan la acción educativa integral.

También se ha afirmado que los jóvenes “han optado por conformarse con lo que hay, sin aspirar a grandes metas ni albergar grandes ideales” (Sastre, 2009, p. 119). Así, pues, más allá de un conocimiento técnico y científico, los jóvenes necesitan que se les proporcione “horizontes vitales portadores de sentido” (García Ramos, 2009, p. 27) que sean capaces de dar una respuesta adecuada a los interrogantes sobre su existencia y la realidad del mundo en que viven. En este sentido, no sólo habrá que formarles para que realicen un óptimo desempeño profesional sino que, sobre todo, habrá que educarles para que ejerzan su oficio de ser personas. Entendemos que pertenece a la naturaleza de la acción educadora el afán por preparar al educando para la vida, dotándole de las capacidades que le permitan dar respuesta adecuada a las exigencias del trayecto de vida que tiene por delante (De Gregorio, 2008). La tarea educativa realizará el cuidado de las personas ayudando a éstas a encontrar las fórmulas para construir una personalidad sólida, madura, creadora, dueña de su propia vida y capaz de darle sentido.

En la parte empírica del trabajo pretendemos obtener una visión general del sentido de la vida experimentado por los jóvenes de Salamanca. Hemos realizado este estudio sobre población universitaria y preuniversitaria con el objeto de llegar a establecer un patrón de desarrollo del sentido de la vida en el contexto juvenil. Este patrón podrá orientar la realización de propuestas que, desde los diferentes niveles del ámbito educativo, habría que promover para favorecer una percepción positiva de la propia vida que comprometa los diversos contextos de la vida personal.

Material y métodos

La sub-muestra preuniversitaria estaba formada por 1151 alumnos de cursos desde 3º ESO a 2º Bachillerato, con media de edad 16 años. Procedían de quince centros educativos; públicos, tanto de la zona urbana como rural de Salamanca, y privados, éstos únicamente de la zona urbana. La sub-muestra universitaria estaba formada por 1173 alumnos, de edades entre 18 y 25 años, de todos los cursos universitarios (1º a 5º), de doce facultades, cinco de la Universidad Pontificia y siete de la Universidad de Salamanca. En las Figuras 1, 2 y 3 se presentan las características de la muestra.

Figura 1. Distribución de los participantes por sexo.

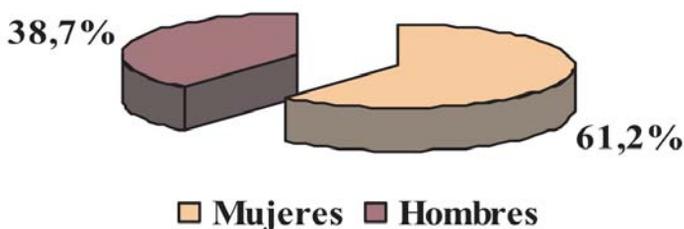


Figura 2. Distribución de los participantes por curso y sexo.

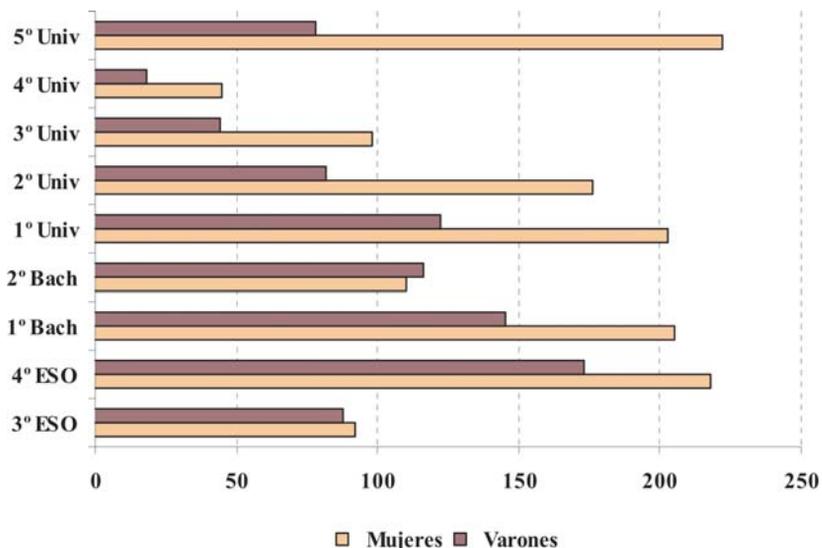
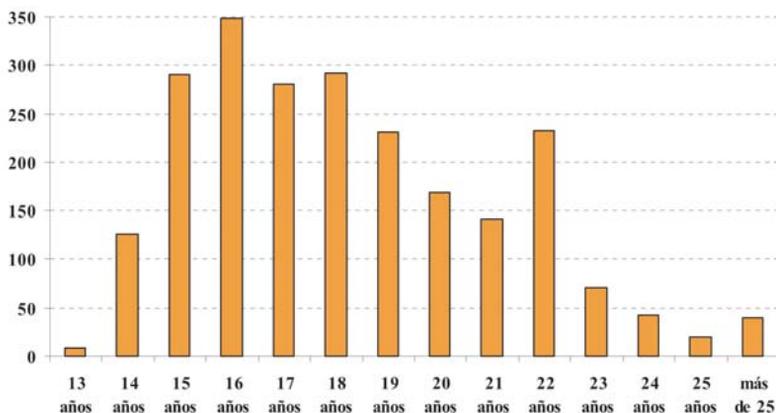


Figura 3. Distribución de los participantes según la edad.



El instrumento de medida utilizado fue el test PIL (Purpose In Life test, Crumbaugh y Maholick, 1969) el más difundido y empleado en el psicodiagnóstico existencial, considerado pionero en el estudio empírico del sentido de la vida por haber supuesto la base de posteriores investigaciones. La versión castellana utilizada ha sido la de Noblejas (1994).

El formulario se acompañaba de un cuestionario complementario acerca de los datos sociodemográficos.

En cuanto al procedimiento, la aplicación de la prueba en los centros universitarios se llevó a cabo durante el primer trimestre del curso 2006-07. La aplicación en los centros preuniversitarios se realizó en los meses de noviembre a febrero del curso 2007-08. En algunos casos fueron los mismos profesores quienes aplicaron las pruebas en sus aulas y en otros fueron aplicadas por el investigador principal. Se presentó la realización de la prueba de forma voluntaria, precedida de una breve presentación por parte del implementador en la que se aseguraba la privacidad de los datos obtenidos y la utilización de los mismos en la realización de este trabajo. Ningún alumno mostró rechazo en cumplimentar el cuestionario.

Resultados y discusión

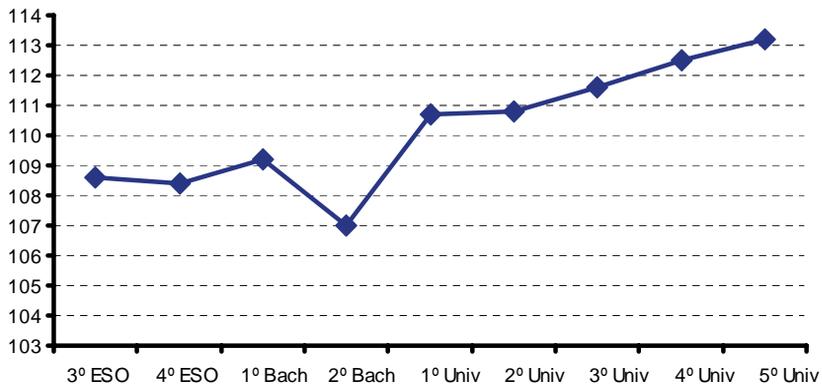
Sentido de la vida

En la Figura 4 se muestra la evolución del nivel de sentido, según el PIL, en relación al curso académico.

Los datos obtenidos muestran que los cursos 4º E.S.O., 1º y 2º de Bachillerato presentan medias significativamente inferiores (108, 109 y 107 respectivamente) con respecto al 5º curso universitario, que obtiene una puntuación media de 113. La puntuación media más baja se obtiene en el curso 2º Bachillerato y el mayor nivel de sentido lo encontramos en el último curso universitario (5º curso).

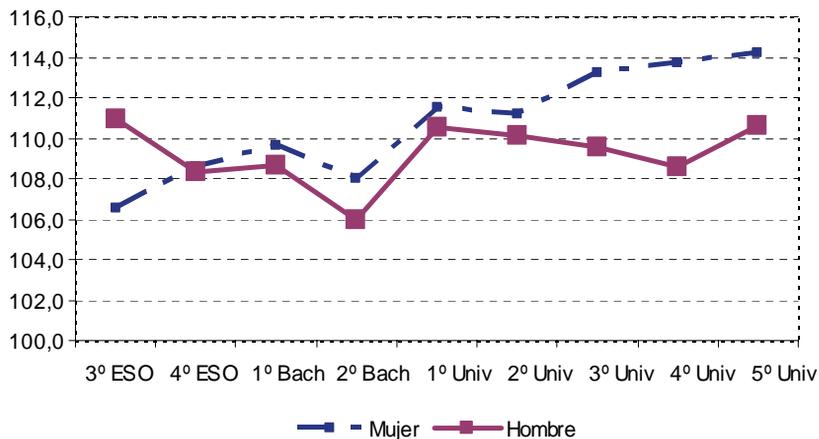
También se encuentran diferencias significativas entre la sub-muestra universitaria (mayor sentido) y la de instituto (111,6 frente a 108,4).

Figura 4. Evolución PIL-curso académico



Los resultados en cuanto al sexo se recogen en la Figura 5. Se encuentran diferencias significativas a favor de las mujeres en el nivel universitario. Esto es concordante con otros trabajos recientes también sobre población universitaria (García-Alandete, Martínez y Gallego-Pérez, 2010).

Figura 5. Niveles de sentido de la vida según el sexo por curso académico.



Los resultados obtenidos en este estudio confirman la teoría logoterapéutica (Frankl, 1988, 1987) de que el sentido de la vida se construye con independencia de las características personales y/o contextuales de los individuos, si bien todas ellas pueden actuar de atenuantes.

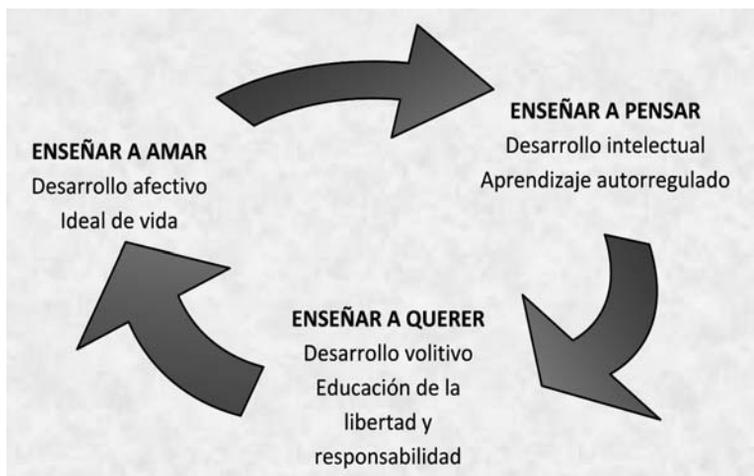
Se observa cómo en el nivel universitario se obtiene un mayor nivel de sentido de la vida que en el nivel académico inferior, lo que pudiera estar ligado a los factores madurativos personales y a la percepción de cierta satisfacción personal derivada de los mismos, así como de la progresiva asunción de responsabilidades en las diferentes etapas de la vida.

En este sentido, consideramos que el papel que las instituciones educativas y familiares ejercen en el desarrollo del sentido vital es fundamental en las edades juveniles, por lo que estimulamos una praxis educativa orientada a favorecer las condiciones para que los jóvenes puedan construir un óptimo sentido vital que les lleve a mayores cotas de felicidad y autenticidad.

Propuesta pedagógica

Las evidencias obtenidas en los estudios del sentido de la vida en jóvenes españoles (Gallego-Pérez y García-Alandete, 2004; Prats, 2001) impulsan a elaborar propuestas que, en nuestra opinión, tendrían que orientarse al desarrollo de la formación integral de los jóvenes. A continuación señalamos algunas pautas para realizar una pedagogía del sentido de la vida como manera de realizar el cuidado de las personas en el ámbito educativo. Éstas podrían ser sintetizadas, de acuerdo con las tres dimensiones personales como: enseñar a pensar, enseñar a querer y enseñar a amar (Morales, 2003; 1987). Al considerar como ejes de este planteamiento educativo las tres capacidades personales fundamentales (razón, voluntad y afectividad), se contribuirá a la pretendida formación integral de los estudiantes. Este aspecto queda esquematizado en la Figura 6.

Figura 6. Dimensiones de la educación para el sentido de la vida.



A continuación señalamos algunas indicaciones prácticas en relación a cada una de las tres orientaciones propuestas:

Enseñar a pensar. Educar la razón para que pueda descubrir la Verdad. Enseñar a pensar con profundidad, orden, nitidez, con criterios de verdad para diferenciar lo bueno de lo malo, lo verdadero de lo falso, descubrir los criterios para ordenar la información y dar a las cosas la importancia que tienen. Educar en la capacidad de reflexión sobre lo más conveniente en cada momento para poder actuar con prudencia y vivir con realismo siendo capaces de dar razones del propio comportamiento.

Concretamente se tratará de buscar ideas más que palabras, causas más que ideas, relaciones más que causas, leyes, hasta llegar a los primeros principios. Ayudar a los alumnos a jerarquizar las ideas relacionándolas e integrándolas. Asimismo se hará necesario un control de la imaginación y la sensibilidad que posibilite el pensamiento crítico y un esfuerzo por centrarse en el momento presente, en lo que la vida le pide en este preciso momento. Resultará de importancia educar en un correcto uso de los medios de comunicación e información y favorecer espacios de serenidad y silencio para poder llegar al propio conocimiento.

Enseñar a querer. Se trata de educar la voluntad para que se encamine hacia el Bien. Enseñar a querer con eficacia distinguiendo entre el mero sentir irracional y el auténtico querer como efecto de la voluntad. La educación de la voluntad se orienta a ordenar los propios impulsos para ser capaz de tomar decisiones mediante el correcto uso de la propia libertad y llevarlas a término con responsabilidad, hacer frente a las dificultades y frustraciones aprendiendo a asumirlas como parte del proceso de desarrollo personal.

Para ello ayudará establecer metas claras, concretas y realistas valorando el esfuerzo en los pequeños detalles y obligaciones, ser capaz de resistir impulsos por un deseo auténtico. Enseñar a resistir la satisfacción de las pequeñas adversidades e inconvenientes, aguantar los pequeños dolores, privaciones, ver el sufrimiento como posibilidad: el dolor es fuente de sentido si se considera como una oportunidad.

Enseñar a amar. Educar la afectividad para que sea capaz de amar la verdad y el bien con intensidad. La educación de la afectividad ayuda a la reflexión y hace más eficaz la voluntad, permite valorar la vida y la misión que se tiene en ella, elaborar un ideal de vida y establecer proyectos coherentes y duraderos.

Se podrá realizar esta educación de la afectividad ayudando a construir un autoconcepto y autoestima sanos, siendo consciente de los propios límites y capacidades e integrándolos en la propia personalidad. El conocimiento de los propios afectos, sus causas y consecuencias y la adecuada orientación de los mismos contribuirá a establecer un ideal de vida estable que comprometa a la persona en fidelidad, siendo responsable de las propias decisiones tomadas en libertad.

La implementación de esta propuesta en el contexto educativo actual ya cuenta con algunos desarrollos pioneros como son el aprendizaje autorregulado (Torre, 2007) y la denominada Cognición Instruccional Positiva (Cabaco, 2009), quedando abierto un vasto campo para la formulación de otras propuestas operativas. Otras pautas concretas para realizar la *educación para el sentido de la vida* de acuerdo a las dimensiones señaladas anteriormente son: la educación para la responsabilidad (Valldeoriola, 2007) y la construcción del ideal de vida (Bruzzone, 2008; De Gregorio, 2008), etc. mediante una continua y “auténtica educación en virtudes” (Polaino-Lorente, 2009).

Tal como se ha venido desarrollando desde la concepción logoterapéutica, la conciencia es el verdadero lugar para la búsqueda de sentido. La educación para el sentido, por tanto, consistirá en afinar la conciencia (Bruzzone, 2008) para descubrir en cada momento aquellos valores a los que merece entregarse. La educación integral propuesta fundamentada en una educación en los valores y virtudes personales pretende contribuir al desarrollo de la conciencia personal para orientarse a lo que favorece un desarrollo auténtico de la persona. Desde esta perspectiva, la pedagogía del sentido de la vida, en cuanto supone una educación integral de la persona, puede considerarse una manera eficaz de establecer el cuidado en el contexto educativo.

Finalmente, y, a modo de perspectiva general, pretendemos señalar la urgencia de que, desde todos los órdenes de la vida pública, y más en concreto, desde el educativo, que es el que nos ocupa, se tome conciencia de la necesidad de proporcionar a los jóvenes las oportunidades y contextos adecuados para el desarrollo de su sentido vital. Por encima de los cambios del contexto social, educativo, mediático y cultural, el fin de la educación, parafraseando al gran pedagogo Andrés Manjón, sigue siendo el de completar hombres, haciéndoles capaces de dar una orientación a su existencia y convertirla en una vida creadora (De Gregorio, 2008). Así, también consideramos que *“una educación que no consiga clarificar nuestras convicciones centrales es meramente un entretenimiento o un juego”* (Schumacher, 1978, p. 85).

Conclusiones

Se encuentran diferencias significativas entre la sub-muestra universitaria (mayor sentido) y la de instituto (menor). La puntuación media más baja se obtiene en el curso 2º Bachillerato y el mayor nivel de sentido lo encontramos en el último curso universitario (5º curso).

Esto pudiera estar ligado a los factores madurativos personales y a la percepción de cierta satisfacción personal derivada de los mismos, y plantea el papel que las instituciones educativas y familiares tienen en el desarrollo del sentido vital es fundamental en las edades juveniles, por lo que proponemos una praxis educativa orientada a favorecer las condiciones para que los jóvenes puedan construir un óptimo sentido vital que les lleve a mayores cotas de felicidad y autenticidad.

En cuanto al sexo, se encuentran diferencias significativas a favor de las mujeres en el nivel universitario.

Los resultados obtenidos en este estudio confirman la teoría logoterapéutica de que el sentido de la vida se construye con independencia de las características personales y/o contextuales de los individuos, si bien todas ellas pueden actuar de atenuantes.

Ana RISCO LÁZARO es doctora en psicología y trabaja como profesora en la Universidad Católica Valencia

Antonio SÁNCHEZ CABACO es doctor en psicología y trabaja como profesor en la Universidad Pontificia de Salamanca

José David URCHAGA LITAGO es doctor en psicología y trabaja como profesor en la Universidad Pontificia de Salamanca

Referencias

Bruzzone, D. (2008). *Pedagogía de las alturas. Logoterapia y educación*. México: Ediciones L.A.G.

Cabaco, A.S. (2007). El silencio de los corderos: Paraplejas psicológicas de los universitarios ante la convergencia. *Naturaleza y Gracia*, 1-3, 817-834.

Cabaco, A. S. (2009). Positive instructional cognition: new challenges for Educational Psychology. *Conferencia pronunciada en ICPED-2009. Conferencia Internacional "Psicologie e Educaçao: Práticas, Formação e Investigaçao"*. Universidade da Beira Interior, 26-28 marzo 2009.

Comellas, M. J. (2000). La formación competencial del profesorado: formación continuada y nuevos retos organizativos. *Educar*, 27, 87-101.

Crumbaugh, J. C. y Maholick, L. T. (1969). *Manual of instructions for the Purpose in Life Test*. Saratoga, USA: Viktor Frankl Institute of Logotherapy.

De Gregorio, A. (2008). La formación de la personalidad en la pedagogía del Padre Tomás Morales: educar para una vida creadora. *Cuadernos de Pensamiento*, 21. Seminario “Ángel González Álvarez”. Madrid: Fundación Universitaria Española.

Frankl, V.E. (1987). *El hombre doliente*. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1988). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.

Gallego-Pérez, J. F. & García-Alandete, J. (2004). Sentido de la vida y desesperanza en un grupo de estudiantes universitarios. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 8, 49-64.

García-Alandete, J.; Martínez, E.R. & Gallego-Pérez, J. F. (2010). Diferencias en logro de sentido de la vida asociadas al sexo en universitarios españoles. *11º Congreso Virtual de Psiquiatría*. Interpsiquis 2010 www.interpsiquis.com - Febrero-Marzo 2010.

García Ramos, J. M. (2009). La juventud, a examen. En L. Jiménez (Dir.), *La juventud, a examen*. XXIII Curso de Pedagogía para Educadores (pp. 11-33). Madrid: Fundación Universitaria Española.

González, M. & Gilar, R. (2005). Propuesta de adecuación de una guía docente al sistema de créditos europeo (E.C.T.S.) para la docencia universitaria. En J. A. del Barrio; M. I. Fajardo; F. Vicente; A. Ventura & I. Ruiz, *Nuevos contextos Psicológicos y Sociales en Educación* (pp. 263-277). Badajoz: PSICOEX.

Martínez, M. (2004). Aprendizaje de competencias y renovación docente en la universidad en el marco del proceso de convergencia hacia el E.E.E.S. *Jornadas sobre EEES, Zamora*, Octubre. Extraído el 23 de marzo de 2005, de http://www.acsucyl.es/index_archivos/documentos/ponencias/zamora20041006/Miquel_Martinez_UB.pdf

Martínez, M.; Buxarais, M. A. & Esteban, F. (2002). La universidad como espacio de aprendizaje ético. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 17-42.

Morales, T. (1987). *Forja de Hombres*. Madrid: Cruzada de Santa María.

Morales, T. (2003). *Hora de los laicos*. Madrid: Encuentro.

Noblejas de la Flor, M.A. (1994). Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del 'logro interior de sentido'. Madrid: Universidad Complutense. Tesis en CD-ROM.

Prats, J. I. (2001). Logoterapia y adolescencia. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 5, 35-49.

Polaino-Lorente, A. (2009). Aproximación diagnóstica a la juventud de hoy. En L. Jiménez (Dir.), *La juventud, a examen*. XXIII Curso de Pedagogía para Educadores (pp. 35-69). Madrid: Fundación Universitaria Española.

Sastre, A. M. (2009). Nuevos currículos y formación juvenil. En L. Jiménez (Dir.), *La juventud, a examen*. XXIII Curso de Pedagogía para Educadores (pp. 117-135). Madrid: Fundación Universitaria Española.

Schumacher, E. F. (1978). *Lo pequeño es hermoso*. Barcelona: Blume.

Torre, J.C. (2007). University teaching and self-regulated learning. Conferencia pronunciada en European Meeting of university Professors: A new humanism for Europe. Roma, 23-25 de junio.

Valdeoriola, J. (2007). *Hacia una pedagogía del sentido*. Revista mexicana de Logoterapia, 18, 27-42. México: Ediciones L.A.G.

RELACIONES ENTRE EL LOGRO INTERIOR DE SENTIDO Y LA INDECISIÓN VOCACIONAL COMPLEJA EN ESTUDIANTES PREUNIVERSITARIOS

Blanca María GÓMEZ ARBEO

Resumen

El objetivo de este trabajo es comprobar la relación existente entre el logro de sentido y la indecisión vocacional compleja (“indecisividad” o indecisión vocacional crónica) en un grupo de 144 alumnos preuniversitarios.

Se plantea como hipótesis de trabajo que la indecisión vocacional compleja está ligada a una situación de frustración existencial; por consiguiente, aquellos alumnos que presenten un buen logro de sentido mantendrán niveles superiores de decisión vocacional. Los instrumentos empleados en la investigación son el Purpose In Life Test (PIL, Test de Sentido de la vida; Crumbaugh y Maholick, 1969) y el Cuestionario de Indecisión/Decisión Vocacional (Gómez Arbeo, 2008). Los estadísticos usados son el coeficiente de correlación de Pearson y el análisis de varianza.

Los resultados apoyan la hipótesis planteada: el Logro de Sentido se asocia a nivel nulo/mínimo de indecisión vocacional compleja, mientras que el vacío existencial se asocia a nivel medio/alto de indecisión, de manera estadísticamente significativa. También se estudian las relaciones entre el logro interior de sentido y las variables vocacionales en relación con el sexo (varones/mujeres) y la modalidad de estudios (Ciencias/Letras).

Abstract

Relationships between inner meaning fulfillment and vocational indecision in pre-university students

The aim of this study is to test the relationship between the inner achievement of meaning and vocational indecisiveness of a group of 144 pre-university students.

Our working hypothesis is that the complex vocational indecision (“indecisiveness”) is linked to a situation of existential frustration; therefore, those students who show a good achievement of sense keep higher levels of vocational decision. The instruments used in research are the Purpose in Life Test (PIL; Crumbaugh and Maholick, 1969) and the Vocational Indecision/Decision Questionnaire (Gómez Arbeo, 2008). The statistics used are the Pearson correlation coefficient and the Analysis of Variance.

The results support the hypothesis: achievement of meaning is associated with zero/minimum level of “indecisiveness”, while the existential emptiness is associated with medium/high level of indecision, in a statistically significant way. Relationship between inner achievement of meaning and vocational variables, related to sex (male/female) and field of studies (science/humanities) are also studied.

Palabras clave: Logoterapia, Sentido, Indecisión Vocacional Compleja, Decisión.

Key words: Logotherapy, Meaning, Vocational Indecisiveness, Decision.

Introducción

Los estudiosos del constructo indecisión vocacional coinciden en que existen múltiples formas y tipos de indecisión vocacional, al mismo tiempo que existen múltiples factores que pueden dar lugar a la indecisión vocacional.

A raíz de las investigaciones de Ardit (1988) y Gómez Arbeo (1992) se llega a demostrar experimentalmente las variables vocacionales que dan lugar tanto a la indecisión vocacional como a la decisión vocacional en estudiantes preuniversitarios. La autoconfianza vocacional, la eficacia en los estudios y la certeza tienen un peso significativo en la determinación vocacional, mientras la dependencia, la psicoemocionalidad y la búsqueda de información tienen un peso significativo en la inde-

cisión vocacional. La combinación de estas variables vocacionales, las tres primeras con peso positivo y las tres siguientes con peso negativo, configuran un factor bipolar que va de menos decisión (sujetos indecisos crónicos) a más decisión (sujetos decididos), pasando por los sujetos indecisos de desarrollo.

La puntuación de extrema indecisión que se denomina *Indecisión Vocacional Compleja* (IVC, Gómez Arbeo, 1992) se corresponde con el constructo “*indecisiveness*” que en su día fue descrito por Crites (1981) y se interpreta como una señal de dificultad para la toma de decisiones, porque hace referencia a una excesiva necesidad, por parte del sujeto, de consejo y apoyo a la hora de tomar decisiones, motivada por la falta de seguridad en sí mismo y en sus posibilidades académicas, así como por la falta de claridad ante las opciones vocacionales que se le ofrecen.

Con la indecisión vocacional se han relacionado aspectos de la personalidad como la ansiedad (Goodstein, 1965; Hartman, Fuqua y Blum, 1985, 1988), la autoeficacia (Lent y Hackett, 1987; Taylor y Popma, 1990), el locus de control (Jones, 1979; Rogers, 1980; Hartman, et al., 1985) y la complejidad cognitiva de los sujetos (Slaney y Dickson, 1985; Ardit y Rivas, 1990).

En el presente trabajo se ha evaluado la relación existente entre la indecisión vocacional y el sentido de la vida.

Este sentido de la vida, con demasiada frecuencia, se convierte en problema y en causa de sufrimiento cuando no se encuentra. Para Viktor Frankl (1988), “el hombre es un ser empeñado en la búsqueda de un sentido, del *logos*, y ayudar al hombre a encontrar ese sentido es *un* deber de la *psicoterapia* y es el deber de la *logoterapia*” (p. 10).

Entender que el sentido es algo objetivo y que puede ser objeto de la investigación experimental psicológica (Frankl, 1970), lo intuyó el fundador de la logoterapia y muchos de sus seguidores se han esforzado por confirmarlo empíricamente. El poder cuantificar una variable tan difícil de captar como es el *logro interior de sentido* se lo debemos a estudiosos como Crumbaugh y Maholick (1969), Lukas (1971, 1986), y en nuestro entorno cultural a Noblejas de la Flor (1994).

En los diversos estudios *el logro interior de sentido* se asocia positivamente a percepción y vivencia de libertad; responsabilidad y autodeterminación; cumplimiento de metas vitales y autorrealización; visión positiva de la vida, del futuro y de sí mismo. Cuando no se alcanza el logro existencial se origina una frustración que se asocia a la desesperanza caracterizada por la duda sobre el sentido de la vida; por un vacío existencial que se manifiesta en un estado de tedio, percepción de falta de control sobre la propia vida y ausencia de metas vitales (Frankl, 1997, 2001).

Siguiendo la estela de estos estudios, nos animamos a evaluar las relaciones que existen entre el logro interior de sentido y la indecisión vocacional compleja en estudiantes preuniversitarios (2° de Bachillerato) considerando como hipótesis que la indecisión vocacional compleja está ligada a una situación de frustración existencial; por tanto, aquellos alumnos con indecisión vocacional compleja presentarán en el PIL puntuaciones de menor sentido.

Material y métodos

Participantes

El grupo con el que se ha realizado la investigación está formado por 144 sujetos (80 mujeres y 64 varones) alumnos todos ellos de segundo de bachillerato, agrupados en Ciencias y Letras (ver Tabla 1).

Tabla 1. Distribución de los sujetos en las variables sexo y modalidad de estudios.

Modalidad	MUJERES		VARONES		TOTAL
	N	%	N	%	
Bachillerato					
CIENCIAS	31	21,53	41	28,47	72
LETRAS	49	34,03	23	15,97	72
Total	80	55,56	64	44,44	144

Instrumentos de evaluación

Test de Sentido de la Vida (PIL, Purpose-in-Life-test)

El **PIL** (Crumbaugh y Maholick, 1969) permite obtener una medida del sentido de la vida versus el vacío existencial desde planteamientos logoterapéuticos. Según Guttman (1996), alcanza un alto coeficiente de fiabilidad (0.84), y ha sido baremado para la población española por M^a Ángeles Noblejas, habiendo sido probada su consistencia interna con un alfa de Cronbach de 0.879 (Noblejas, 1994).

Para el presente trabajo se ha utilizado la primera parte del PIL, una escala de tipo Lickert formada por 20 items cuya puntuación va de uno a siete. Se suman los valores numéricos que el sujeto selecciona y las puntuaciones pueden oscilar entre 20 y 140. Las puntuaciones menores de 90, indican falta de sentido de la vida, entre 90 y 105 expresan indefinición y las puntuaciones mayores de 106 indican la presencia de sentido de la vida.

Siguiendo a Noblejas (1994), el análisis factorial del PIL, permite distinguir cuatro factores, que explican el 54% de la varianza. Estos factores son:

Percepción de sentido (PIL_F1): Captación de motivos y razones para vivir la vida y la valoración que, en general, ésta merece. Explica el 35,9% de la varianza.

Experiencia de sentido (PIL_F2): Percepción de la propia vida y de la vida cotidiana como plena de cosas buenas. Explica el 6,8% de la varianza.

Metas y tareas (PIL_F3): Conjunto de objetivos ligados a acciones concretas en la vida y a la responsabilidad personal percibida hacia los mismos. Explica el 5,8% de la varianza.

Dialéctica destino/libertad (PIL_F4): Tensión entre ambos elementos y afrontamiento de la muerte como acontecimiento incontrolable, impredecible e inevitable. Explica el 5,5% de la varianza.

Cuestionario de Indecisión / Decisión Vocacional

El **Cuestionario de Indecisión /Decisión Vocacional** (Gómez Arbo, 1992 y 2008) permite obtener una medida de la indecisión vocacional compleja (IVC) versus la decisión vocacional.

Las variables vocacionales que configuran el factor IVC llegan a explicar el 99,8 % de la varianza del criterio con lo que se puede asegurar que lo predicen (Gómez Arbeo, 1992).

El cuestionario de Indecisión/Decisión Vocacional consta de 38 enunciados agrupados en 6 bloques:

Autoconfianza Vocacional (A): Indaga en cuatro ítems la seguridad que el estudiante percibe respecto a sus proyectos vocacionales y en función de la situación e información de que dispone. Explica el 48% de la varianza.

Eficacia en los Estudios (EE): En siete ítems de autoevaluación informa del tipo de estrategias de estudios y la eficacia de las tácticas que el estudiante utiliza habitualmente en el aprendizaje escolar. Explica el 16% de la varianza.

Certeza (C): Muy relacionada con la asertividad personal, pero referida a la conducta vocacional, aprecia en cuatro ítems la consistencia de sus proyectos. Explica el 12% de la varianza.

Dependencia (ED): Consta de siete ítems en los que se aprecia si el sujeto llega a tomar decisiones contando con la opinión de los demás, de personas cercanas y significativas. En ocasiones enmascara delegación de responsabilidades y adaptación social. Explica el 42% de la varianza.

Psicoemocionalidad (PE): En seis ítems se refleja los sentimientos de duda, inseguridad y autoconcepto que el sujeto tiene sobre sus planes vocacionales inmediatos o futuros. Explica el 34% de la varianza.

Búsqueda de Información (BI): Consta de diez ítems que cubren las actividades que el sujeto despliega o ha movilizad voluntariamente con el objeto de obtener información pertinente para su problema vocacional. Explica el 0.2 % de la varianza.

Cada enunciado tiene dos alternativas de respuesta. **I** (igual) para indicar que el comportamiento del sujeto coincide totalmente o en gran parte con lo que dice el enunciado y **C** (contrario) para indicar que el sujeto actúa de manera contraria a lo que dice el enunciado. Para la corrección de las respuestas se dispone de una plantilla y para obtener el valor de la indecisión vocacional compleja se aplica la siguiente fórmula (siendo los coeficientes numéricos las saturaciones factoriales de las variables relacionadas):

$$IVC = [(.48 \cdot A) + (.16 \cdot EE) + (.12 \cdot C)] - [(.42 \cdot ED) + (.34 \cdot PE) + (.02 \cdot BI)]$$

El resultado final oscila entre un valor positivo máximo de 3,52 y uno mínimo negativo de -5,18, que se pueden transformar en una escala de puntuaciones que van de 1 a 10, y que se relacionan con las categorías de indecisión/decisión según la Tabla 2.

Tabla 2. Límites inferior y superior de IVC y su correspondencia con la escala de puntuación 1 a 10 y la situación de indecisión/decisión.

Puntuación	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
IVC	-5,18	-4,30	-3,43	2,56	1,69	0,82	0,02	0,92	1,79	2,66
	-4,31	-3,44	-2,57	1,70	0,83	0,01	0,91	1,78	2,65	3,52
Situación	Indecisión Vocacional Alta			Indecisión Vocacional Media			Indecisión Vocacional Baja			
	INDECISIÓN CRÓNICA			INDECISIÓN DE DESARROLLO			DECISIÓN VOCACIONAL			

Procedimiento

La aplicación de las pruebas se realizó de forma colectiva, distribuidos los participantes en seis grupos, tres de la modalidad de ciencias y otros tres de letras. Todos los alumnos firmaron el consentimiento informado correspondiente y los protocolos los realizaron de forma anónima, sólo colocaron una clave para poder hacer corresponder ambas pruebas. El tiempo promedio para cumplimentarlas fue de 40 minutos.

Se detectaron problemas de interpretación en el PIL sobre todo por parte de algunos alumnos de ciencias.

Tras ser revisados los protocolos, se introdujeron los datos en una hoja de cálculo del programa informático SPSS 9 para Windows y se han realizado los siguientes análisis.

- Análisis de Varianza en función del sexo (varones/mujeres) y de la modalidad de estudios (ciencias/letras).
- Análisis de Varianza multivariable para comprobar la interacción entre el sexo y la modalidad.
- Correlaciones entre las variables.

Resultados y discusión

Los grupos de puntuación obtenidas por los alumnos en ambas pruebas se recogen en la Tabla 3.

Tabla 3. Número y porcentajes de alumnos con puntuaciones en los diferentes grupos de decisión/indecisión, vacío existencial/sentido de la vida y mujer(M)/varón(V).

		SENTIDO DE LA VIDA (PIL)							
		VACÍO EXISTENCIAL		INDEFINICIÓN		LOGRO SENTIDO DE		TOTALES	
		M	V	M	V	M	V	M	V
DECISIÓN	DECISIÓN VOCACIONAL	2	2	14	14	20	18	36 45%	34 45%
	INDECISIÓN DE DESARROLLO	9	10	18	14	17	6	44 55%	30 46%
INDECISIÓN	INDECISIÓN CRÓNICA (IVC)	/	/	/	/	/	/	/	/
	TOTALES	11 13%	12 18%	32 40%	28 43,7%	37 46,2%	24 37,5%	N=80	N=64

En el PIL, la mayoría de los alumnos (N= 61; 42%) alcanzan puntuaciones propias de logro de sentido, seguidos por un subgrupo (N= 60; 41,67%) en situación de indefinición con respecto al sentido de la vida y por un subgrupo menor (N= 23; 15,97%) en situación de vacío existencial. Los valores de vacío existencial encontrados en esta muestra de estudiantes se aproximan al 20% encontrado por Crumbaugh y Maholick (1968) o Lukas (1971).

En cuanto a la indecisión/decisión, la mayoría (N= 74; 51%) muestran un nivel leve de indecisión, seguido por un subgrupo (N= 70; 48,61%) que muestran un nivel nulo o mínimo. No hay ningún alumno que presente un nivel alto (IVC), es decir, en la muestra estudiada no hay alumnos con indecisión crónica.

Logro Interior de Sentido y variables vocacionales en relación con el sexo.

Respecto a las puntuaciones globales de **Logro interior de sentido (PIL)**, las mujeres puntúan más alto que los varones, por tanto, alcanzan mayor logro interior de sentido y menor frustración existencial pero la diferencia no es estadísticamente significativa. Estos resultados son coincidentes con los informados por Crumbaugh (1969), Meier y Edwards (1974) y, en España, por Noblejas de la Flor (1994), en los cuales no se encontraron diferencias significativas entre sexos.

En cuanto a la **Indecisión Vocacional Compleja (IVC)**, las puntuaciones de mujeres y varones son muy similares, y tampoco es estadísticamente significativa. Estos resultados son coincidentes con los obtenidos por Gianakos y Subich (1986) y Gómez Arbeo (1992).

En cuanto a puntuaciones factoriales, las mujeres puntúan más alto que los varones en **experiencia de sentido** y **en eficacia en los estudios**, siendo estas diferencias estadísticamente significativas, la primera al 95% y la segunda al 99%. Las jóvenes estudiadas ven su vida plena de cosas buenas y su vida cotidiana llena de valor y sentido; además de tener conciencia, frente a sus compañeros varones, de ser más eficientes a la hora de estudiar que ellos.

Las mujeres puntúan más bajo que los varones en el factor del **PIL dialéctica destino/libertad** y en la variable vocacional **autoconfianza**. Las puntuaciones son estadísticamente significativa, la primera al 99,9% y la segunda al 95%. Por tanto, los varones -en mayor medida que sus compañeras mujeres- perciben y experimentan que su vida la tienen bajo control, que son libres y que tienen capacidad autodeterminativa. También expresan menor temor ante la muerte y una mayor capacidad de afrontamiento ante la misma. Además los varones muestran más seguridad en la toma de decisiones vocacionales que las mujeres, basada en la información que poseen sobre sus opciones.

Logro Interior de Sentido y variables vocacionales en relación con la modalidad de estudios

Las puntuaciones globales del PIL de los alumnos de la modalidad de ciencias son más altas que los que han elegido la modalidad de letras

pero la diferencia no llega a ser estadísticamente significativa. El logro interior de sentido en ambos grupos se ubica en el nivel de Indefinición aunque los alumnos de ciencias, y en especial las mujeres que eligen ciencias, encuentran mayor sentido a su vida y sobre todo, menor vacío existencial.

En IVC la diferencia en las puntuaciones de los alumnos de ambas modalidades sí resultan estadísticamente significativa al 99.9 %. Los alumnos y alumnas que eligen estudiar bachillerato en la modalidad de ciencias presentan mayor nivel de decisión vocacional que los que lo hacen en la modalidad de letras. Por consiguiente, presentan mayor resolución y convencimiento en el planteamiento de sus opciones y proyectos vocacionales. Estos resultados son coincidentes con los encontrados por Ardit (1988) y Gómez Arbeo (1992).

En cuanto a puntuaciones factoriales, los alumnos de ciencias puntúan más alto que los de letras en el factor del PIL **dialéctica destino/libertad** y en la variable vocacional **autoconfianza**, en ambos casos de forma significativa al 95 %. Por tanto, en nuestra muestra, los alumnos de ciencias se diferencian de sus compañeros de letras en que presentan mayor seguridad respecto a sus proyectos vocacionales así como libertad y preparación para enfrentarse a su futuro. Consideran, en mayor medida que los de letras, que su vida la tienen en sus manos y bajo control.

Los alumnos de ciencias puntúan más bajo que los de letras en las variables vocacionales **dependencia** y **búsqueda de información** y, por consiguiente, en el factor **indecisión vocacional** (ED + PE + BI), todas significativas (al 99,9, 95 y 99,9 % respectivamente. Por tanto, los alumnos de letras manifiestan dificultades a la hora de tomar decisiones vocacionales. Parece que en ellos la búsqueda de información, actividad necesaria para tomar decisiones, se hace conducta obsesiva y a la vez no dejan de solicitar la opinión de otros ante cualquier nueva información (rasgo de dependencia).

Correlaciones entre los factores del PIL y la Puntuación de Indecisión Vocacional Compleja (IVC)

Partiendo de la matriz de correlaciones, observamos que los coeficientes de correlación entre los factores del PIL y la puntuación total de IVC son bastante diversos. Todos ellos alcanzan significación estadística a nivel de confianza del 99,9%, si bien las varianzas compartidas no son muy altas (véase la Tabla 4).

Tabla 4. Relaciones entre el IVC con el PIL y sus factores.

	PIL	PIL_F1	PIL_F2	PIL_F3	PIL_F4
Coefficiente de correlación	$r = .47$	$r = .36$	$r = .40$	$r = .54$	$r = .28$
Varianza Compartida	22%	13%	16%	30%	8%

El factor del PIL que tiene la correlación positiva más alta con la puntuación de IVC es el denominado **metas y tareas** (PIL_F3). La persona que puntúa alto en PIL_F3, se presenta llena de metas bien definidas y con razones que dan sentido a su vida. Enfrenta sus tareas diarias con responsabilidad y desde actitudes muy positivas. Por el contrario, la persona con puntuación baja se mueve por la vida sin metas fijas y manifiesta poca capacidad para encontrar sentido a su vida. Enfrenta sus tareas diarias con displicencia y falta de responsabilidad. La correlación de este factor con la IVC nos indica que los sujetos con mayor puntuación en metas y tareas son también los que manifiestan mayor nivel de decisión a la hora de enfrentarse a una opción vocacional.

El factor del PIL que mantiene la correlación positiva más baja con la puntuación IVC es el denominado dialéctica destino/libertad (PIL_F4). Según estos resultados la capacidad decisoria de los alumnos preuniversitarios se puede predecir, aunque con muchas reservas, a partir de su concepto de autonomía y del control que suponen ejercen sobre su propia vida. En bastante menor medida se correlaciona la IVC con el afrontamiento de la muerte como acontecimiento incontrolado, impredecible e inevitable, y que para estos jóvenes queda muy lejos de sus preocupaciones.

Conclusiones

Los resultados obtenidos nos permiten afirmar que existe una asociación de signo positivo entre el logro interior de sentido e indecisión vocacional compleja, de forma que, a mayor sentido de la vida, mayor puntuación en IVC que se ha de interpretar como menor indecisión y al contrario, a menor sentido de la vida menor capacidad para tomar decisiones vocacionales.

Con estos datos se comprueba que la hipótesis que nos planteamos en este trabajo se ha confirmado.

Respecto a los factores de sentido de la vida, por sexos, las mujeres puntúan más alto en **experiencia de sentido** (significativo al 95%) que los varones y más bajo en **dialéctica destino/libertad** (significativo al 99,9%) que los varones. Por modalidad de estudios, los alumnos/as de ciencias puntúan más alto que los de letras en **dialéctica destino/libertad** (significativo al 95%).

En cuanto a las variables vocacionales, por sexos, las mujeres puntúan más alto en **eficacia en los estudios** que los varones (significativo al 99%) y menos en **autoconfianza** (significativo al 95%). Por modalidad de estudios, los alumnos/as de ciencias obtienen puntuaciones medias más altas en **decisión vocacional** (significativo al 99,9%); mientras que obtienen puntuaciones más bajas en **dependencia** (significativo al 99%) y en **búsqueda de información** (significativo al 95%).

Blanca M^a GÓMEZ ARBEO es doctora en Psicología, especialista en Orientación Vocacional y miembro de la Asociación Española de Logoterapia.

Referencias

Ardit, I. (1988). *Factores de la Conducta Vocacional en la Toma de Decisiones para los estudios universitarios: Contraste empírico de dos situaciones vocacionales diferenciadas*. Tesis doctoral. Valencia: Universidad de Valencia.

Ardit, I. y Rivas, F. (1990). *La toma de decisiones vocacionales*. Valencia: Generalitat Valenciana, Conselleria de Cultura, Educació i Ciencia.

Crites, J. O. (1981). *Career counseling. Models, methods and materials*. New York: McGraw-Hill.

Crumbaugh, J. C. (1968). *Cross-validation of Purpose-In-Life test based on Frankl's concepts*. *Journal of Individual Psychology*, 24, 74-81.

Crumbaugh, J. C. & Maholick, L. T. (1969). *Manual of instructions for the Purpose in Life Test*. Saratoga (CA-USA): Viktor Frankl Institute of Logotherapy.

Frankl, V. E. (1988). *La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1997). *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y al análisis existencial*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (2001). *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*. Barcelona: Herder.

Gómez Arbeo, B. (1992). *Indecisión Vocacional Compleja: Constructo psicológico de la Conducta Vocacional en Estudiantes de Secundaria*. Tesis doctoral. Valencia: Universidad de Valencia.

Gómez Arbeo, B. (1993). Relación existente entre la Indecisión Vocacional Compleja y el género en estudiantes de Secundaria. *Información Psicológica*, 53, 64-65.

Gómez Arbeo, B. y Rivas, F. (1997). Caracterización psicológica y operacionalización de la Indecisión Vocacional Compleja. *IberPsicología*, 2 (2), 7.

Lukas, E. (1988). Para validar la logoterapia. En V. Frankl, *La voluntad de sentido* (pp. 255-284) Barcelona: Herder.

Lukas, E. (2001). *Paz vital, plenitud y placer de vivir. Los valores de la logoterapia*, Barcelona: Paidós.

Noblejas de la Flor, M. A. (1994). *Logoterapia: Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del «logro interior de sentido»*. Tesis Doctoral. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.

Noblejas de la Flor, M. A. (2000). Fiabilidad de los tests PIL y Logotest. *Nous. Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 4, 81-90.

ABUSO DE ALCOHOL Y SENTIDO DE LA VIDA EN UNIVERSITARIOS DE SALAMANCA

Fátima RUFO OVIEDO y José NAVARRO GÓNGORA

Resumen

La evidencia en diferentes estudios sobre la relación entre vacío existencial y drogadicción nos llevó a la realización de esta investigación cuyo objetivo principal fue buscar la relación entre sentido de la vida y abuso de alcohol en población universitaria. Se utilizaron como instrumentos de medida el test PIL (para el vacío existencial), el AUDIT (para medir el consumo de alcohol) y otro cuestionario complementario sobre otras drogas. Entre los resultados más relevantes destacan la relación encontrada entre los resultados de alguno de los ítems del test PIL y la puntuación global del AUDIT.

Abstract

Alcohol abuse and meaning of life in university students in Salamanca

Evidence produced by different studies on the relationship between drug abuse and existential emptiness, led us to carry out this research, the main objective of which was to find the relationship between meaning in life and alcohol abuse in university population. Measuring instruments such as the PIL test (for the existential emptiness), the AUDIT (to measure alcohol consumption) were used, as well as a complementary questionnaire on other drugs. Among the most relevant results, the most outstanding are the relation found between the results of some of the items of the PIL test and the AUDIT total score.

Palabras clave: Logoterapia, Alcohol, Universitarios, Sentido.

Keys words: Logotherapy, Alcohol, University students, Meaning.

Introducción

El consumo de drogas constituye un gran problema en la sociedad que genera importantes consecuencias a nivel físico, psicológico y social. Teniendo en cuenta sólo el alcohol, hay evidencia de que su consumo está muy extendido en todas las edades especialmente entre los 19 a los 28 años (DGPNSD, 2004), período de edad que coincide con los años en los que muchos jóvenes estudian en la universidad. Es una época en la que hay importantes cambios, se comienza la vida adulta y se opta por proyectos vitales.

Los objetivos del presente trabajo son:

- Conocer el comportamiento en consumo de alcohol y otras drogas de los jóvenes universitarios de Salamanca. Especialmente si manifiestan consumos abusivos de alcohol.
- Conocer el comportamiento de dichos universitarios en relación con la variable “sentido de la vida”; es decir si los universitarios han logrado tener un propósito o sentido por el cual merece la pena vivir o por el contrario sienten un vacío existencial por la falta de sentido en sus vidas.
- Analizar si existe relación entre el consumo de alcohol y “sentido de la vida”.
- Comprobar si pudiese haber diferencias en el consumo de alcohol según la edad.

Materiales y método

Esta investigación se realizó en el marco de un trabajo de grado de un programa de doctorado en Psicología Clínica y de la Salud. El objetivo de la investigación no es tanto el generalizar los resultados de las variables de estudio, consumo de alcohol y sentido de la vida, a la población universitaria (enfoque sociológico), sino estudiar cómo se relacionan dichas variables en una muestra universitaria (enfoque psicológico).

Se realizó con un muestreo no probabilístico, accidental, ya que los sujetos que participaron en la investigación son alumnos a cargo de varios profesores de la Universidad de Salamanca que quisieron colaborar.

Los participantes voluntarios fueron un total de 306 (239 mujeres y 67 hombres) con una media de edad de 20,84 años (Sx: 1,99, min: 18 y max: 31).

La recogida de datos se llevó a cabo en los meses de Abril y Mayo de 2008 y participaron alumnos de diferentes Facultades (Psicología, Derecho, Economía y Comunicación). Es importante resaltar que los alumnos que participaron en la investigación son aquellos que asistían a la clase, por lo que se presupone que esta muestra sea más responsable que la población universitaria general.

Se aplicó los cuestionarios antes del comienzo de las clases de los alumnos, pidiendo que dicha participación fuese voluntaria. Se dio una explicación estandarizada igual para todos, explicando lo que se pretendía medir.

Instrumentos

Para poder medir el consumo de alcohol se utilizó el cuestionario AUDIT, Test de Identificación de los Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol. El AUDIT fue desarrollado en 1989 por la Organización Mundial de la Salud (Babor et al, 2001) como un método simple de cribado del consumo excesivo de alcohol y como un apoyo en la evaluación breve. Posee una fiabilidad de $r = 0,86$. Su objetivo es identificar a las personas que están realizando consumos dañinos o arriesgados, es decir, en situación de riesgo, que no tiene criterios de dependencia. Sería útil para la intervención precoz. Además incluye indicadores de consumo problemático y de dependencia (Sáiz et al., 2002).

Para objetivar la variable sentido de la vida se usó el cuestionario PIL en su versión en español (Noblejas de la Flor, 1994 y 2000). El PIL (Purpose In Life), con fiabilidad 0,879, fue desarrollado en los Estados Unidos por Crumbaugh y Maholick, (1969). Tiene como objetivo detectar “vacío existencial” provocado por la falta de “sentido en la vida”.

A estos dos tests se añadió un cuestionario complementario sobre consumo de otras sustancias en general y unas preguntas para saber algunos datos sociodemográficos.

Procedimiento estadístico

Los resultados obtenidos en los cuestionarios administrados se analizaron con el paquete estadístico SPSS versión 15.0 para Windows.

Para analizar los datos se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman para datos cuantitativos en escalas ordinales (que fueron las escalas utilizadas en este estudio).

A las variables primarias del estudio, consumo de alcohol y sentido de la vida, se añadieron dos variables nuevas. Una es el *policonsumo*, que se ha hallado tomando en cuenta el número de sustancias que consume cada individuo sin tener en cuenta el alcohol. Otra es la variable *policonsumo con alcohol*, en la que se añade el alcohol teniendo en cuenta el primer ítem del cuestionario AUDIT (¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?).

Además de un *índice de consumo*, como suma de puntuaciones de los ítems del cuestionario sobre consumo de sustancias y el primer ítem del AUDIT, para obtener una medida global de cantidad de consumo.

Resultados

En relación a la frecuencia de consumo de alcohol por parte de los universitarios un 95,8% consume en la actualidad alcohol, frente a un 4,2% de abstemios. Un 56,8% de los universitarios objeto de estudio resultó bebedor de riesgo.

No se ha encontrado relación significativa entre la edad y las puntuaciones en el test AUDIT. Aunque la correlación resultante fue negativa (habría cierta tendencia a menor consumo a medida que avanza la edad), por lo que en muestras más amplias podría resultar significativa.

Respecto a la variable “sentido de la vida”, más de la mitad de los universitarios (un 63,1%) no tienen un sentido de la vida aún logrado.

En relación al consumo de otras sustancias un 1% de los universitarios consume anfetaminas, un 2,3% cocaína, un 0,70% LSD, un 21,2% marihuana, un 20,9% hachís, un 1,6% meta-anfetaminas, un 5,2% tranquilizantes y un 1,6 éxtasis.

Según los resultados obtenidos las personas suelen consumir drogas de un mismo tipo de acuerdo a los efectos. Hay personas que suelen consumir únicamente drogas estimulantes (éxtasis, meta-anfetaminas, LSD,

anfetaminas, cocaína) y otras sólo depresoras (como tranquilizantes, hachís y marihuana).

No se ha encontrado correlación lineal entre las puntuaciones del test AUDIT y las puntuaciones del test PIL. Pero sí se ha encontrado relación inversa significativa entre tres de los ítems del PIL y el AUDIT.

Se ha encontrado relación inversa estadísticamente significativa entre el ítem 12 del PIL (Al considerar el mundo en relación con mi vida, el mundo: Me confunde totalmente / Tiene significado para mi vida) y las puntuaciones del cuestionario AUDIT. También entre este mismo ítem y el consumo de marihuana. Los que tienen una puntuación más alta en consumo de alcohol y marihuana puntúan más bajo en este ítem, no encuentran (o en menor medida) un significado del mundo en relación con sus vidas.

Con el ítem 13 del PIL (Yo soy: Un irresponsable / Muy responsable) ocurre algo similar. Se ha encontrado relación inversa estadísticamente significativa entre éste y la puntuación global del AUDIT y el consumo de marihuana y de hachís.

El ítem 19 del test PIL (Enfrentarme con mis tareas diarias es: Una fuente de placer y satisfacción / Una experiencia aburrida y penosa) correlaciona significativamente en sentido inverso con la puntuación total del AUDIT. Los sujetos que obtienen una puntuación más alta en consumo de alcohol puntúan más bajo en este ítem, es decir se inclinan más por “enfrentarse a mis tareas diarias es una experiencia aburrida y penosa”.

Al realizar los análisis estadísticos se encontró además una relación significativa entre la edad y los ítems del test PIL: 1, 4, 17 y 19. A mayor edad los universitarios se muestran más entusiasmados, mientras a menor edad más aburridos; según aumenta la edad aumenta el significado de la existencia personal de los universitarios; a menor edad ese significado disminuye, a mayor edad es mayor percepción de sentido o propósito en la vida, mientras a menor edad ésta es menor o nula, y por último, los resultados indican que, según avanzan los años, los alumnos consideran una fuente de placer y satisfacción enfrentarse con sus tareas diarias, mientras a menor edad, enfrentarse con las tareas diarias les resulta una experiencia más aburrida y penosa.

Discusión

La frecuencia de consumo de alcohol por parte de los universitarios de Salamanca no difiere de los resultados obtenidos en otras investigaciones efectuadas tanto en la misma provincia como en otras de España. Un 95,85% consume alcohol (García del Castillo et al., 2006; Cortés et al., 2007; Redondo et al., 2001; Salamanca et al., 2003). Y un 56,8% es consumidor de riesgo. Esto podría indicar que los universitarios poseen una baja percepción de riesgo de su propio consumo. Incluso puede ser visto como algo beneficioso, como se ha visto en otros estudios (Pascual, 2002; Mora-Ríos y Natera, 2001), que facilita la interacción grupal, mejora la relación con los demás, les sirve de evasión, para integrarse en el grupo, etc.

Más de la mitad de los universitarios salmantinos (un 63,1%) no tiene un sentido de la vida aún logrado, hecho que no varía de otros estudios realizados (Castro, 2000; Magalla et al., 2006 y Prats, 2001).

La falta de correlación entre el consumo de alcohol y el sentido de la vida podría ser debido a que el consumo de alcohol está muy normalizado en la sociedad y para la mayoría de los jóvenes “beber” es un acto más en su repertorio de conductas sociales y de ocio, y no necesariamente significa que lo realicen por olvidarse de sus problemas o porque su vidas no tengan sentido.

Los universitarios que tienen una puntuación más alta en consumo de alcohol, marihuana y hachís se perciben más irresponsables. Las personas con mayor responsabilidad son más conscientes a la hora de manifestar comportamientos perjudiciales o negativos para su salud, por lo que consumirían en menor medida sustancias nocivas.

Los sujetos que consumen de forma más elevada les resulta más costoso enfrentarse a las tareas diarias; dan prioridad a la diversión.

Según aumenta la edad aumenta el significado de la existencia personal de los universitarios, poseen una mayor percepción y experiencia de sentido o propósito en la vida y consideran una fuente de placer y satisfacción enfrentarse con sus tareas diarias.

Conclusiones

El 95,8% de los universitarios consume alcohol, y un 56,8% resultó bebedor de riesgo. Se encontró cierta tendencia (no significativa) a menor consumo de alcohol según avanza la edad.

Los estudiantes universitarios consumen con mayor frecuencia el hachís y la marihuana que otras drogas.

Respecto a la variable “sentido de la vida”, más de la mitad de los universitarios (un 63,1%) no tienen un sentido de la vida aún logrado.

No se ha encontrado correlación lineal entre el consumo de alcohol (medido con el AUDIT) y las puntuaciones sentido (medidas con el test PIL). Pero sí se ha encontrado relación inversa significativa entre tres de los ítems del PIL y el AUDIT; son los referidos a la consideración del mundo en relación a su vida, a la responsabilidad y al enfrentamiento con las tareas diarias.

Se ha encontrado relación significativa entre la edad y cuatro ítems del test PIL referidos al entusiasmo por la vida, el significado de la existencia personal, la percepción de sentido y el enfrentamiento con sus tareas diarias.

Fátima RUFO OVIEDO (fatimaruf@usal.es) es licenciada en psicología y tiene diploma en Estudios Avanzados en Psicología Clínica y de la Salud, por la Universidad de Salamanca.

José NAVARRO GÓNGORA (jgongora@usal.es) es profesor titular de psicología de la Universidad de Salamanca, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos.

Referencias

Babor, T.F., Higgins-Biddle, J.C., Saunders, J.B. y Monteiro, M.G., (2001). *AUDIT. Cuestionario de Identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol. Pautas para su utilización en Atención Primaria.* WHO/MSD/MSB/01.6a. Valencia: Generalitat Valenciana, Organización Mundial de la Salud.

Castro, C. (2000). *La vida no tiene sentido: el vacío existencial en estudiantes de pregrado en la U.C.A.B.* Tesis de grado. Caracas: Universidad Católica Andrés Bello.

Cortés Tomás, M.T; Espejo Tort, B; Jiménez Costa, J.A. (2007). Características que definen el fenómeno del botellón en universitarios y adolescentes. *Adicciones* 19 (4), 357-372.

Crumbaugh, J.C. y Maholik, L.T. (1969). *Manual of instructions for the Purpose in Life Test.* Saratoga, USA: Viktor Frankl Institute of Logotherapy.

DGPNSD. (2004). *Encuesta domiciliaria sobre consumo de drogas.* Madrid: Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Gobierno de España.

García del Castillo, J.A; López Sánchez, C; Quilés Soler, M. C. (2006). Consumo de alcohol, actitudes y valores en una muestra de estudiantes universitarios de la provincia de Alicante. *Salud y drogas*, 2, 149-159.

Magalla Valladares, L; Zavala Berbena, M.A.; Ibarra Tarango, I.; Gómez Medina, M.I.; Gómez Medina, M.M. (2006). El sentido de la vida en estudiantes de primer semestre de la Universidad de La Salle Bajío. *Revista del Centro de Investigación. Universidad La Salle*, 6 (22) 5-13.

Mora-Ríos, J.; Natera, G. (2001). Expectativas, consumo de alcohol y problemas asociados en estudiantes universitarios de la ciudad de México. *Salud Pública*, 43, 89-96.

Noblejas de la Flor, M.A. (1994). *Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicaciones. Una experiencia de evaluación del "logro interior de sentido"*. Tesis doctoral. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.

Noblejas de la Flor, M.A. (2000). Fiabilidad de los tests PIL y Logotest. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 4, 81-90.

Pascual Pastor, F (2002). Percepción del alcohol entre los jóvenes. *Adicciones*, 12 (supl.1), 123-131.

Prats Mora, J.I. (2001). Logoterapia y adolescencia. *NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, 5, 35-49.

Redondo Martín, S; Mirón Canelo, J.A; López Sosa, C. (2001). Consumo de alcohol en universitarios, metodología de estudio. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, 57, 29-40.

Salamanca Fresno, L; Sancho Saúco, B; Sanmartín Sánchez, L; Sarmentera Conway, E. (2003). *Estudio del patrón de consumo de alcohol en los jóvenes universitarios de Madrid y su relación con cambios en la legislación*. Madrid: Hospital Clínico San Carlos.

Sáiz, P.A; G-Portilla, M.P; Paredes, M.P; Bascarán, M.T.; Bobes, J. (2002). Instrumentos de evaluación en alcoholismo. *Adicciones*, 14 (supl.1), 387-403.

LOGOTERAPIA Y TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO: UNA APROXIMACIÓN COMPARATIVA

Miguel Ángel CONESA FERRER

Resumen

La Logoterapia es una terapia abierta a aportaciones de otras formas de entender la relación de ayuda. Desde este planteamiento aperturista, esta reflexión es un intento por recorrer el paralelismo entre dos escuelas psicológicas: la Terapia de Aceptación y Compromiso y la Logoterapia. Se revisan los elementos fundamentales, tanto de su base teórica y antropológica, como los recursos terapéuticos, en la búsqueda de lo complementario más que de lo diferenciador.

Los elementos en común son la aceptación del sufrimiento como parte de la vida y la capacidad de sobreponerse por encima de los propios condicionantes. Para la Terapia de Aceptación y Compromiso, encuentran aquello que es capaz de motivar a la persona; para la Logoterapia, desde la libertad para decidir qué actitud adoptar ante el sufrimiento. La diferencia clave es la consideración de la parte espiritual de la persona como esencial y constituyente del ser humano, como defiende la Logoterapia, o como algo accesorio y condicionado conductualmente según la Terapia de Aceptación y Compromiso. Sin embargo, los elementos en común sirven para un trabajo en conjunto o en paralelo.

Abstract

Logotherapy and Acceptance and Commitment Therapy: a comparative approach

Logotherapy is a therapy open to contributions from other forms of understanding the helping relationship. From this open proposition, this reflection is an attempt to review the parallelism between two schools of

psychology: the Therapy of Acceptance and Commitment and Logotherapy. Fundamental elements of, both his theoretical and anthropological basis and the therapeutic resources are reviewed, looking for the complementary aspects rather than for the differing ones.

The common elements are the acceptance of suffering as part of the life and the capability to overcome the self conditioning ones. For the Therapy of Acceptance and Commitment, finding what is capable of motivating the person, for the Logotherapy, from the freedom to decide what attitude to adopt in front of the suffering. The key difference is the consideration of the spiritual dimension of the person as essential and constituent of the human being for Logoteraphy whereas for the Therapy of Acceptance and Commitment it is only accessorial, and behaviourally conditioned. Nevertheless, the common elements allow to work together or in parallel.

Palabras clave: Logoterapia, Terapia de Aceptación y Compromiso, Valores.

Key words: Logotherapy, Therapy of Acceptance and Commitment, Values.

Introducción

La Logoterapia es una terapia abierta a aportaciones de otras formas de entender la relación de ayuda. Frankl siempre ha abogado por una complementariedad de las distintas formas de psicoterapia, aceptando de base que el interés de la Logoterapia es el ser humano y todo lo que ayude al hombre es, en principio, bienvenido.

Desde este planteamiento aperturista, la reflexión que presento es un intento por recorrer el paralelismo entre dos escuelas psicológicas que tienen elementos en común y que parten de una forma muy parecida de entender al ser humano. Para ello, revisaremos los elementos fundamentales de la Terapia de Aceptación y Compromiso, tanto su base teórica y antropológica como los recursos terapéuticos para compararlo con los fundamentos de la Logoterapia, en la búsqueda de lo complementario más que de lo diferenciador.

Sobre la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)

La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT, Therapy of Acceptance and Commitment) se define como “*Un tratamiento conductual orientado a los valores*” (Wilson y Luciano, 2002) y se enmarca dentro de las terapias de tercera generación de las cognitivo conductuales.

*“Las diferencias de estas terapias con las de segunda generación son que las de 3ª, enfocan los casos desde una perspectiva contextualista, individual, cuyo principal objetivo no es la reducción de síntomas que presenta el paciente sino una **reorientación de la vida de la persona**, sin importar si los síntomas se reducen o no.*

Mientras que las de 2º generación tienen un enfoque de déficit o defecto de la persona, presupone que la causa del trastorno es un defecto/déficit en el funcionamiento psicológico de la persona y el objetivo principal es la reducción de los síntomas que presenta el paciente, que definirá la eficacia de la terapia (a mayor reducción de síntomas, más eficaz es la terapia)”. (Pena Vivero, 2010, p. ppal.)

Así, estas terapias incluyen la reorientación general de la persona al margen de los síntomas. En realidad, el avance ha conducido a aceptar los elementos internos como parte importante del tratamiento. Desde esta posición, aunque siempre van a considerar los procesos internos como conductas y por lo tanto sujetas a las leyes del aprendizaje, aceptan que hay algo personal, privado, peculiar, en cada persona y que hay que tenerlo en cuenta a la hora de establecer un plan de ayuda.

Paralelismo antropológico

A favor de ambas orientaciones hay que reconocer que tienen una **base filosófica** definida. Ambas formas de entender tanto al hombre como el proceso de la relación de ayuda terapéutica tienen elementos en común.

1. Se centra en **descubrir lo valioso para cada uno**. Estos son los **valores** que motivarán el cambio. Hemos visto que ACT se define haciendo referencia a los valores. Para nosotros, desde la Logoterapia, los valores, en su triple realidad, son un elemento fundamental. Así, ambas psico-

logías parten de ellos. La forma en que cada una los entiende tiene matices particulares; pero por ahora basta con saber que hay elementos en común. Valor es, en definitiva, todo lo que motiva a la persona al cambio. Por eso ACT trata de reorientar a la persona hacia los valores que importan en su vida.

2. Asume que **el sufrimiento es parte de la vida** y que la cultura hedonista en la que vivimos lo rechaza e intenta que desaparezca de forma inmediata. Y a base de no querer sufrir, de evitarlo, el ser humano ha terminado por sufrir más y por más cosas. Generalmente, consideramos que sentirse bien es lo normal y todo lo que no sea estar bien es patológico o por lo menos candidato a desaparecer. El sufrimiento se ve como anormal y se evita.

“Ser feliz versus sufrir se asocia con frecuencia a disfrutar todo lo posible, mejor pronto que tarde, y a evitar cualquier tensión, sufrimiento y esfuerzo: una vida sin complicaciones es una vida feliz. De forma que cuando uno sienta malestar o sufrimiento vive la experiencia como algo negativo en sí mismo y puede llegar a actuar como si esto representase realmente una insalvable barrera para poder hacer lo que uno quiere y tiene que hacer” (Luciano et al., 2006, p. 34).

Frankl lanza un reto a la persona: Patere aude, atrévete a sufrir, acepta el sufrimiento que no puedes evitar. No escapes del sufrimiento. Somos también hombres dolientes, sufrientes, y en ello podemos encontrar parte importante de nuestra esencia y nuestro sentido.

La Terapia de Aceptación y Compromiso, como la Logoterapia, no rehuye el sufrimiento. Acepta el que es inevitable y confronta con él en vez de esconderlo. Incluso afirma que cuando hay dolor, cerca hay una posibilidad considerable de encontrar un valor, algo que realmente importa a la persona y es capaz de motivar el cambio. Ninguna de las dos va a provocar sufrimiento a propósito, pero si en un momento dado es necesario que la persona transite por sensaciones desagradables, no es óbice para el terapeuta; no se intenta a toda costa disminuir el sufrimiento por todos los medios posibles, aunque esto suponga vivir algunas experiencias poco gratas. Las dos corrientes psicológicas cuentan con ello, ACT para superar el condicionamiento subyacente a la sensación de sufrimiento; la Logoterapia, para encontrar el sentido desarrollando valores actitudinales.

3. ACT siempre parte de que **el lenguaje está presente en todo lo humano**; ellos lo desarrollan desde la **teoría del marco relacional**, que, en resumen, defiende que el lenguaje está claramente relacionado con la lógica, el establecimiento de relaciones de causa efecto y la solución de problemas, sin que tengamos que aprender siempre por ensayo y error. Hay pensamientos, emociones, recuerdos,... que surgen por vías derivadas. Ya no sentimos y vemos las cosas en sí, sino tamizadas por el lenguaje, que cobra más fuerza que la realidad misma. Lo hemos aprendido a base de relacionar eventos condicionalmente hasta que luego se abstrae el contexto que lo relaciona y se aplica a eventos nuevos, distintos de los que permitieron la abstracción inicial. A partir de ahí se **fusionan** y tomamos las palabras como si fueran la verdad misma. Así, como ejemplo, la palabra “risa” nos provoca algo positivo y la palabra “frustración” lleva aparejado algo malo, negativo, de lo que queremos huir. Son barreras socio-verbales que nos impiden vivir plenamente.

En definitiva, la enseñanza es que no debemos creer a pies juntillas nuestros pensamientos, que somos tan verbales que las cosas ya no las vemos ni sentimos en sí, sino tamizadas por el lenguaje. *“Por este camino, nuestros problemas han acabado por tener, primordialmente, un origen verbal: nuestras preocupaciones no tienen por qué tener un equivalente en el mundo real. Y, aun cuando las tengan, normalmente es nuestra capacidad verbal e imaginaria la que las convierte en algo insufrible”* (Barraca, 2005, p. 47).

El objetivo es caer en la cuenta de que cada pensamiento es sólo una posibilidad. No debemos tomarlos como verdad absoluta: *“La identidad personal no puede estar ligada a algo tan voluble como los pensamientos”* (Barraca, 2005, p. 67). La logoterapia no se centra específicamente en este análisis cognitivo, sino que trata de ver con amplitud los problemas y no quedarse con visiones parciales, al tiempo que se basa en la capacidad de autodistanciamiento de las personas.

4. La vida es irreversible y sólo se vive una vez. Para ACT es importante que nos demos cuenta de que la vida es limitada y pasajera, que sólo tenemos esta oportunidad para vivir. Por eso debemos considerar cómo queremos vivirla. Vivir sólo una vez nos ayuda a pensar lo que hacemos y si es lo mejor que podemos hacer o lo que queremos seguir

haciendo. Desde la Logoterapia hablamos de **responsabilidad**: la capacidad de responder libremente a las preguntas que ofrece la vida en cada situación en que nos encontramos, así como de asumir las consecuencias o efecto de nuestras elecciones.

5. Ambas **se basan en la experiencia del paciente**. Es lo realmente importante y en ello hay que centrarse. La ACT parte de que el cliente siempre trae un plan con el que solucionar sus problemas y hay que enseñarle a que descubra cosas nuevas, nuevas formas de afrontamiento. Siempre hay que ir acompañando al paciente, nunca por delante; ellos lo tienen muy en cuenta. El paciente es el que tiene la clave, el que sabe cómo solucionar, él sabe de su experiencia más que el terapeuta y hacia dónde quiere ir. El terapeuta tiene que comprender su experiencia y le pide ayuda para que lo haga, no tiene inconveniente en preguntar lo necesario para comprenderle. En este sentido, la Logoterapia siempre parte igualmente de la situación y experiencia de la persona. No podemos encontrar el sentido por los demás, pues cada cual ha de descubrir el suyo y cada ser humano tiene la clave para transformar la realidad en una experiencia de sentido; aunque si podemos ayudar a los demás a descubrirlo. La Logoterapia también acompaña frente a imponer soluciones.

6. Las dos **cuentan con los valores del terapeuta** e incluso en el caso de la ACT se pide que el terapeuta explicita sus propios valores con respecto a la terapia, es decir, que manifieste los siguientes valores implícitos: la resistencia al sufrimiento que nos enseña la comunidad social-verbal es dañina; una vida valiosa puede vivirse bajo cualquier circunstancias y bajo todas las condiciones; hay tanta vida en un momento de dolor como en un momento de placer. Desde la Logoterapia el terapeuta es ejemplo de una vida con valores; no los explicita, pero es modelo de que hay una forma distinta de vivir la vida.

Conceptos claves de ACT y logoterapia. Una visión en paralelo

Desarrollamos en este apartado los conceptos claves de ACT con su paralelo en la Logoterapia.

- **Trastorno de evitación experiencial.** Es un concepto clave para la Terapia de Aceptación y Compromiso. Consiste en la negación a aceptar algunos sucesos o partes de la vida, algunas experiencias que nos han sucedido y que, en principio y de forma casi instintiva, tendemos a evitar. *“Es un patrón inflexible y que consiste en que para poder vivir se actúa bajo la necesidad de controlar y/o evitar la presencia, recuerdos, sensaciones y otros eventos privados”* (Luciano y Valdivia, 2006, p. 80). Explicado de otra forma: *“Evitar los pensamientos, sentimientos, emociones y sensaciones que nos resultan desagradables, pero de forma destructiva”* (García Higuera, 2007, p. ppal.), es decir, sin saber calcular y sin importar las consecuencias a largo plazo.

El intento por controlar los procesos internos lleva a acabar descontrolando la propia vida. Pero hemos de reconocer que durante un tiempo funciona: evitar la angustia hace que no la vivamos en toda su dureza e intensidad.

No se trata tanto de evitar el problema (como el miedo o la angustia) sino de alterar las relaciones hasta ese momento adaptativas entre sentirse mal y paralizar la vida. A pesar de encontrarme mal, puedo actuar, puedo hacer algo. Sentirse mal no significa directamente no poder hacer nada.

Acepta lo que no se puede cambiar. Cambia lo que sí se puede de acuerdo a los valores, eso que te atrae y motiva lo suficiente como para que compense enfrentarse a lo negativo con el fin de conseguirlo.

Y, añadimos desde la Logoterapia: no olvides que siempre hay una alternativa, que podemos encontrar sentido en cualquier situación y que la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia. En este sentido, la Logoterapia da un paso más.

- **Dolor y trauma.** No es lo mismo dolor que trauma. Creo que ambas formas de terapia parten de que la vida va a suponer para cada uno de nosotros una cierta cantidad de dolor. ACT considera distinto el dolor y el trauma, que sería el dolor unido a una respuesta destructiva al dolor. El dolor se puede separar del sufrimiento. Una cosa es el dolor y otra el trauma, que se produce cuando nos negamos a experimentar el dolor, ya

que el mismo hecho de intentar defenderse de él provoca que se mantenga durante más tiempo. *“Es la lucha lo que convierte un suceso en doloroso en un trauma”* (Barraca, 2005, p. 90)

Para la Logoterapia el dolor no deja de existir pero la actitud que ante él se adopte hace que cobre sentido, al poder superarnos a nosotros mismos afrontándolo con dignidad.

- **Valores.** Tanto ACT como Logoterapia hablan de los valores como parte importante dentro de la relación de ayuda.

¿Qué entiende la Terapia de Aceptación y Compromiso por “valor”? Es cualquier cosa importante para la persona, lo que quiere hacer con su vida o lo que le gustaría conseguir si no estuviera como está. Los valores, entonces, actúan como motor de cambio, puesto que mueven a realizar acciones para acercarse a ellos. Por eso es muy importante para ACT hacer caer en la cuenta al paciente de cuales son sus valores y para ello usa todos los recursos a su alcance. (metáforas, ejercicios experienciales...) para ayudar a descubrir al paciente qué es lo importante en su vida, en cada faceta de su vida (familia, ocio...). Una vez que la persona tiene claros sus valores es capaz de traducirlos en acciones: quiero y hago esto para conseguirlo. Valorar es actuar. Los valores son una entidad abstracta que se materializa en metas y objetivos concretos, que ya desde el primer momento compromete a la persona a una serie de actos para conseguir vivir de acuerdo a sus valores. *“Clarificar los valores equivaldría a rastrear con el paciente las facetas de su vida que considera importantes e identificar aquellos valores que continúan ahí... movilizándolo a la persona a actuar cada día en dirección a esas cosas que siguen siendo relevantes.”* (Montesinos y Páez, 2009, p. 7)

Un resumen de lo que significan para la ACT y la Logoterapia se recogen en la Tabla 1.

Tabla 1. Síntesis del significado de los valores para la ACT y la Logoterapia.

	ACT	LOGOTERAPIA
ACTÚAN COMO REFERENTE	Los valores son como una brújula que nos permite detectar si lo que hacemos va en la dirección que importa.	Más bien como un faro, que orienta, dirige e ilumina.
ELECCION vs. RESPUESTA	Los valores son siempre personales y de libre elección.	Los valores son siempre personales... y de libre elección y respuesta. Ante su llamada me decido y respondo a ellos, a los que me presenta la vida.
ATRACCION vs TRACCIÓN	Los valores motivan y atraen, no arrastran.	La Logoterapia insiste en que los valores atraen.
CURATIVOS	Dirigir la vida hacia los asuntos importantes mitiga el dolor. Cuando actuamos de acuerdo con los valores, nos sentimos bien.	Descubrir el sentido en cada cosa, suceso y momento nos hace ser más sanos mentalmente y plenos existencialmente.
PROVOCAN TENSION	Definen un estado de tensión entre lo que soy y lo que quiero llegar a ser.	Nos orientan en nuestro proceso, somos seres en camino, en construcción.

Creo que uno de los conceptos que se asemejan a los *valores tal como los entiende ACT es lo que Fabry denomina logopistas*: “una frase, una palabra o indicación no verbal, como un tono brusco o de excitación que insinúen lo que es significativo para el paciente; tal vez sea un valor que se aprecia mucho y se manifiesta en una creencia religiosa, en una promesa, en una vocación o en un pasatiempo” (Fabry, 2006, p. 30). En las logopistas encontramos referencias a lo que es importante para la persona. Seguramente desde ACT se partiría de las mismas manifestaciones explicadas por Fabry para hacer referencia a ese motor de cambio que supone encontrar los propios valores.

La capacidad de los valores en ACT para provocar un cambio en el sujeto no es desconocida para la Logoterapia, que aboga por dar siempre el paso desde lo que se es hasta lo que se puede llegar a ser en lo que lla-

mamos **noodinamismos**. Siguiendo a Fabry (2006) podemos decir: “No es suficiente descubrir lo que se es realmente y luego soñar despierto con esa imagen- Se tiene que hacer algo acerca de ese descubrimiento Puede usted cambiar por sí mismo, desde lo que es hasta lo que puede llegar a ser” (p. 90)

Elementos terapéuticos

- **Evaluación.** El tratamiento con ACT supone una evaluación inicial, conductual, del paciente, con especial atención a los condicionamientos verbales y a las soluciones que el paciente usa para solucionar el problema. Siempre el paciente hace algo para solucionar la situación negativa que vive. Pero casi siempre lo que hace no funciona.

El esquema que suele seguir parte de ver qué le ocurre a la persona, con qué relaciona el problema y qué ha hecho para resolverlo. A partir de ahí el análisis será sobre los resultados que ha conseguido a corto y largo plazo con su forma de resolución y las limitaciones que supone para el paciente el problema que presenta.

La logoterapia cuenta con la conceptualización del Análisis Existencial como elemento central en la evaluación inicial, que permite diferenciar condicionamientos y posibilidades.

- **Desesperanza creativa.** El paciente llega con una idea de cómo resolver su problema y quiere que el terapeuta le ayude a ir en esa dirección; en realidad, no ve otra salida. Es necesario crear sensación de desesperanza, enseñarle y hacerle caer en la cuenta de que lo que hasta ahora viene haciendo no funciona y lo único que ha logrado es alejarle de aquello que es importante en su vida. Los intentos de control no han sido una solución sino el problema. Por ello se orienta al paciente a que debe cambiar de planes. Quizá la frase que más suena en una sesión de terapia ACT es: “¿y cómo te ha ido haciendo...?” Cuando la persona se da cuenta de que lo que ha hecho hasta el momento no le ha funcionado, entra en la desesperanza pero con la seguridad –por parte del terapeuta- de que será fructífera.

La logoterapia acompaña para descubrir la propia libertad y responsabilidad respecto al pasado, al presente y al futuro.

- **Aceptación.** Promover la aceptación frente a la cultura que aboga por evitar lo negativo. Los problemas no desaparecen ni falta que hace, porque puedo distanciarme de ellos y seguir aun/a pesar de ellos. Podemos abrirnos a la experiencia de los sentimientos, emociones y sensaciones de cualquier tipo sin hacer que desaparezcan. *“La aceptación a la que me he referido no es un conformismo pasivo y victimista, no es lo mismo que la resignación y, ciertamente, no es algo a lo que saquemos un beneficio secundario (p.ej la atención de los demás) o un placer masoquista (regodeándonos en nuestro propio sufrimiento) sino que es una postura activa –porque con la aceptación vamos en la dirección que hemos elegido-, consciente y frente a la cual se mantiene una actitud templada”* (Barraca, 2005, p. 209). Aceptar supone dar la bienvenida al malestar que pueden llevar algunos recorridos vitales. Perseverar en los objetivos vitales y relevantes para uno mismo ayuda a esclarecer un sentido valioso para la vida.

En la logoterapia el sufrimiento es uno de los existenciales de la triada trágica de la vida. No se trata tanto de tener una vida sin problemas, sino de que los problemas sean más humanos y podamos reponderles con dignidad.

- **Desarme cognitivo.** Básicamente, consiste en distanciarse de los propios pensamientos. Dentro de esta parte de la ACT se realiza un cambio contextual de los contenidos cognitivos no deseados o negativos. Porque el control es el problema realmente; usando una de las metáforas que ellos mencionan, *“la lluvia sólo es un problema cuando no te quieres mojar”*, igual ocurre con la ansiedad, el miedo... Sólo son problema si no se quieren tener. Estamos cerca de la intención paradójica.

La ACT usa la paradoja para hacer ver a los pacientes que no querer tener pensamientos y emociones negativos conlleva tenerlos. Por eso ayuda a romper este deseo, al igual que cuando sugerimos a las personas que practiquen la Intención Paradójica: aceptamos que querer evitar algo es un estímulo para que se mantenga y optamos por hacer justo lo contrario: aceptar el sentimiento, pensamiento o sensación negativa y buscarlo positivamente.

También dentro de este contexto se habla en ACT del yo como contenido y el yo como contexto. Se trata de poder llegar a ver el yo, a cada uno de nosotros, como contexto, conformado en la historia personal de todas las acciones, situaciones y momentos vividos; no el yo como contenido, lo que decimos o creemos que somos. Yo no soy sólo mis pensamientos, sino algo más. Ni sólo mi cuerpo o los roles que desempeño. No somos igual a nuestros pensamientos, sentimientos o emociones. Los pensamientos son puras funciones verbales, no barreras infranqueables. Vales por encima de tus pensamientos. Con un ejemplo que suele usar la ACT: la casa vale aunque los muebles no sean de calidad.

Desde la Logoterapia hablamos de **derreflexión**. De otro modo, algunos autores de ACT la mencionan: *“Nadie que piensa y piensa sobre sí mismo es dichoso. En cambio, la persona dirigida hacia el exterior no se cuestiona si es más o menos feliz, pues está ocupado con cosas que son más útiles”* (Barraca, 2005, p. 176). De otro modo expresado: *“Algunas personas están hiperreflexionando siempre acerca de su bienestar. Esta hiperreflexión está realmente interfiriendo el propio bienestar”* (Fabry, 2006, p. 63).

De forma paralela, ambas corrientes abogan por que el sujeto se distancie de sus pensamientos. Desde la Logoterapia hablamos de **auto-distanciamiento**. ACT propugna un distanciamiento de los propios pensamientos: *“Lograr el distanciamiento, es decir, tomarlas por pensamientos que genera su mente y no por verdades reales e independientes de uno mismo, facilita la aceptación del malestar”* (Barraca, 2005, p. 200)

“El problema real, lo que hay que cambiar, es la solución ineficazmente intentada” (Álvarez, 1998, p. 35)

- **Diálogo Socrático**. Para la logoterapia es una forma de ayudar a las personas a encontrar el sentido de lo que vive; para ACT es una forma de acceder a lo que es realmente importante en la persona y capaz de ponerla en movimiento. La diferencia es de filosofía de base; un mismo instrumento, un diálogo inquiriendo por lo realmente importante puede servir a distintos fines.

- **Humor.** Ambas formas de ayuda consideran que el humor es una forma de ayuda en la terapia; para la Logoterapia el humor es una forma de distanciarse de sí mismo, para ACT la forma de que la persona, por medio de la exageración y casi caricatura, entre en la desesperanza creativa que supone darse cuenta de que los medios que ha usado hasta ahora son ineficaces.

- **Compromiso.** Estar dispuesto y abierto a lo que se teme y construir patrones de acción comprometida. Aprender a caer y levantarse. Decidir actuar. Aquello con lo que nos enfrentamos nos hace crecer. No intentes liberarte de la mochila; vuelve a ponerte en marcha con ella a cuestas. El tema de fondo no es si estoy bien o mal, sino si puedo seguir adelante estando de una u otra forma y establecer un compromiso traducido en acciones que me lleven al cambio. A pesar de todo, pase lo que pase, siempre puedo hacer algo, para la Logoterapia es encontrar un sentido sanador dentro de lo que me sucede o a pesar de lo que me sucede, dando respuesta a la interrogación que la vida me plantea; para la Terapia de Aceptación y Compromiso, decidiendo actuar a pesar de los sucesos que acontecen. El compromiso supone una decisión deliberada de ponerse en marcha, de actuar a pesar de las circunstancias. En buena lógica, decidir seguir adelante, tras habernos distanciado de nuestros pensamientos acerca de cómo nos encontramos. Estar “bien” o “mal” no es más que una forma de conceptualizarnos, de pensar sobre nosotros mismos; si nos diferenciamos de nuestro propio pensamiento, dándole realmente el valor que le corresponde, es natural que decidamos actuar de una forma diferente. Por ejemplo, ya no importa tanto si tengo o no pensamientos depresivos o miedo a subir en un ascensor, sino si soy capaz de hacer algo a pesar de tener estos pensamientos o miedos: puedo seguir viviendo la vida a pesar de los pensamientos y puedo subir en un ascensor a pesar de tener miedo. Pero hace falta distanciarse de los sentimientos asociados a estos pensamientos y dar un paso decidido a la acción, al compromiso.

Discusión personal

Creo que el recorrido que hemos hecho por las similitudes y diferencias entre estos dos enfoques nos ha permitido ver que, en gran medida, comparten presupuestos y planteamientos. Ambos pretenden una

visión global del hombre y del proceso de terapia. Partimos de la idea base de que el sufrimiento es parte inevitable de la vida. Frankl lo enmarca en la tríada trágica. Para ACT es la realidad con la que convivimos. La divergencia radica, sin embargo, en la forma de entender el sufrimiento, ya que hay un pequeño abismo. Para ACT lo importante es flexibilizar la reacción al malestar. Para la logoterapia es también un camino susceptible de ser fuente de sentido.

Además de este presupuesto común, las dos consideran que elección, libertad y responsabilidad son elementos importantes. La forma en que se ambas terapias se refieren a los mismos conceptos no diverge excesivamente, de forma que estos elementos básicos nos permiten plantear una complementariedad entre ambas, salvando las diferencias. Los tres elementos dirigen hacia una misma realidad: el ser humano es más que las cosas que le suceden y siempre tenemos la libertad para elegir, responsablemente, la respuesta que queremos dar a lo que nos ocurre. Para ACT es la libertad la que nos permite superar nuestros condicionamientos verbales y elegir el compromiso con la acción que me sugieren mis valores personales.

Donde creo que hay mayor diferencia, en muchos momentos difícilmente salvable, es en los siguientes puntos:

- La idea sobre la persona que busca ayuda. Para ACT se trata de pacientes o clientes; para la Logoterapia, sobre todo, personas. No es un simple modo de referirse a los demás. Con seguridad en el trasfondo hay una filosofía de base sobre el terapeuta y su relación con el otro que busca/necesita ayuda.
- Siguiendo en la misma línea, en ninguno de los manuales básicos de ACT que existen en castellano he encontrado referencia a los demás, a las otras personas. Sólo uno de los autores consultados, Jorge Barraca, habla de dejar de centrarse en sí mismo y abrirse al mundo. Creo que la aportación de la Logoterapia acerca de la auto-transcendencia y la presencia de los otros en la vida y en la relación de ayuda es fundamental. Para la Logoterapia, cuando ayudamos a la persona a entender que ayudando a los demás se ayuda a sí mismo, hemos dado un paso importante. Huyendo de “*mirarse siempre el ombligo*”, ACT alza la vista y mira otras partes del cuerpo, pero del propio cuerpo, no del de los demás.

- La concepción diferente de los valores es, desde mi punto de vista, un obstáculo difícil de solventar. Porque no creo que sin la concepción de lo espiritual, del sentido, de los valores actitudinales, sobre todo –en el resto podemos estar más o menos de acuerdo- se pueda entender al hombre. ACT hace algunos intentos por reflexionar sobre lo espiritual, pero no hay una reflexión profunda sobre ello. Las referencias que he encontrado siguen el mismo patrón de conducta verbal que hemos mencionado antes: si el dolor está mediatizado verbalmente, lo espiritual también.

Esta ha sido hasta aquí mi reflexión sobre estas dos formas de terapia y sus acercamientos y distancias. Creo que es fácil combinar las dos en un cóctel personal. No son tan diferentes y en algunos momentos pueden ser complementarias. Mi propuesta hacia la integración es aceptar la validez de ACT para ayudar a la persona y provocar un cambio en dirección a lo que realmente le importa e incluir, en los casos que se crea conveniente, la referencia al sentido, a los demás, a la auto-trascendencia... Porque a la vez que la persona se ayuda a sí misma, como ser individual, no podemos olvidar que somos seres sociales.

Finalmente, como forma de encontrar, en la práctica, elementos en común, ambas corrientes ayudan a personas que están en situaciones parecidas: adicciones, sufrimiento, enfermedades (especialmente, el cáncer)... La Logoterapia y la ACT están muy relacionadas en lo que se refiere al CUIDADO de las personas.

Conclusión

Una y otra forma de entender al ser humano y la relación terapéutica tienen muchos elementos en común, principalmente partir de la idea de lo inevitable del sufrimiento y la necesidad de posicionarnos ante ello. Es una novedad ante aproximaciones que pretenden, ante todo, eliminar o minimizar el sufrimiento. Igualmente, comparten la idea de la necesidad de ser responsables ante la vida, de tomar decisiones encaminadas hacia una finalidad, dada la temporalidad de la vida.

Dado que la Logoterapia no rechaza intervenciones desde otras formas de terapia, creo que ACT es una de las que, de forma más cercana, pueden sentar las bases para una intervención complementaria. Sin embargo, creo necesario dar un paso adelante que no tiene en cuenta la Terapia de Aceptación y Compromiso, que es la referencia a lo espiritual. Creo que ya no podemos entender al ser humano haciendo referencia sólo a su parte física y psíquica, aunque abogemos por la complementariedad de ambas, sino que es necesario atender y comprender la parte que, a la vez que le define, le hace trascenderse y salir al encuentro de los demás.

Miguel Ángel CONESA FERRER es psicólogo y trabaja en el ámbito clínico.

Referencias

Álvarez, R.J. (1998). *Cuando el problema es la solución*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Álvarez, R.J. (2006). Inteligencia emocional: el valor de la aceptación y el compromiso. Proyecto Hombre: revista de la Asociación Proyecto Hombre, 59, 15-18. Versión electrónica en: http://www.psiquiatria.com.es/proyectohombre/rev59_1.pdf

Barraca, J. (2005). *La mente o la vida. Una aproximación a la terapia de aceptación y compromiso*. Col. *Serendipity*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Capafons, J.I. y Sosa, C.D. (2006). ¿Hay algo nuevo en terapia psicológica? Tres propuestas y una respuesta posible. *Papeles del psicólogo*, 27 (2), 100-103.

Fabry, J. (2006). *Señales del camino hacia el sentido. Descubriendo lo que realmente importa*. Mexico D.F.: LAG.

Ferro García, R., Vives Montero, C., y Ascanio Velasco, L. (2009). Novedades en el tratamiento conductual de niños y adolescentes. *Clínica y salud*, 20 (2), 119-130.

García Higuera, J.A. (2007). La Terapia de Aceptación y Compromiso: tercera generación de la terapia cognitivo conductual. 2007. Descargado el 10/7/2007 de www.psicoterapeutas.com/pacientes/act/brevepresente.htm

Gómez, S., López, F., y Mesa, H. (2007). Teoría de los Marcos Relacionales: algunas implicaciones para la psicopatología y la psicoterapia. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7, 491-507.

Gutierrez Martínez, O. y García Montes, J.M. (2001). Posibilidades y límites de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el tratamiento de agresiones sexuales. *Anuario de Psicología Jurídica*, 11, 11-20

Hayes, S.C. (1984). Making sense of spirituality. *Behaviorism*, 12, 99-110

Luciano Soriano, M.C. (Dir.). (2001). *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)*. Libro de casos. Valencia: Promolibro.

Luciano Soriano, M.C. y Valdivia Salas, M.S. (2006). La Terapia de Aceptación y compromiso (ACT) 1. Fundamentos, característica y evidencia. *Papeles del Psicólogo*, 27 (2), 79-91.

Luciano, C., Páez-Blarrina, M. y Valdivia, S. (2006). Una reflexión sobre la Psicología Positiva y la Terapia de Aceptación y Compromiso. *Clinica y Salud*, 17 (3), 339-356.

Moix Queraltó, J. (2006). Las metáforas en la psicología cognitivo-conductual. *Papeles del psicólogo*. 27 (2), 116-122.

Montesinos Marín, F. y Páez Blarrina, M. (2009). Vivir hoy el duelo. *Revista Adiós*, 76, 6-9.

Morón Gaspar, R. (2005). Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso a un caso de crisis de angustia con agorafobia: un estudio de caso. *Análisis y modificación de conducta*, 31 (138), 479-498.

Páez-Blarrina, M., Gutiérrez-Martínez, O., Valdivia-Salas, S. y Luciano-Soriano, C. (2006). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y la importancia de los valores personales en el contexto de la terapia psicológica. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 6 (1), 1-20.

Pena Vivero, F. 2010. ¿Qué son las Terapias de Tercera Generación? (2). Descargado el 10/12/2010 de <http://www.portalesmedicos.com/blogs/psicologovalencia/note/912/¿qué-son-las-terapias-de-tercera.html>

Wilson, K. y Luciano Soriano, M.C. (2002). *Terapia de Aceptación y compromiso (ACT). Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Madrid: Pirámide.

ALTERIDAD Y VÍNCULOS SEGÚN VIKTOR FRANKL; DEL ALTER EGO AL ALTER TU

Pablo ETCHEBEHERE

Resumen

El artículo se propone por una parte precisar la noción de alteridad dentro de la obra de Viktor Frankl. Por otra parte busca mostrar como ese pensamiento frankleano se encuentra dentro de la tradición filosófica que se ha ocupado del tema.

La alteridad se puede presentar de cuatro modos: epistemológico, metafísico, antropológico y teológico, que se revisan. Pero a su vez debemos reparar en cómo entendemos a ese otro, si desde el modelo del yo o del modelo del tú. Finalmente aparece un último sentido de alteridad, la más horrenda, la que nos pone cara a cara con la nada. Salvo esta forma de alteridad, todas las otras engendran vínculos, vínculos de amor y de responsabilidad. Frente a la última manera de alterarnos no cabe una respuesta teórica, no cabe una receta, sino una vital actitud.

Abstract

Otherness and bonds according to Viktor Frankl, from alter ego to the alter you

On one hand, the paper aims at defining the concepts of otherness in the work of Viktor Frankl. On the other hand, it seeks to show how Frankl's thought is within the philosophical tradition that has addressed the issue.

Otherness can occur in four ways: epistemological, metaphysical, anthropological and theological, which are reviewed. But, at the same time, we should notice how we understand the other one, if from the model of "I" or from model of "you". Finally, there is an ultimate sense of otherness, the most dreadful, that brings us face to face with nothingness. Unless this form of otherness, all the other breed links, bonds of love and responsibility. Faced with the ultimate way to cope with otherness

there is not a theoretical answer, there can not be a recipe, but a vital attitude.

Palabras clave: Alteridad. Análisis Existencial. Sentido. Responsabilidad. Sufrimiento. Vínculo.

Key words: Otherness. Existential analysis. Meaning. Responsibility. Suffering. Bond.

Este trabajo tiene su origen en una ponencia del Congreso Iberoamericano de Logoterapia y Análisis Existencial celebrado en Montevideo (Uruguay) en noviembre de 2010.

Introducción

¿En qué sentido V. Frankl trata el tema de la alteridad y de los vínculos? Nuestra ponencia tendrá como finalidad responder a esa pregunta, presentando en la respuesta dos paradigmas de la alteridad y, por lo tanto, también de los vínculos. De ahí el subtítulo de la ponencia: *Del alter ego al alter tu.*

El tema de la alteridad ha cobrado relevancia en los últimos decenios del siglo XX. Una de las razones de ese renacer lo podemos encontrar en el quiebre de los modelos de pensar homogéneos, esto es, de aquellos modelos que fundan su desarrollo en el principio de identidad. En el lenguaje frankleano el pensar homogéneo se manifiesta con la expresión “las cosas no son otra cosa que”, expresión que, para él, es sinónimo de reduccionismo, esto es, de una visión unidimensional de la realidad.

Así entonces, podemos proponer una primera respuesta a la pregunta inicial: Frankl asume la alteridad en tanto y en cuanto critica la visión unívoca, homogénea de lo real. Como varias veces repite nuestro autor “no está mal que el especialista especialice, lo malo es cuando el especialista generaliza” (Frankl, 1983, p. 43), de ahí la necesidad de estar siempre consciente de los límites del saber, lo que para Frankl es signo de la sabiduría. Dejar de lado esta visión homogénea no es fácil, dado que, una vez que la abandonamos, tenemos que estar siempre atentos, siempre en disponibilidad para lo otro. Porque si las cosas dejan de ser unidimensionales no sabemos, de antemano, cómo puede aparecer lo otro... dado

que lo otro se nos presenta, siempre, según su modo. Al dejar el pensamiento homogéneo las cosas adquieren su propio relieve, su propia densidad, comienzan ellas a tener la palabra, exigiendo de nosotros una docta ignorancia. No debemos pensar que el hombre se debe simplemente abandonar a la evidencia de lo real. Como afirma Frankl (1994), “el ser es evidente y no oculto sólo cuando yo me vuelvo hacia él y me entrego, y esta entrega tiene que ver con el amor” (p. 86). Para Frankl (1994) al existencialismo de Heidegger y de Jaspers que hacen de la verdad lo que de suyo se manifiesta, les falta el correlato subjetivo, esto es, que “se necesita siempre para encontrar la verdad de un esfuerzo subjetivo espiritual” (p. 86).

Este sentido de alteridad lo podemos denominar significado *epistemológico* de la alteridad, es decir, cuando aplicamos el término *alteridad* a temas relacionados con el conocimiento.

Pero anteriormente hablé de un renacer del tema de alteridad, y esto porque el tema no es nuevo en el ámbito filosófico; para las consideraciones históricas confrontar *Historisches Wörterbuch der Philosophie* (Gründer, Ritter y Gabriel, 1971) en la voz *Andersheit-Anderssein*. Si bien el sustantivo *alteridad* no tiene un uso prefilosófico sí lo tiene el adjetivo: él se aplica a “la otra mano”, generalmente a la izquierda, se aplica también, me estoy refiriendo a la etimología griega, a la oposición en toda votación, en toda sociedad.

Ahora bien, como dijimos el concepto de alteridad tiene un uso propiamente filosófico y me parece importante señalar algunos momentos de ese desarrollo para poner la teoría frankleana dentro de un marco de tradición especulativa.

Momento metafísico

En un primer momento aparece la figura de Platón y la de los Neoplatónicos (el amplio arco que va de Filón de Alejandría y Plotino hasta Nicolás de Cusa.). Ellos tratan el tema de la alteridad en el contexto del no-ser. De este modo, *ser otro surge*, en primer lugar, en la confrontación *ser-no ser*, así entonces cuanto *menos ser* tiene algo *más otro es*, más alejado está del mismo ser. Con el tiempo el concepto de *alteridad* pasó, dentro de este mismo contexto, a denominar el carácter de finitud, de deter-

minación. A este modo de usar el término alteridad lo vamos a denominar uso *metafísico* de la alteridad.

Esto nos lleva a distinguir dos perspectivas dentro de este uso metafísico de la alteridad. La primera en que la alteridad nace de descubrir que las cosas están heridas por el no ser, y esto sucede cuando reparamos que las cosas no tienen en sí sus logos, su sentido... y, por lo tanto, están abiertas al fracaso, pueden caer en el nihilismo. La segunda perspectiva es consecuencia de la anterior y tiene que ver con lo siguiente: una filosofía, una cosmovisión que intente captar lo real tal como es, no puede refugiarse en lo ideal, en lo idéntico en todas las partes a sí mismo. Debe afrontar con seriedad, la actitud de asumir lo real en su finitud (resuenan aquí los valores de actitud frankleanos) y, entonces, afrontar también lo falible de lo real. En este sentido el hombre debe “alterarse” para comprender lo real (suena aquí una clásica definición de conocimiento dada por la filosofía: conocer es hacerse otro en cuanto otro).

Así entonces percibimos que el tema de la alteridad en su modo metafísico está en íntima relación con el no ser, con lo cual podemos preguntarnos si la temática de la alteridad no adquiere mayor vigencia en épocas de penuria, en épocas de duda sobre el sentido de la vida. De modo que cabría formularnos esta duda ¿no será que nos preguntamos por la alteridad porque íntimamente nos roza el nihilismo, nos roza la inquietud del no ser? Pero sigamos nuestro mirar histórico.

Momento antropológico

El segundo momento del desarrollo de la noción de alteridad lo encontramos en Hegel y los posthegelianos.

Aquí la alteridad asume otra dimensión. Mientras que en la filosofía griega el tema de la alteridad es propiamente metafísico, aquí asume la dimensión antropológica-personal. Cito a Hegel (1970): “como en el amor, uno con gusto se limita en la relación con el otro, y en esa limitación se conoce a sí mismo” (p. 57).

De aquí en adelante, el otro ya no es una imagen de imperfección, de pérdida de ser, sino que adquiere la dimensión de la persona que, además, se manifiesta en el amor, base para mi conocimiento. De aquí en

adelante, el tema de la alteridad se desarrolla solamente en términos que atañen pura y exclusivamente al hombre, de ahí que podemos decir que tenemos ante nosotros un uso *antropológico* de la alteridad. El otro ya no es un no ser, ya no es algo finito sino que es un tú, un otro yo.

Cabría finalmente señalar un último uso del término alteridad que es el uso *teológico*, y donde encontramos tanto un lenguaje metafísico, como cuando Nicolás de Cusa dice que Dios es el *Totalmente Otro*, como un lenguaje antropológico, como cuando Feuerbach (1975) dice “el hombre con el hombre, la unidad del yo y el tú, es Dios” (p. 321).

La alteridad y Viktor Frankl

Pero después de todo esto, el lector se preguntará a estas alturas, ¿tiene algo que ver con V. Frankl? Porque si bien ya hicimos mención del uso epistemológico de la alteridad, ¿tienen lugar en el análisis existencial los otros usos? Oigámoslo a él mismo.

Refiriéndose a la unidad que forman conciencia y responsabilidad Frankl (1983) nos dice: *“Que la responsabilidad y la conciencia forman una unidad, integran la totalidad del ser humano, es algo que puede ser comprendido ontológicamente. Partiremos a este propósito, de la afirmación de que todo ser es siempre, sustancialmente, un ser otro. En efecto, todo lo que podamos destacar en lo existente [y aquí Frankl agrega una nota al pie de no poca importancia: El ser no es una excepción: «ser» igualmente «diverso de» ¡la nada! dentro de la restante plenitud del ser sólo podrá delimitarse por el hecho de ser, en cada caso diferenciable. Sólo mediante la referencia de un ser a otro ser podemos consituir ambos. Lo previo es siempre la relación del ente como «siendo otra cosa que». Ser es igual a ser otro, es decir, «ser otro que», por lo tanto, relación; en rigor, sólo la relación «es». De aquí que podamos también formular el pensamiento de este modo: todo ser es un ser-en relación”* (p. 24).

Considero que este texto es, a mi entender, uno de los más densos metafísicamente hablando, dentro de la obra de Viktor Frankl. Su densidad nos presenta varias líneas de investigación (y enmarca el pensamiento de nuestro autor dentro del uso antropológico de la alteridad.), pero quiero resaltar solamente una que tiene relevancia para nuestro tema. *“Todo ser es un ser-en relación”* (el texto alemán dice *“Alles Sein ist*

Bezogen-sein”; Frankl, 1982, p. 10) de modo que nada surge por sí mismo, nada es entonces autosuficiente, sino que todo depende de otro. Mirando los textos frankleanos nos damos cuenta que es por eso que no debemos entender ni a la existencia ni al logos como algo absoluto, algo independiente uno de otro. Cuando Frankl (1994) explica por qué eligió el título *Logos y existencia* para reunir tres conferencias que requerían por encontrarse agotadas una reedición, nos dice: “logos y existencia poseen también una conexión interna: ellos se exigen mutuamente, y quizás sea esta mutua exigencia lo que a menudo echamos de menos en la filosofía existencialista” (p. 85). Así entonces, todo logos requiere una existencia, todo objeto requiere como correlato un sujeto; así como toda existencia, esto es, lo subjetivo, requiere un logos, un correlato objetivo. Ni el objeto puede ser objeto sin un sujeto, ni viceversa.

Este papel fundamental, central de la relación nos lleva a repensar entonces sobre los límites del yo, o para usar términos franklianos, si todo ser es en relación, ¿cómo debemos entender que la persona es yoica? (cfr. Frankl, 1988, p. 106-115). Este es, a mi entender, uno de los puntos más importantes que la teoría de la alteridad y por lo tanto, la visión de los vínculos nos lleva a repensar. Intentaremos en lo que resta de nuestra ponencia presentar algunas interpretaciones.

Al comienzo hablé de dos paradigmas de la alteridad que me llevaron a pensar en un subtítulo *Del alter ego*, esto es, del otro yo, *al alter tu*, al otro tú. El primer paradigma es, entonces, el del otro como un otro yo. Cabe recordar que la expresión *alter ego* es la forma con que los clásicos hablaban del amigo, el vínculo afectivo más importante en toda la antigüedad. Así entonces, el vínculo de la amistad es el vínculo con un otro yo, pero quiero aquí plantear algunas paradojas.

La primera paradoja es que, hasta qué punto podemos decir que el otro es un otro, en tanto y en cuanto este emerge como un yo. Con otras palabras, el otro de la expresión *otro yo* sería diferente a mí como es diferente la imagen en un espejo. Así entendido, el otro se vuelve *objeto de especulación*, en el sentido de objeto de conocimiento y de inversión económica. Desde esta perspectiva, el otro yo pierde su carácter de persona para transformarse en un otro objeto, medio para la expresión o exaltación del yo (Frankl nos recordaría aquí la máxima kantiana: la persona es siempre un fin, nunca un medio). El otro, desde esta perspectiva, es un espejo donde el Narciso del yo encuentra toda su satisfacción. Así enton-

ces, en los vínculos que surgen de este modo de entender la alteridad, el otro no existe como otro, como distinto, sino que el modelo y metro del vínculo es el yo, “sin puertas ni ventanas”, sin fisuras.

La segunda paradoja radica en que este paradigma no niega la relación, no niega los vínculos pero en ella la relación con el otro no le produce al yo ninguna alteración. Mas que alterar al yo lo multiplica. Podemos decir, así, que este paradigma de alteridad es el de una alteridad expansiva del yo.

El segundo modo de entender al otro ya no es como otro yo sino como otro tú. Aquí la alteridad es completa porque se da un verdadero giro copernicano. Ya no es el yo la primera persona con la cual conjugamos el verbo vivir, la primera persona es el tú, el cual, en su irrupción, configura al yo. Como dice la canción “*Antes*” de Jorge Drexler “antes de ti yo no era yo; antes de mí, tú no eras tú.” El tú entonces nos altera y al alterarnos nos exige dar una respuesta. Por eso creo ver en este paradigma un giro copernicano. Como varias veces repite Frankl junto a la Estatua de la Libertad deberíamos construir la Estatua de la Responsabilidad. El deseo nunca se ha materializado, pero tal vez sí lo podamos llevar a nuestra vida.

Al respecto creo que el tema de la responsabilidad no es tangencial en la obra de Viktor Frankl, aunque en nuestro esfuerzo por comprenderlo no le asignamos el lugar que se merece. Mientras que la antropología anterior a él se centró en la libertad, “se habla sólo de la libertad” (Frankl, 1994, p. 86), y esto fue así porque estaba centrada en el yo o, como escuchamos en una conferencia del día de ayer, se fundaba en el modelo cartesiano del yo. La antropología de Frankl concibiéndolo al hombre como un ser en relación, abierto a la transcendencia como varias veces afirma, pone a la libertad en un segundo plano, en tanto que al poner al tú en primer plano, pone a la responsabilidad por sobre la libertad. Creo que aquí podríamos catalogar al pensamiento frankleano como un pensamiento posmoderno en tanto que supera la modernidad y su noción omniabarca-dora de libertad.

Es por eso que “la persona no se comprende a sí misma sino desde el punto de vista de la transcendencia. Más que eso: el hombre es tal, sólo en la medida en que se comprende desde la transcendencia, también es sólo persona en la medida en que la transcendencia lo hace persona: resuena y reverbera en él la llamada de la transcendencia.” (Frankl, 1994, p.

112). Es el tú de la otra persona o el Tú de la persona divina la que le habla al yo... el debe solamente responder, y en esa respuesta está su sentido.

Pero creo que quedaría incompleto el tema de la alteridad si renuciáramos a tratar el más problemático de los usos de la alteridad. Anteriormente dijimos que la alteridad surgió frente a la presencia del no ser. Y esto tiene un peso ontológico muy grande. No cabe duda que entre lo real hay algo que su ser es no ser, esto es, hay cosas que se hacen presentes por su ausencia. Veamos ejemplos para tratar de ser claros. La oscuridad la podemos definir como ausencia de luz. Así en los momentos de noche siempre ansiamos que amanezca. Del mismo modo en los momentos de dolor ansiamos que pase, en los momentos de sin sentido esperamos que el sentido resplandezca.

Así entonces nos encontramos con otro modo de alteridad, aquella que no se da en el plano de la oposición de contrarios, los que de algún modo se reclaman mutuamente; sino en el plano de la contradicción. Muchas veces escuchamos que el sufrimiento tiene sentido, pero esta expresión es, digámoslo *sine ira et studio*, errónea. Porque el sufrimiento no tiene sentido, lo que sí tiene sentido es la vida... a pesar del sufrimiento. Porque si el sufrimiento tuviera sentido, si el mal tuviera sentido, si el no ser tuviera sentido, entonces no sería sufrimiento, ni sería un mal, sino todo lo contrario, sería un placer, sería un bien.

Si el sufrimiento tuviera sentido, entonces caeríamos en la siguiente paradoja: el sin sentido de la vida es el sentido de la vida... con lo cual al anular lo terrible, lo horrible del sin sentido, estamos eliminando el sentido. Deberíamos correr al sin sentido como correremos al sentido con lo cual caeríamos, tarde o temprano, en una especie de apatía... porque si el sin sentido tiene sentido ¿para qué salir de él?

Conclusión

Para concluir. La alteridad se puede presentar de cuatro modos: epistemológico, metafísico, antropológico y teológico. Pero a su vez debemos reparar en cómo entendemos a ese otro, si desde el modelo del yo o del modelo del tú. Finalmente aparece un último sentido de alteridad, la más horrenda, la que nos pone cara a cara con la nada. Salvo esta forma de alteridad, todas las otras engendran vínculos, vínculos de amor y de

responsabilidad. Frente a la última manera de alterarnos no cabe una respuesta teórica, no cabe una receta, sino una vital actitud.

Pablo Etchebehere es licenciado en filosofía; trabaja como docente y bibliotecario en la Facultad de Teología de la Universidad Católica Argentina.

Referencias

Gründer, K., Ritter, J. and Gabriel, G. (Ed.). (1971-2004). *Historisches Wörterbuch der Philosophie*. Basel: Schwabe.

Feuerbach, L. (1975). *Grundsätze der Philosophie der Zukunft*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag. (Traducción al español. (1969). *La filosofía del futuro*. Buenos Aires: Candel)

Frankl, V.E. (1994). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.

Frankl, V.E. (1983). *Psicoanálisis y existencialismo*. Mexico D.C.: Fondo de Cultura Económica.

Frankl, V.E. (1982). *Ärztliche Seelsorge*. Wien: Franz Deuticke. (Traducción al español: (1983). *Psicoanálisis y existencialismo*. Mexico D.C.: Fondo de Cultura Económica).

Hegel, G.W.F. (1970). *Grundlinien der Philosophie des Rechts*. Frankfurt: Suhrkamp. (Traducción al español: (1975). *Principios de filosofía del derecho*. Buenos Aires: Sudamericana).

LIBROS Y NOTICIAS DE INTERÉS

LIBROS

ASOCIACIÓN VIKTOR E. FRANKL

El duelo “aquí y ahora”. Observar el duelo para elaborar el sentido.

Barcelona: Sello Editorial. 2009.

Se recogen en este libro distintos trabajos presentados en el I Symposium del Observatorio del Duelo de la Asociación Viktor E. Frankl de Valencia. Se aborda el duelo desde distintas perspectivas que permitan entender mejor qué es el duelo, cómo afecta a la vida de las personas y cómo abordar su tratamiento. Se quiere acompañar a las personas que han perdido por el camino de la vida un ser querido y ayudar, a pesar de ello, a vivir con esperanza y sentido.

En sus páginas encontramos trabajos sobre duelo y espiritualidad (espiritualidad y miedo, las creencias en el duelo), el duelo en la infancia (asesoramiento psicológico a familias con niños enfermos graves, el duelo en los niños, el juego y su valor terapéutico en la enfermedad infantil) y duelo y trauma en la vida adulta (la adaptación en el proceso de duelo, crecimiento en el afrontamiento de la adversidad, duelo y cáncer, nuevas tecnologías y duelo, vivencia temporal antes y después de una pérdida).

Carlos DÍAZ

Razón cálida. La relación como lógica de los sentimientos.

Madrid: Escolar y Mayo. 2010.

Un nuevo ‘regalo de madurez’ de este filósofo personalista que partiendo del fracaso de la razón fría ilustrada, del ‘pienso, luego existo’, profundiza en el ‘soy amado, luego existo’. Desde ahí revisa la fenomenología

logía de la razón cálida uto-profética, la de la relación cálida terapéutica, la de la relación cálida interpersonal para llegar a la persona como ‘lugar’ donde la razón cálida tiene su asiento.

Con su vibrante y provocador estilo, con su buceo en las raíces del significado de las palabras, aporta una apuesta por el abrazo a la realidad y por el abrazo con el otro, por la relación interpersonal como constitutiva de la identidad más profunda de cada persona.

Alejandro DE BARBIERI

Lo que cura es el vínculo.

Montevideo: Centro de Logoterapia y Análisis Existencial. 2010.

Este libro recopila una serie de artículos presentados en diferentes congresos de psicoterapia y logoterapia por el autor, algunos publicados en revistas. Se incluyen los más significativos, tanto para el autor como para diferentes lectores.

Los temas que se abordan son la voluntad de cuidado, el psico-diagnóstico existencial, las metáforas para elaborar pérdidas, el sentido en las diferentes edades, la cura por la palabra escrita, afectividad y sentido de la vida en la familia, lo que cura es el vínculo, caminos para acceder al inconsciente espiritual y, por último, un camino hacia una logoterapia narrativa psico-educativa (cuentos que curan).

Felipe MIRAMONTES

Encuentro y relación de Frankl, Allers y Schwarz. En el surgimiento del análisis existencial y la logoterapia.

Mexico D.F.: LAG. 2010.

El autor aborda el tema del surgimiento del análisis existencial y su aplicación terapéutica, como complemento del conocimiento de las raíces del pensamiento de Frankl. En el trabajo se aborda tanto la perspectiva biográfica de los autores como la bibliográfica.

Como colofón el libro nos ofrece una recopilación comentada del epistolario inédito que intercambiaron los tres autores abordados.

Yaqui Andrés MARTÍNEZ

Filosofía existencial para terapeutas.

Mexico D.F.: LAG. 2010.

El autor, considerando que los terapeutas existenciales no están a la búsqueda de técnicas como tales, sino más bien del golpe de vista comprensivo que debe iluminar todas las técnicas particulares, aborda la tarea de mostrarnos los autores más relevantes de la filosofía existencial.

Tras una introducción a la perspectiva existencial y a sus precursores, de cada autor abordado se presenta su biografía, sus aportaciones filosóficas y los elementos específicos de aplicación a la psicoterapia. La lista de autores incluye a Kierkegaard, Nietzsche, Husserl, Heidegger, Sartre, de Beauvoir, Jaspers, Camus, Marcel, Merleau-Ponty, Buber, Tillich y como otros pensadores con aportaciones existenciales incluye a Lévinas, Ricoeur, Foucault y Derrida.

**XIV JORNADAS-ENCUENTRO DE LAS
ASOCIACIONES ESPAÑOLAS DE LOGOTERAPIA.
“SENTIDO EN EL CUIDADO”**

**CELEBRACIÓN DEL PREMIO CONCEDIDO POR
LA FUNDACIÓN VIKTOR FRANKL DE VIENA**

Durante el fin de semana del 16 y 17 de Octubre, la villa de Madrid y la Congregación de las Hijas de la Caridad nos acogieron un año más en el salón de actos de su Colegio María Inmaculada. Estas Decimocuartas Jornadas–Encuentro de AESLO tuvieron un tema tanto sugerente como actual: “*Sentido en el cuidado*”.

“*La trascendencia, base del cuidado personal y social*”, fue el título de la primera conferencia. **Eugenio Fizzotti**, doctor y profesor de Filosofía; alumno e hijo intelectual de Viktor Frankl, que ha recibido el “Grand Award of the City of Viena Viktor Frankl Foundation” por su vida dedicada a la logoterapia y la psicoterapia humanista. Reflexionamos y comprendimos del gran papel que juega la trascendencia en la salud del cuidador. Lo que nos transmitió es que gracias a que somos conscientes de la grandeza de poder cuidar a una persona, somos capaces de soportar cualquier sacrificio que esa labor nos exija. Además, generalmente serán nuestros padres, hermanos, hijos o personas queridas. Incluso si somos profesionales los que debemos cuidar, será desde la vocación de poder trascender nuestro amor a otra persona.

Siguió **Gerónimo Acevedo**, gran amigo argentino, médico y profesor adjunto de la Universidad del Salvador; fundador y presidente del Centro Viktor Frankl (CEVF) y también poseedor de la distinción “*Grand Award of the City of Viena Viktor Frankl Foundation*”. El título de su conferencia fue “*Humanización del cuidado médico*”, y se dirigió especial-

mente a los profesionales del cuidado, de la salud; a todos los que, con nuestra labor diaria, nos dedicamos a la atención de otras personas, a velar por su salud desde todas las áreas. Ser capaces de ver más allá de un caso, un usuario, un cliente, un enfermo, un necesitado... todos los términos y denominaciones que reduzcan la esencia de todo lo que significa ser Persona.

La visión que nos ofreció **Maribel Rodríguez** es la del encuentro entre compañeros de viaje que realizan juntos el cuidador y el cuidado. Maribel es doctora en medicina, psiquiatra y profesora de la Universidad San Pablo CEU, además de miembro de AESLO. Como buena investigadora nos confrontó la vivencia de la espiritualidad con la salud mental verificando que las personas que han manifestado una espiritualidad intrínseca desarrollada gozaban de mejor salud mental, menor índice de mortalidad, menor depresión, mayor tolerancia al estrés... Nos dejó reflexiones interesantes sobre el cuidado y el sentido del cuidado, subrayando la importancia de los tres caminos de la voluntad del sentido: los valores creativos, los vivenciales y los de actitud. Señaló la importancia del amor intrapersonal, interpersonal y transpersonal.

Un área donde cobra gran importancia el sentido en el cuidado, fue el escogido por **Pilar Barreto** para su exposición: *“La cuestión del sentido en los cuidados paliativos”*. Diríamos que atender las necesidades espirituales de otros requiere, por parte del profesional, haber iniciado la atención a las propias necesidades espirituales. Esto supone desarrollar una conciencia plena y estar abierto al propio crecimiento personal. En esta aventura, el acompañamiento de otros en el último tramo de la vida y la práctica compasiva que ello comporta, puede ser un excelente camino para el propio desarrollo espiritual. “Éste es nuestro reto y puede ser nuestra oportunidad”, comentaba Pilar, doctora en psicología, catedrática de la Universidad de Valencia y miembro de la Sociedad Española de Cuidados Paliativos.

La mañana del sábado la terminábamos con mi buen amigo, el malagueño **Antonio Porras**; doctor en medicina y cirugía y miembro de la junta directiva de AESLO. Nos trajo un “cachito” de su persona con la exposición *“Cura, cuidado y servicio en psicoterapia”*. Una vez más nos dio parte de él para explicarnos sus ideas. Destacó la importancia de no

traicionarse en los propios valores y principios como personas, para saber cuidarnos.

Ya después de comer, llegó el turno de las comunicaciones. Interesantes y variadas en sus contenidos. **Ana Risco** nos habló de la “*Pedagogía del sentido de la vida en el ámbito educativo*”. **Blanca Gómez Arbeo** también se centró en la aplicabilidad de la logoterapia en la “*Pedagogía*”. **Miguel Angel Conesa Ferrer**, eligió el tema “*Terapia de aceptación y compromiso*”. **Luis de la Peña**, por su parte, nos llevó con su comunicación al mundo de las cárceles. **Joaquín Balaztena**, centró su tema en la tercera edad con su comunicación “*Rehumanizando el cuidado a personas mayores*”. **María Fernández Capo**, nos habló sobre los “*Cuidadores de Alzheimer*”. Finalmente, **Teresa Kraus**, nos hizo reflexionar sobre “*El control del dolor crónico no oncológico*”.

La siguiente ponente, abriendo la tarde del sábado fue **Leticia Ascencio**, fundadora y directora de la Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia, poseedora del “*Grand Award of the City of Viena Viktor Frankl Foundation*”. Su intervención giró sobre el tema “*El burnout en el que presta ayuda*”. Tuvimos la oportunidad de reflexionar sobre la amenaza del burnout; amenaza que todos los que trabajamos con personas, con un rol de cuidadores, deberíamos tener muy en cuenta. Nos contó Leticia, desde su propia experiencia, las variables que nos hacen ser más vulnerables y los recursos de que disponemos las personas. Nos quedó muy claro lo importante que es trabajar desde el sentido y no desde el “ego”.

Posteriormente tomaron el relevo los ponentes de casa. **Ma Ángeles Noblejas**, doctora en pedagogía, psicoterapeuta y miembro fundador y vicepresidenta de AESLO., desarrolló el tema “*El sentido en la juventud actual. Aproximación empírica*”. Nos hizo adentrarnos en la percepción de la vida y del sentido de los jóvenes españoles de nuestro tiempo, su propia visión del mundo y de sí mismos, con planteamientos fruto de la reflexión de los propios jóvenes sobre dos preguntas: “¿Qué rasgos piensas que caracterizan a los jóvenes hoy en día?” y “¿Qué crees que da sentido a la vida del joven y cómo perciben ese sentido?”.

Por último, la jornada del sábado la cerró, **Ana Ozcáriz**; licenciada en psicología, especialista en psicología clínica y miembro fundador y presidenta de AESLO. Se atrevió con un tema complicado, para ser la última en salir a escena. *“El paso de cuidar a ser cuidado, un cambio difícil de sentido”*. Su ponencia tenía el reto de afrontar la síntesis de la jornada del sábado; día de muchas reflexiones y de muchas emociones. La genialidad de Ana estuvo muy a la altura; con una pequeña relajación dirigida a todos los asistentes, nos hizo vivir el tránsito de ser cuidados a cuidadores, sintiendo el agradecimiento del amor dado y recibido.

El domingo iniciamos las Jornadas con el malagueño **Tomás Melendo**, doctor en ciencias de la educación y en filosofía, catedrático de la Universidad de Málaga y director de los Estudios Universitarios sobre la Familia de esa Universidad. Primera vez que intervenía en unas Jornadas de AESLO y cumplió las expectativas con creces. Tenía un difícil reto, el hablarnos de metafísica desde un tema muy cercano *“El cuidado en la familia”*. Lo hizo sencillo, pedagógico y muy interesante. Hablándonos de la responsabilidad, la creatividad y la familia. “El mundo nos pregunta y debemos responder al mundo. Ante el otro, mis padres, la sociedad... Respondo ante mí mismo, ante mi misma transformación”. “La familia es importante per se, por su propia grandeza. Porque entrega, la familia encuentra su plenitud en la entrega sincera”. Perlas como estas nos regaló.

Tomó el relevo el italiano **Daniele Bruzzone**, investigador y docente de la Universidad Católica de Milán y miembro honorario de la Asociación de Logoterapia y Análisis Existencial Frankliana (ALAEF). Ya el sábado nos había cuidado con puntuales traducciones del italiano en la ponencia de su compañero Eugenio Fizzotti. No podía ser de otra forma que su ponencia nos llevara a reflexionar sobre *“El sentido del cuidado pedagógico”*. La única forma de aniquilar a una persona es quitarle cualquier posibilidad de sentido, nos dice Daniele. Educar es sacar afuera, acompañar más allá, acompañar en el campo experiencial.

Finalmente el último ponente, que no por ello menos interesante, fue **Carlos Díaz**, catedrático y profesor de filosofía de la Universidad Complutense de Madrid y pensador personalista fundador del Instituto Emmanuel Mounier en España, México y Paraguay. Nos trajo como cierre *“El anhelo de sentido en el ser humano”*. Nos invitó a reflexionar

sobre la búsqueda del sentido último. El hombre es un ser de preguntas. La satisfacción relativa de las respuestas me generan más preguntas, lo que me conduce a la búsqueda del sentido último.

Finalmente, las Jornadas las cerramos con el broche de oro para AESLO; poder celebrar con todos los asistentes el **Premio concedido por la Fundación Viktor Frankl de Viena**. Desde una entrañable mesa redonda compuesta por **Daniele Bruzzone** y **Eugenio Fizzotti** desde Italia, **Gerónimo Acevedo**, desde Argentina, **Leticia Ascencio**, desde México; **Sonia Biffi**, desde la Asociación Brasileña de Logoterapia (SOBRAL) y **Cristina Kubler**, desde Suiza. Cerrando la mesa, las representantes del premio merecido, **M^a Angeles Noblejas** y **Ana Ozcáriz**, como vicepresidenta y presidenta de AESLO.

Javier ARANGUREN ARANGUREN
Miembro de la junta directiva de AESLO

**I CONGRESO IBEROAMERICANO DE
LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL
“VÍNCULOS, ALTERIDAD Y SENTIDO”
MONTEVIDEO - URUGUAY**

LA MERECEDA RECOMPENSA

“El camino es la recompensa”, nos decían Marcela Arocena, Alejandro De Barbieri y Gerónimo Acevedo en su bienvenida al Primer Congreso Iberoamericano de Logoterapia tras haber puesto su afecto, su calidez, su sensibilidad y su excelencia profesional en la preparación del mismo. Sin duda, en este caso el punto de llegada no hizo más que ratificar la justicia de la recompensa. Tras la experiencia del Congreso, todavía conmovido por ella, lo primero que siento es el impulso de decir que estuve preñada de sentido. Porque si en el encuentro con el otro es en donde el sentido se anuncia, y si es en nuestros vínculos en donde se manifiesta, el Congreso de Montevideo fue la mejor muestra de ello.

Suele ocurrir que los congresos se transformen en un espacio donde coinciden egos que, como las paralelas, nunca se tocan y que, por lo tanto, no se modifican ni se enriquecen los unos a los otros ni al espacio al que pertenecen. Este, en cambio, resultó un espacio de verdadero encuentro, de escucha receptiva, de respeto expresado a través de las actitudes, de interés real por la diversidad. *Vínculos, alteridad y sentido* fue algo más que el título de una convocatoria o un disparador para las ponencias. Resultó, en verdad, una vivencia constante, cotidiana, genuina, experimentada en cada conversación, privada o colectiva, en cada devolución, en cada propuesta compartida.

Se reforzaron los vínculos existentes, se cimentaron nuevas relaciones, vimos en la presencia del otro no una imagen propia en el espejo, no una extensión de nuestros deseos y expectativas, sino la nutricia presencia de alguien que venía a complementarnos, a acompañarnos para

mirar el mundo desde otra perspectiva, tan diferente y tan válida como la nuestra. Y, finalmente, creí percibir que cada participante amplió o reafirmó la noción y la presencia del sentido de su elección profesional, vocacional, existencial.

Al menos en mi escucha, nadie en este encuentro vino a mostrar un “descubrimiento” exclusivo que no estaba dispuesto a compartir y del cual iba a hablar en una jerga lo suficientemente inaccesible como para que permaneciera compartimentado. Por el contrario, hubo una verdadera experiencia de comunicación, una expresa voluntad de crear puentes de vinculación a través del lenguaje y la presencia. El otro, cada otro, fue eso, una presencia real, no una excusa para el despliegue solipsista. Y la experiencia del encuentro con el otro, de la comunicación verdadera, de la vinculación real, es siempre enriquecedora, alumbradora de sentido y razón para la celebración. En estas condiciones los aportes teóricos, que abundaron, son una consecuencia natural, el fruto lógico de una convergencia a la que cada quien acudió con la mente y el corazón abiertos.

Escribo este testimonio con alegría y agradecimiento, las palabras acuden a mí con facilidad, como ocurre cuando ellas nacen de una experiencia real, vivida y compartida. No expreso un deseo, estoy narrando una vivencia, una experiencia que me atravesó, algo que queda incorporado a mi bagaje de herramientas existenciales cotidianas. Y, en tanto somos seres inacabados, seguramente este Congreso fue sólo un paso en un camino en el que nos esperan muchos encuentros, muchos vínculos a confirmar y a explorar, mucho sentido a descubrir. El camino, qué duda cabe, seguirá siendo la recompensa.

Sergio SINAY
Escritor y periodista argentino

FICHA DE INSCRIPCIÓN

Asociación Española de Logoterapia
C/ Chantada 2, 1-1, 28029 Madrid
Tel. (+34) 916304743, 913234766
ma_eslo @ yahoo.es - www.logoterapia.net
Nro.Reg. 161.23 CIF: G-81582710

Nombre y apellidos:

DNI:

Fecha y lugar de nacimiento:

Direcciones

Dirección particular:

Tel./Fax.:

E-mail:

Dirección laboral:

Tel./Fax.:

E-mail:

Dirección a la que enviar el correo de AESLO: particular – laboral

Datos bancarios (domiciliación de cuotas)

Titular:

Nombre y dirección de la entidad:

Código de la cuenta (entidad, sucursal, cod.control, cuenta):

Breve curriculum vitae:

Profesión actual:

Titulación/es académica/s:

Otros datos sobre formación (cursos, etc):

Experiencia laboral:

Actividades realizadas en relación a la logoterapia (artículos, libros, conferencias, ponencias...):

Campo de interés sobre el que está especialmente interesado (para contactar con otros socios):

