

## **La Logoterapia como psicoterapia.**

**23-08-05**

**Dr. Efrén Martínez**

### **LA LOGOTERAPIA COMO PSICOTERAPIA**

Toda psicoterapia tiene una estructura teórica, un modelo de funcionamiento y unos procedimientos técnicos (Fernández, 1999) enmarcados en una visión epistemológica y antropológica, bien sean estas explícitas o implícitas. En otras obras ha quedado ya en claro el marco epistemológico y antropológico de la logoterapia, o lo que bien podría llamarse la logoteoría; en este artículo, pretenden hacerse aportes teóricos para la praxis psicoterapéutica de la logoterapia.

### **ESTRUCTURA TEÓRICA DE LA PRAXIS LOGOTERAPEUTICA**

Si bien, la logoterapia ha sido propuesta de manera humilde por Frankl como un complemento de la psicoterapia (Frankl, 1992, 1995a, 1999a), por su programa, propuestas, publicaciones y desarrollos, podría considerarse la misma, como una psicoterapia a la altura de las grandes propuestas contemporáneas, aún cuando permanece en vías de desarrollo, validación y consolidación.

#### **Teoría de la Noodinamia**

##### *La espiritualidad humana*

Es la logoterapia la psicoterapia que privilegia la dimensión espiritual del ser humano, sin desconocer las otras dimensiones que lo constituyen y al mismo tiempo evitando la supervaloración de lo noológico. Ahora bien, es tal vez el término espiritual el que mayor defensividad y ambigüedad teórica despierta en los psicólogos que intentan acercarse a la logoterapia; sin embargo, la dimensión espiritual o noética no es una realidad tan abstracta como parece y aunque no sea una realidad ontológica sino más bien ontológica, puede ser comprensible y además, necesariamente comprensible, pues la misma no es solo la dimensión propia del hombre sino que le es la dimensión específica del mismo (Frankl, 1994c), la dimensión que lo diferencia e integra en una unidad múltiple que lo hace humano. ¿Qué es entonces lo espiritual?, en palabras de Frankl (1994c): “*Y precisamente designamos como espiritual en el hombre aquello que pueda confrontarse con todo lo social, lo corporal e incluso lo psíquico en él. Lo espiritual es ya por definición sólo lo libre en el hombre*”.

Características de la espiritualidad humana:

1. Lo espiritual es potencia pura (Frankl, 1994a), no posee una realidad sustancial, es mera posibilidad de manifestación.
2. Lo espiritual brinda unidad y totalidad a la persona humana, es la dimensión integradora que solo en un nivel heurístico puede verse separada de su organismo psicofísico (Frankl, 1994c).
3. Lo espiritual hace consciente lo estético, lo erótico y lo ético en una tensión fecunda de su propia intencionalidad (Frankl, 1994c).
4. Lo espiritual es autoconciencia (Frankl, 1994c, 1999a), es diálogo consigo mismo.

5. Lo espiritual es doblemente trascendente en su intencionalidad y reflexividad (Frankl, 1999a).
6. Lo espiritual es el núcleo sano de la persona, la dimensión que no enferma (Frankl, 1999a).
7. Lo espiritual ejerce presencia en sentido ontológico (Frankl, 1994a), es un “estar junto a” que no se concibe en términos espacio-temporales.
8. La dimensión noológica debe definirse como esa dimensión en la que se localizan los fenómenos específicamente humanos (Frankl, 2001).
9. Lo espiritual es aquello que instrumentaliza al organismo psicofísico, utilizándolo como mecanismo de expresión (Frankl, 1994a, 1994c).
10. Lo espiritual es el centro de recursos noéticos (Autotrascendencia y autodistanciamiento)
11. – Entre otros-

En el ámbito de la psicoterapia contemporánea, lo noético ha empezado a tener un buen reconocimiento por diferentes posturas que intentan aproximarse a lo que la logoterapia ha planteado ya hace varias décadas. De esta manera, podemos encontrar reflexiones como las siguientes: *“Me pregunto a veces si, en nuestros intentos para reducir rápidamente los problemas emocionales, no estamos precipitándonos a reducir al silencio al mensajero mucho antes de que comprendamos el mensaje.”* (Mahoney, 1988) o *“Los humanos son fuentes de energía potenciales que se materializan y desmaterializan constantemente en proyectos. Los proyectos son energía que se proyecta en las válvulas de los guiones vitales. La materialización y desmaterialización de la energía llevada a cabo mediante los proyectos individuales y sociales origina el mundo de las proyecciones. Por lo tanto, para los constructivistas el objetivo es la potencialidad, es decir, la eficacia y funcionalidad de la energía humana.”* (Goncalves, 1998), así como las propuestas de Bandura (1988) respecto a las características de lo humano como la autorregulación, la capacidad de autorreflexión, de anticipación y de simbolización, o en sus propias palabras: *“Pero los humanos tenemos una capacidad sin parangón para convertirnos en muchas cosas, gracias a nuestra gran plasticidad y a nuestras facultades de conocimiento.”* Y aunque la mayoría de los autores que intentan acercarse a lo espiritual aun se quedan solo en los aspectos cognitivos de la dimensión noética, son aproximaciones que demuestran la necesidad ya evidente de no ignorar lo específicamente humano.

La dimensión noética al ser potencia pura, se reconoce en su realización, requiriendo del organismo psicofísico para su expresión. Si bien, lo físico y lo psicológico forman una unidad íntima (Frankl, 1994c), esta no es la mismidad de la persona, no es la totalidad, pero sí es necesario para la expresión de lo espiritual. Ahora bien, la mismidad espiritual no es conciente a sí misma, es irrefleja e irreflexionable (Frankl, 1995b), es aquello que se conoce como inconsciente espiritual o preferiblemente espiritualidad no conciente (Freire, 2002).

#### *La espiritualidad no conciente*

La espiritualidad no conciente es ampliamente tratada en la literatura logoterapéutica (Frankl, 1992, 1994a, 1994c, 1995b, 1999a, 1999b, Freire, 2002, Martínez, 2002, ) pero bastante confusa para el lector amateur, por ello, brevemente se puede decir que la espiritualidad no conciente es el piso de la persona espiritual, es el suelo de la mismidad que carece de autoconciencia reflexiva, es decir, no puede reflexionar sobre sí misma,

en otros términos, la espiritualidad humana puede distanciarse de su organismo psicofísico y reflexionar sobre ello, haciendo consciente la espiritualidad a través de las manifestaciones de la misma; sin embargo, la espiritualidad en su profundidad no puede verse a sí misma, porque sería otra entidad espiritual la que estaría viendo. En otros términos, aquel que habita en mí, puede ver al “mí” que utiliza como órgano de expresión, pero aquel que ve a ese organismo psicofísico, no puede ver al que habita en ese órgano de expresión porque es él mismo el que está viendo. La espiritualidad en su profundidad es obligadamente inconsciente, ya que si la misma se viera a sí misma, la mismidad quedaría en entre dicho (Martínez, 2002). En palabras de Frankl (1994c): *“Anteriormente insinuamos que, siempre que se habla de espiritualidad inconsciente, por inconsciente no se debe entender nada más que no reflexivo. Sin embargo, se pretende decir algo más. Se pretende decir también no reflexionable. No obstante la espiritualidad del hombre no sólo es inconsciente sin más, sino que es también obligadamente inconsciente... De hecho, ese espíritu se muestra no reflexionable por lo menos a través de sí mismo, precisamente en la medida en que, en última instancia, es ciego ante cualquier autoobservación que intenta captarlo en su origen”*.

### *Maduración Noética*

Ahora bien, ¿De donde surge lo espiritual y hacia donde va?, es una pregunta que roza con los límites científicos, ante lo que Frankl (1994a) dice: *“No sabemos, pues, de donde viene lo espiritual, el espíritu personal, a la realidad corpórea-anímica orgánica; pero una cosa es cierta: el espíritu no procede de los cromosomas.”*; sin embargo, conservando ciertas limitantes académicas manifestadas en ese “no saber”, se puede hablar de un proceso de maduración noética. Como se expuso con anterioridad, lo espiritual necesita de un organismo psicofísico para poder expresarse, de un organismo que pueda instrumentalizar, sin embargo, dicho organismo requiere de un desarrollo psicofísico adecuado para poder facilitar la expresión espiritual y no mostrar fenomenológicamente una desfiguración de la persona espiritual como sucede en muchas psicopatologías. En palabras del padre de la logoterapia se concluye que *“Por tanto, lo espiritual tiene que entrar de algún modo en lo corpóreo-anímico; pero, una vez que ocurre esto, lo espiritual, el espíritu personal, queda velado: se oculta en su silencio. Calla y aguarda a que pueda comunicarse, a que pueda romper su silencio a través de los velos que le rodean, de los estratos envolventes de lo psicofísico. Aguarda poder anunciarse, a poder darse a conocer en el organismo psicofísico, como órgano de su información. Aguarda hasta el día en que pueda hacer suyo el organismo, hasta apoderarse de él como su campo expresivo (1994a)”*. En principio, predominará el organismo psicofísico sobre lo espiritual, llevando a que durante los primeros años de vida, la espiritualidad permanezca en un silencio proporcional al desarrollo psicofísico de su órgano de expresión, habilitándose con el paso de los años a una expresión más clara de la dimensión personal. No queriéndose decir con ello, que los niños y los adolescentes no posean una espiritualidad, solo que las manifestaciones de la misma son proporcionales a su desarrollo psicofísico y que dependen, en parte, de la educación de la espiritualidad, así como de su biografía. Es decir, la existencia personal en términos corporales es una creación de los padres que prestan su información genética y facilitan dicha creación, pero en términos espirituales, la dimensión específica del hombre no se trasmite, es nueva, es unitaria y totalitaria (Frankl, 1994a), aunque la educación puede encauzar y facilitar esta expresión de lo espiritual (Frankl, 1994a). En palabras de Oro

(1993): *“Podemos adelantar por lo tanto que el "recién nacido es una pequeña personita" pero todavía no una personalidad.”*

En los primeros momentos, dentro del vientre materno, se desarrolla el milagro de la vida que se hace luz aproximadamente a los 9 meses, iniciando un nuevo momento de vida caracterizado por la dependencia hacia los cuidadores y la predominancia de la voluntad de placer que le garantizará parte de su supervivencia, un poco más allá de los dos años se da un tercer momento de relativa consolidación básica de patrones de percepción de sí mismo y del mundo, en donde aún predomina la voluntad de placer y el temperamento, empezando a formarse el carácter y viéndose un poco más claramente – aunque de manera leve- las luces de la espiritualidad, dando así entrada a la infancia o edad escolar en donde la identidad y coherencia personal toman una mayor forma, aunque predominan las voluntades de placer y de poder, necesarias para el desenvolvimiento biológico, psicológico y social del niño. Ya es en la adolescencia en donde la conciencia histórica de ser uno mismo a lo largo del tiempo y la capacidad autorreflexiva hacen mayor evidencia de lo espiritual a través de las capas de lo psicofísico, y aunque por ser un periodo de búsqueda de identidad y transición psicosocial podría predominar la voluntad de poder, ya aquí es más fácil expresar el poder de oposición del espíritu y manifestar la espiritualidad humana. Ya en la adultez y edades posteriores se espera cada vez más una predominancia de lo espiritual en adecuada armonía con su organismo psicofísico. Al respecto debe quedar claro que la espiritualidad siempre existe, pero que la misma requiere de un órgano de expresión, motivo por el cual las manifestaciones espirituales son más claras a lo largo del desarrollo psicofísico que permite su expresión. Sin embargo, pueden darse problemas de maduración psicofísica que dejan intacto lo espiritual pero con dificultades para su expresión, así como procesos de enfermar que afectan a lo psicofísico produciendo el mismo efecto restrictivo, tema que se abordará más adelante.

### *Recursos noéticos*

Los recursos noéticos (Frankl, 1992, 1999) son el conjunto de fenómenos, capacidades o manifestaciones espirituales, expresadas por el Autodistanciamiento y la Autotrascendencia. Son características antropológicas ineludibles aunque si restringibles como se verá más adelante. Los recursos noéticos no están en lo psicofísico, ni siquiera “están” en ninguna parte, no son una realidad ontica, no tienen materia, son potencia pura, son posibilidad de manifestación.

El autodistanciamiento es la capacidad específicamente humana de:

- Verse a sí mismo en situación
- Monitorear los propios procesos emotivos y cognitivos
- Regular los propios procesos emotivos y cognitivos
- Dialogar consigo mismo y sus circunstancias
- Tomar distancia de los mandatos psicofísicos
- Oponerse al organismo psicofísico
- Ejercer el antagonismo psico-noético facultativo
- Facilitar la percepción de opciones
- Ampliar el campo fenoménico de la realidad selectiva.
- Ejercer la autoconciencia reflexiva

- Desarrollar la actividad justa y pasividad correcta (estrategias de tercer y cuarto nivel)
- Manifestar el poder de oposición del espíritu.

La autotrascendencia es la capacidad específicamente humana de:

- Salir de si mismo
- Descentrarse de si mismo
- Percibir valores y sentidos
- Conocer la realidad ontológica
- Reconocer la mente del otro como mente independiente a la propia.
- “Estar junto a” de manera atemporal y aespacial.
- Desarrollar la actividad justa y pasividad correcta
- Conocer las opciones mas significativas
- Resonancia afectiva
- Disminuir la hiperreflexión

El autodistanciamiento y la autotrascendencia son recursos mencionados de diferentes maneras y bajo otros nombres por diferentes teóricos externos a la logoterapia como fue expuesto en un capitulo anterior; sin embargo, la logoterapia tiene ese plus adicional de la dimensión espiritual, que si bien como ya se ha dicho, algunas corrientes contemporáneas empiezan a tocar, aun no logran colocarlo en el lugar que corresponde, es decir en la esencialidad de lo humano.

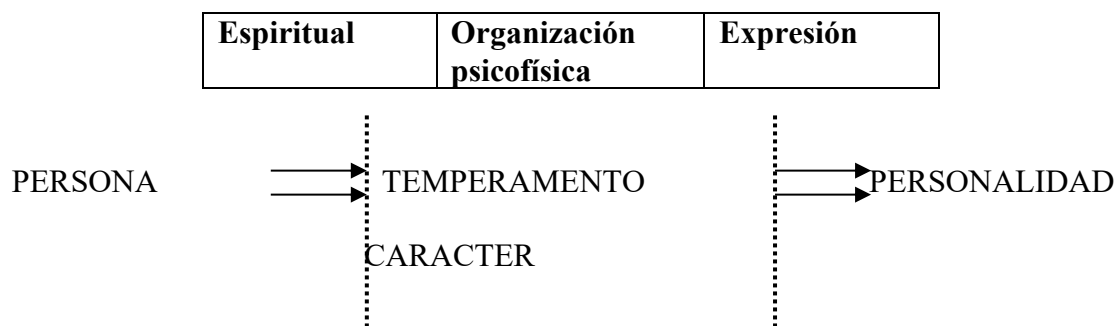
### *Persona y personalidad*

Comprender el núcleo sano de la persona humana, implica diferenciar heurísticamente entre persona y personalidad. Algunas de las características de la persona humana han sido expuestas con anterioridad al hacer referencia a lo espiritual, no queriendo decir con ello que la persona sea solo lo espiritual, aunque lo espiritual sea la dimensión específica de la persona. Frankl (1994d), en su conferencia “10 tesis sobre la persona” expone algunas características que solamente serán mencionadas en este espacio, remitiendo al lector preferiblemente al texto original:

1. La persona es un individuo
2. La persona no es solo un in-dividuum, sino también un in-summabile.
3. Cada persona es absolutamente un ser nuevo.
4. La persona es espiritual.
5. La persona es existencial
6. La persona es yoica.
7. La persona no es solo unidad y totalidad en si misma, sino que la persona brinda unidad y totalidad.
8. La persona es dinámica.
9. El animal no es persona puesto que no es capaz de trascenderse y de enfrentarse a si mismo.
10. La persona no se comprende a sí misma sino desde el punto de vista de la trascendencia.

Frankl (1994a) llama persona a *“aquellos que pueden comportarse libremente, en cualquier estado de cosas. La persona es aquella dimensión del hombre que es capaz de oponerse siempre, oponerse a cualquier posición: no solo a una posición externa, sino también interna; pero la posición interna es exactamente eso que se llama disposición (así se denomina a veces el carácter)”*. De tal forma que la persona es dinámica, es facultativa y se expresa fenomenológicamente a través de su organismo psicofísico en aquello que llamamos personalidad. *“Esencialmente lo noético, lo espiritual, en la medida en que el hombre representa un ser, por cierto no sólo espiritual, pero si en su esencia y en la medida en que la dimensión espiritual para él es constitutiva, en cuanto que esta representa la dimensión, ciertamente no la única, pero si la específica, de su existencia, sea que se considere lo espiritual en el hombre de manera fenomenológica como su personalidad o de manera antropológica como su existencialidad.”* (Frankl, 1994c).

La persona es dinámica, pero la personalidad se va haciendo estática (Laengle, 1989), es decir, la personalidad es el reflejo de la persona a través del organismo psicofísico, de las membranas o capas del carácter y el temperamento; por ello, la persona tiene un carácter y un temperamento, pero la persona puede oponerse a ellos, allí radica su dinamismo; mientras que el carácter y el temperamento van haciéndose estáticos.



El temperamento está más cerca de la esfera biológica (Oro, 1993), en palabras de Millon (2001): *“El temperamento debe ser entendido como un potencial biológico o subyacente para la conducta, que se aprecia claramente en el estado de ánimo o emotividad predominante de las personas y en la intensidad de sus ciclos de actividad... Podemos sostener que el temperamento es la suma de las influencias biológicas heredadas en la personalidad que aparecen de forma continua a lo largo de la vida.”* El carácter tiene un tono más social, es decir, se desarrolla conforme a lo interpersonal. *“El carácter se refiere a las características adquiridas durante nuestro crecimiento y posee la connotación de un cierto grado de conformidad con las normas sociales.”* (Millon, 2001). De tal manera que el temperamento y el carácter son como membranas porosas a través de las cuales se expresa la persona llegando a ser una personalidad; ahora bien, como persona que el ser humano es, tiene carácter y tiene temperamento, pero ante ello tiene libertad, se autoconfigura, *“la persona que alguien es, dialogando con el carácter que tiene, adoptando una posición ante él, lo configura y se configura ella constantemente, y llega a ser una personalidad... Mientras configuro el destino, configuro la persona que soy, el carácter que tengo, y “se” configura la personalidad que llego a ser”* (Frankl, 1994a) o como plantea Frankl (1994c) en su libro Logoterapia y análisis existencial: *“El hombre se decide, toda decisión es autodecisión y la*

*autodecisión en todos los casos es autoconfiguración. Mientras configuro el destino, la persona que soy configura el carácter que tengo “se” configura la personalidad en la que me convierto”.*

Vale la pena introducir una reflexión acerca del carácter estático de la personalidad. En un capítulo anterior se explicitó la naturaleza selectiva de la captación de la realidad, es decir la noodinamia que Frankl (2001) menciona al decir que *“el conocimiento se funda, indispensablemente, en un campo de tensión polar entre lo objetivo y lo subjetivo, pues sólo partiendo de esta base puede establecerse la dinámica esencial del acto cognoscitivo.”* En dicha dinámica, va asentándose el temple y el carácter de la persona que se encauza en mayor o en menor medida en las elecciones que toma y en esas elecciones va configurándose la personalidad. La captación de la realidad que la persona hace, en suma con lo que ha heredado y su postura ante lo mismo constituyen la biografía que la persona escribe; es decir, dentro de las experiencias que hacen parte de la historia de un ser humano se dan vivencias que marcan la biografía, las experiencias tienen ubicación espacio-temporal y no son significativas para la persona, mientras que las vivencias son experiencias con significación personal que no tienen ubicación espacio-temporal, en el sentido que se pueden revivenciar; dichas vivencias forjan el carácter que de la mano del temperamento van asentándose en la personalidad. Sin embargo, *“Hechos y factores no son sino el material bruto de estos actos de construcción del sí mismo”* (Frankl, 2001), por ello, pueden expresarse los aspectos dinámicos de la persona que se autoconfigura a sí misma.

De tal forma que puede darse una personalidad auténtica cuando el desarrollo psicofísico y de la personalidad traslucen a la persona que está detrás o viceversa, dándose una personalidad inauténtica en donde *“el cuerpo del hombre «caído», sin embargo, es como un espejo roto y, por lo tanto, deformante”* (Frankl, 1992) de la persona que no puede expresarse auténticamente a través de él. Esta personalidad desdibujada se debe a la restricción que ejerce un organismo psicofísico afectado, sobre las manifestaciones espirituales.

### **Teoría del enfermar: Procesos de restricción de lo Noético**

En algunos ambientes del humanismo se tiene cierta reticencia a hablar de psicopatología o de los procesos del enfermar humano, cayendo en un idealismo rosa bastante distante del ser humano y más bien intentando proponer una visión de ángel y no de persona humana.

Si bien, ya se ha expuesto ampliamente que la dimensión espiritual no enferma, es el momento de hacer justicia y expresar que aunque no enferma, sí pueden restringirse sus manifestaciones.

#### *Vulnerabilidad y Restricción de lo noético*

La vulnerabilidad es la restricción del ser como posibilidad, la baja o poca permeabilidad de la persona frente a lo que ha hecho de sí misma, la disminución de su responsividad, en sí, la restricción de lo noético. Ahora bien, las concepciones tradicionales de la vulnerabilidad que no consideran un núcleo sano ni dimensiones de libertad y responsabilidad, parten de una visión antropológica en donde el ser humano es una víctima de hechos y factores que como se vio anteriormente son solo el material

bruto, pero nunca la pandeterminación de la persona. Durante los últimos años algunas psicoterapias contemporáneas – especialmente la psicoterapia metacognitiva y la constructivista- han hecho grandes aportes para una concepción de la vulnerabilidad mucho mas cercana a la postura logoterapeutica, que si bien data de varias décadas atrás, su poca difusión ha impedido el reconocimiento que debería tener. En esta línea algunos autores contemporáneos han empezado a decir: *“En particular, ni los factores genéticos, ni las influencias sociales particulares, ni los procesos intrapsíquicos que se produzcan en las primeras etapas de la vida perse son considerados como determinantes necesarios y suficientes de las manifestaciones psicopatológicas que ocurran posteriormente en la vida.”* (Perris, 2004), expresando una dimensión de libertad y responsabilidad como la de otros autores de la misma línea. (Semerari, 2002a, 2002b).

Por ello, la personalidad es lo heredado, lo heredado y lo aprendido, y lo decidido (Acevedo, 2003) y es en dicha autoconfiguración en donde lo psicofísico puede quedar afectado impidiendo en menor o en mayor medida las manifestaciones espirituales, haciendo mas vulnerable al ser humano para iniciar y mantenerse en un proceso del enfermar humano. Los recursos noéticos están intactos, pero las posibilidades de manifestación están restringidas, el núcleo sano esta en potencia, pero las manifestaciones saludables están disminuidas. En palabras de Frankl (1994c): *“El espíritu humano es limitado, no menos pero tampoco más. El cuerpo no origina nada; el sólo limita; pero esta limitación del espíritu humano consiste, no en último lugar, en la dependencia del espíritu humano de su cuerpo...En la supeditación del espíritu humano a la integridad de la función instrumental y expresiva de su organismo psicofísico. Esta doble acción donde se basa toda la capacidad de acción o de expresión de la persona espiritual, se puede perturbar; pero no por esto se puede destruir la persona espiritual...”*. En dicha restricción, la persona espiritual es impotente e invisible, impotente ante su organismo, pues no puede instrumentalizarlo e invisible, pues no puede expresarse a través del organismo afectado, pero esa invisibilidad de lo espiritual, es precisamente el credo psiquiátrico del que nos habla Frankl (1994a): *“La enfermedad psicofísica puede perturbar, más no destruir, a la persona. Lo que la enfermedad puede destruir es el organismo psicofísico. Este organismo constituye el campo de acción y el campo de expresión de la persona. El desarreglo del organismo significa, en consecuencia, nada menos, pero nada más, que un bloqueo del acceso a la persona. Y este podía ser nuestro credo psiquiátrico: la fe inquebrantable en el espíritu personal, la fe ciega en la persona invisible, pero indestructible. Y si yo, señoras y señores, no tuviera esta fe, preferiría no ser medico”*.

La restricción noética puede darse de dos maneras:

1. Por escasa maduración psicofísica que no alcanza el nivel adecuado para la expresión de lo espiritual (Retraso mental, enfermedades que impiden el desarrollo...), o
2. Por afección del organismo psicofísico que restringe o impide la instrumentalización del mismo por la persona espiritual. (Desarrollo de trastornos de personalidad, Trastornos afectivos y de ansiedad, condiciones de preponderancia biológica...).

En el primer caso, la escasa maduración del organismo psicofísico impide la manifestación y desarrollo de la persona espiritual que se encuentra invisible tras ese



organismo afectado, teniendo niveles de restricción elevados y relacionándose preponderantemente –mas no exclusivamente- con lo biológico. En el segundo caso hay una mayor participación, pues la vulnerabilidad no depende de lo que sucede en la realidad externa sino de lo que la persona hace suyo, *“el que un trama anímico, o sea una experiencia grave, tenga sobre un individuo un efecto traumatizante y a la larga perjudicial no depende de la vivencia que tuvo que experimentar sino del sujeto mismo y de toda la estructura de su carácter... De modo que vivencias de la misma naturaleza y de la misma gravedad a un grupo les había perjudicado anímicamente y al otro, no; luego no puede depender de la experiencia, o del medio ambiente, sino del mismo sujeto y de su actitud frente a lo que tuvo que experimentar.”* (Frankl, 1992).

La restricción de lo espiritual es ampliamente citada en la literatura logoterapéutica (Frankl, 1992, 1994a, 1994c, 1999), constituyendo esta visión el marco general de la fe terapéutica y del sentido de ejercer la psicoterapia, así como la guía que facilita el trabajo clínico de una manera acertada. Por ello, vale la pena exponer algunos de los efectos de la restricción de lo espiritual que deben manejarse al interior de un proceso logoterapéutico.

<b>RESTRICCIÓN DE LOS RECURSOS NOÉTICOS</b>	
<b>AUTODISTANCIAMIENTO</b>	<b>AUTOTRASCENDENCIA</b>
- Arraigo intrapsíquico que impide verse a si mismo en situación.	- Hiperreflexión que impide salir de si mismo.
- Dificultad para monitorear los propios procesos emotivos y cognitivos.	- Baja percepción valorativa y de sentido.
- Dificultad para regular los propios procesos emotivos y cognitivos.	- Predominancia perceptiva de valores útiles, sensibles y vitales.
- Déficit de la capacidad para dialogar, tomar distancia u oponerse a los mandatos de lo psicofísico.	- Déficit del reconocimiento de la mente del otro con independencia de la mente propia.
- Estrechez del campo fenoménico.	- Poca resonancia afectiva, excepto en términos de bien-estar y no de bien-ser.
- Predominancia de la actividad y pasividad incorrecta.	- Dificultad de expresión y manifestación amorosa en términos de amor genuino.
- Dificultad para ver otras opciones de si mismo.	- Predominancia de la actividad y pasividad incorrecta.
- Alta identificación con el síntoma.	- Poca flexibilidad del campo fenoménico.
- En ocasiones pueden desarrollarse niveles de automonitoreo, pero no de	- Predominancia del amor sexual y erótico.

Las restricciones de lo espiritual pueden ser preponderantemente somatógenas o preponderantemente Psicológicas, ya que no existe nada exclusivamente biológico o exclusivamente psicológico, de tal forma que una persona puede estar restringida espiritualmente por una depresión preponderantemente biológica o una persona puede estar restringida espiritualmente por un trastorno de personalidad preponderantemente psicológico. De igual forma, la restricción espiritual de preponderancia biológica no implica una sintomatología biológica, pues alguien puede tener una preponderancia etiológica de tipo biológico y tener síntomas psicológicos (Ej. Depresión endógena) y viceversa, tener restricciones de preponderancia psicológica con síntomas físicos. (Trastorno histriónico de personalidad). *“Una enfermedad, por lo tanto, es siempre solamente más o menos psicógena o más o menos somatógena.”* (Frankl, 1992) Ahora bien, independiente de la preponderancia etiológica, la restricción de los recursos espirituales es la misma, variando en el nivel de restricción de manera proporcional al grado de afección del organismo psicofísico, es decir, los problemas mentales son psicopatologías de la libertad.

### *Pasividad y Actividad incorrecta*

La estructura de personalidad que alguien se ha dado a si mismo en su interrelación con el mundo desarrolla modos de ser, de moverse y convivir con la realidad selectiva que capta, de tal manera que la realidad leída por la persona va mediada por su organismo psicofísico, moviéndose a partir de dicha captación y de lo que escoge para si; sin embargo, cuando el organismo psicofísico se ha hecho rígido, poco flexible y con baja permeabilidad, el campo fenoménico captado es reducido impidiendo a la persona ver otras posibles realidades de existencia, o como diría Frankl (1994c): *“Con anterioridad habíamos definido al neurótico como aquella persona que cambia la interpretación de su existencia como un poder llegar a ser siempre también de otra forma, en un deber ser así y no de otra forma”*. Esa manera de vida inauténtica, idea y ejecuta estrategias de afrontamiento que le ayudan a moverse en la realidad captada en la que no puede concebirse de otra forma, es allí en donde lleva a cabo la pasividad y actividad incorrecta.

Frankl (1992, 1994a, 1994b, 1994c, 2001) y Lukas (2001, 2003) hacen referencia constante a la pasividad y actividad incorrecta como pautas características de respuesta en las neurosis que son utilizadas como intentos adaptativos, en busca de distensión o compensación del malestar psicofísico. Si bien, Frankl, planteó dichas estrategias en términos de patrones de reacción de las neurosis de ansiedad, obsesivas y sexuales, las clasificaciones han cambiado y la inclusión de los trastornos de personalidad en el ámbito clínico han reflejado la importancia de estas pasividades y actividades incorrectas, pues como dice Millon (2001): *“La mayoría de las personas dispone de variadas y flexibles estrategias de afrontamiento. Cuando una determinada conducta o estrategia no funciona, las personas normales cambian y pasan a utilizar otra. Sin embargo, las personas con un trastorno de la personalidad tienden utilizar las mismas estrategias una y otra vez, con variaciones mínimas. El resultado es que siempre acaban empeorando las cosas. En consecuencia, el nivel de estrés se incrementa, amplifica su vulnerabilidad, provoca situaciones críticas y produce percepciones de la realidad social cada vez más distorsionadas”*. Por ello, con base en

el estado actual de la psicopatología, se pueden plantear la pasividad y la actividad incorrecta en dos niveles de complejidad.

Pasividad y actividad incorrecta de primer nivel: Son las estrategias más primarias que incluyen la automedicación (Uso de alcohol o drogas), las compulsiones y los comportamientos autolesivos (Autoagresiones, automutilaciones) que son utilizados: a. Como una forma de actuar sobre el propio malestar corporal, b. Como una forma de enfrentar situaciones que hacen surgir estados problemáticos, c. Como una respuesta ante la frustración existencial.

Pasividad y actividad incorrecta de segundo nivel: Son estrategias de afrontamiento que al igual que las estrategias de primer nivel, buscan la distensión de lo psicofísico; de esta forma, algunos evitan la evaluación y los sentimientos y pensamientos desagradables, otros cultivan relaciones de dependencia, algunos buscan motivos ocultos y atacan antes de ser atacados, otros escenifican, lloran y ocupan todo el espacio, algunos tratan de controlar todas las situaciones, otros complacen y buscan aprobación todo el tiempo, en fin, tratan de evitar el displacer del organismo psicofísico.

Las estrategias de afrontamiento de primer y segundo nivel son similares para diferentes grupos de dificultades, de esta forma y a manera de ejemplo, las neurosis de angustia (actuales Trastornos de ansiedad generalizada, ataques de pánico, fobias, trastornos de personalidad evitativa...) tienen estrategias similares enmarcadas en lo que Frankl denominaba *pasividad incorrecta* y entendida como una serie de conductas de evitación de la “supuesta” situación problemática (No salir de casa, no quedarse en un lugar solo...etc) o el enfrentamiento del estado problemático a través del consumo de sustancias paliativas. La *Pasividad incorrecta* y *Actividad incorrecta* son desarrollos que buscan alcanzar la utópica homeostasis del organismo psicofísico, de tal manera que a mayor nivel de restricción de la espiritualidad humana debido a las afecciones que padece su instrumento de expresión, mas arraigadas la pasividad y actividad incorrecta. Como bien se menciona con anterioridad, la personalidad se va haciendo estática y autoprotectiva de su estructura, pues como ya expone Mahoney (1988): *“Hay un valor sentido de supervivencia en proteger y perpetuar viejas construcciones de la realidad, especialmente aquellas que son centrales para nuestra experiencia. Estas construcciones pueden muy bien realimentar positivamente una activa renuncia a ser examinadas o cambiadas.”* Es allí, en donde la pasividad y actividad incorrecta promueven una vieja frase de Einstein: *“Locura, es seguir haciendo lo mismo y esperar resultados diferentes”*.

Ejemplos de Pasividad y actividad incorrecta de segundo nivel en los actuales Trastornos de personalidad:

<b>Personalidad</b>	<b>Estrategia</b>
Evitación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Huir de las situaciones problemáticas</li> <li>- Evitar contextos donde pueda ser evaluado</li> <li>- Esquivar situaciones en donde pueda tener pensamientos o sentimientos</li> </ul>

	<p>desagradables.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Imaginar y fantasear como manejar las situaciones problemáticas, pero no hacerlo.</li> </ul>
Dependencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Búsqueda y persecución de alguien quien lo ayude.</li> <li>- Cultivo y dedicación a personas de quien depender.</li> <li>- Búsqueda de aprobación constante.</li> <li>- Ceder ante al conflicto para no perder a quien se depende</li> </ul>
Esquizoide	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetiva todo lo que tenga que ver con emociones y relaciones.</li> <li>- Aislamiento constante de lo social.</li> <li>- Distancia de quienes le rodean.</li> </ul>
Histriónico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Llamar la atención de lo demás</li> <li>- Autodistracción constante para no mirarse.</li> <li>- Busca ser el centro de atracción (llora, se exhibe, estalla en ira, amenaza con suicidio...)</li> </ul>
Obsesivo – Compulsivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Controlar todas las situaciones y personas.</li> <li>- Búsqueda de perfeccionismo propio y de los demás.</li> <li>- Lucha por evitar perder el control y actuar de manera poco adaptada.</li> <li>- Evalúa, critica y corrige a los demás.</li> <li>- Sistematiza pasos, procedimientos y listados de actividades.</li> </ul>
Pasivo – Agresivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desquite disimulado e inocente ante lo que le molesta.</li> <li>- Sabotaje disimulado como forma de resistencia pasiva.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aparente sumisión ante la autoridad y las reglas.</li> </ul>
Paranoide	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atribuye a los demás todo lo que odia de si mismo.</li> <li>- Hipervigilante de personas y situaciones.</li> <li>- Busca motivos ocultos y posibles deslealtades.</li> </ul>
Limite	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utiliza mas la pasividad y actividad incorrecta de primer nivel.</li> <li>- Asume posturas de infantilismo.</li> </ul>
Antisocial	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utiliza mas la pasividad y actividad incorrecta de primer nivel.</li> <li>- Actuar impulsivamente sin aparente culpa.</li> <li>- Explotación y manipulación de los demás.</li> <li>- Ruptura constante de reglas.</li> </ul>
Narcisista	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compite constantemente con los demás.</li> <li>- Se salta las reglas racionalizándolas como inaplicables a si mismo.</li> <li>- Se autoexalta y excusa a si mismo con frecuencia.</li> </ul>

En cuanto a la pasividad y actividad incorrecta de primer nivel, estas podrían llevarse a cabo en cualquier momento, aunque algunas estructuras de personalidad tendrían una mayor tendencia como es el caso de las estructuras limite y antisocial para el consumo de drogas y las automutilizaciones, así como las estructuras de personalidad que dependiendo de la misma pueden tener mayor afinidad con el consumo de ciertas sustancias como forma de automedicación.

La psicopatología Frankliana es poco conocida en el ámbito de la psicoterapia contemporánea; sin embargo, vale la pena revisar los aportes que hace al respecto en algunas de sus publicaciones (Frankl, 1992, 1995), ya que sin duda, ha sido Frankl, aunque de manera desconocida, un visionario de grandes propuestas y aportes que se están consolidando hoy en día. Resaltando con importancia que a pesar de la clasificación un tanto antigua que utiliza Frankl, existen en ella dos constructos de

especial atención: La Neurosis noógena (por falta de sentido o frustración existencial) y la neurosis iatrogena (La impuesta por el terapeuta tras un mal proceder), entidades que enriquecen enormemente el trabajo psicoterapéutico actual, pues las mismas cuentan con una alta prevalencia en los consultorios.

### **Teoría del cambio**

La logoterapia trabaja especialmente en el terreno de la actitud, siendo la logoterapia y el análisis existencial dos caras de una misma moneda (Frankl, 1994c), por un lado, la logoterapia es una psicoterapia que arranca desde lo espiritual, es decir, moviliza los recursos espirituales frente al organismo psicofísico, pero finaliza en un análisis existencial, entendido como una psicoterapia que orienta hacia lo espiritual, es decir, que ayuda a dar a luz los contenidos espirituales.

Hablar de una teoría del cambio en logoterapia puede remitirnos a proponer dos niveles de cambio, uno superficial (o mas bien de altura) y uno profundo. El primero esta centrado en el análisis existencial que busca ayudar a desplegar la espiritualidad humana que se encuentra dormida o latente por la falta de educación de la misma -Hombres que dudan (Lukas, 1983)- o aquella que se encuentra frustrada o nublada por un embate de la vida, por un derrumbe del sistema axiológico –Hombres desesperados (Lukas, 1983)- . El segundo se centra en la logoterapia que busca movilizar los recursos espirituales para cambiar la pasividad y actividad incorrecta por una pasividad y actividad adecuada y desembocar en el despliegue del sentido de la vida como consolidador del cambio.

#### *Actividad correcta y pasividad justa*

Frankl (1992, 1994a, 1994b, 1994c, 2001) y Lukas (2001, 2003) también hacen referencia a la actividad y pasividad adecuada como formas de afrontamiento en donde se toma distancia de los síntomas en lugar de huir o luchar contra ellos, así como dirigirse hacia el sentido de la vida descentrándose y saliendo de si.

La actividad y pasividad correcta de tercer nivel (Pasividad justa): Son aquellas en donde a través de los recursos noéticos –especialmente el autodistanciamiento- , se monitorean y controlan las estrategias de primer y segundo nivel (Pasividad y actividad incorrecta), se cuestionan concientemente los pensamientos y las conductas, y se hace oposición a los mandatos de lo psicofísico en búsqueda de distensión.

La actividad y pasividad correcta de cuarto nivel (Actividad correcta): Son aquellas en donde se aceptan los propios límites y se despliega lo espiritual para la consolidación del sentido de vida, la captación de valores y las relaciones con lo trascendente. Se trascienden los síntomas dirigiéndose hacia el sentido.

Tal vez el aporte fundamental de la logoterapia, aparte de la perspectiva antropológica que rehumaniza la psicoterapia, es el de haber incluido la dimensión del sentido, pues las psicoterapias efectivas llegan en ocasiones a un tercer nivel de afrontamiento y cambio (Actividad correcta y pasividad justa), pero como dice Frankl (1994b): “*Mas ello no resolvía las cosas. Lo que sucedía, mas bien, era que si se suprimía una neurosis –y con mayor frecuencia, cuando no se la suprimía-, quedaba un vacío. El paciente se adaptaba bien, pero surgía una ausencia de sentido..*”. Por ello, este plus de

la logoterapia, es el que consolida el cambio, como un cambio profundo y duradero, pues va a lo esencial de la persona, hacia el desarrollo del ser en su esencia y sentido.