

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud

Maestría en Desarrollo Humano



EL SENTIDO DE VIDA EN LA ADOLESCENCIA. UNA INDAGACIÓN DOCUMENTAL

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el **GRADO** de
MAESTRA EN DESARROLLO HUMANO

Presenta: **LIC. MARÍA DEL ROSARIO ALVARADO LOZANO**

Asesor **MTRO. NÉSTOR VELÁZQUEZ BARRERA**

Tlaquepaque, Jalisco. 27 de octubre de 2018.

DEDICATORIA

A mi padre, quien justo en la adolescencia me dijo: “no seas una hoja sin rumbo”.

A mi hija Mariamaya que inicia la bella etapa de la adolescencia.

A todos los adolescentes que me han permitido entrar en su corazón.

AGRADECIMENTOS

A Ricardo Cabrales, mi esposo por su amor

Al Mtro. Néstor Velázquez Barrera, por su calma soberana

A la Dra. Sofía Cervantes Rodríguez, por su paciencia y benevolencia

A la Dra. Martha Leticia Carretero Jiménez, por su cariño y respeto a mi corazón

Al Padre Octavio Balderas Rangel, por compartirme de su sabiduría

Al Padre Carlo Mongardi, por su aprecio positivo incondicional

Al Dr. Miguel Jarquín, por su disponibilidad y presencia en mi vida

A la Mtra. Marina Ayo Balandrano, por su acompañamiento a mi ser

A los padres de familia por su confianza

A los adolescentes por su complicidad sin límites

RESUMEN

En este documento se presenta una indagación documental, que, a partir de la propia experiencia en el acompañamiento con jóvenes adolescentes de edades entre los 15 y 17 años, sirve de guía en el trayecto por diversas propuestas teórico-conceptuales de corte humanista-existencial, focalizándose de manera particular, la obra de Viktor E. Frankl (1905-1997). El objeto de estudio es el “Sentido de Vida de los adolescentes” e incluye aportaciones del Desarrollo Humano, como la promoción de la actualización y el despliegue del potencial personal, por lo que el interés se centra en la vivencia del adolescente. El método utilizado es la Indagación documental, la que es entendida como el proceso que dispone “de documentos que son resultado de (...) reflexiones de teóricos, lo cual representa la base teórica del área de objeto de la investigación y el conocimiento se construye a partir de su lectura, análisis, reflexión e interpretación de dichos documentos” (Morales, 2003, p. 2). Otro método utilizado es el hermenéutico - interpretativo (ciertas narrativas), a fin de identificar algunas de las problemáticas que dificultan a los adolescentes encontrar un sentido de vida. Así mismo, se plantea la viabilidad, de que, mediante un acompañamiento psicológico, los adolescentes logren sentidos de vida promotores de su desarrollo personal. Con base en la indagación documental, la experiencia profesional y la recuperación de algunas narrativas (trabajo de campo) se puede afirmar que hay tres tipos de adolescentes respecto a su sentido de vida: a) los que se encuentran en una etapa de indiferencia, -no carecen de un sentido, pero tampoco lo consideran; b) los que buscan un sentido de vida y requieren de un acompañamiento profesional y c) también se puede afirmar que los adolescentes que no cuentan con un sentido de vida, se encuentran en una situación de frustración existencial con riesgo de suicidio. Desde el trabajo realizado en este Reporte de Experiencia Profesional, se puede afirmar que los adolescentes que cuentan con un sentido de vida claro son los menos y que los que se ubican dentro de estos tres tipos tienen una gran necesidad de contar con un acompañamiento psicológico a fin de lograr la elaboración constructiva de sus experiencias, y con ello, construir un sentido de vida aun en situaciones difíciles. Estas aseveraciones no son rígidas y están sujetas a la deliberación,

y si bien, proceden de la experiencia en el campo, también se sustentan en la presente indagación documental.

Palabras clave: Sentido de vida, voluntad de sentido, valores, adolescencia.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I. LA EXPERIENCIA LABORAL.....	3
1.1. Síntesis de la Experiencia de Trabajo	3
1.2 Antecedentes de trayectoria laboral	4
1.2.1 Trayectoria en el ámbito cultural y publicaciones.....	6
1.3 Las cualidades del desempeño laboral	8
1.4 La relevancia del desempeño laboral actual	11
1.5 La aportación del Reporte de Experiencia Profesional al campo del Desarrollo Humano.....	20
CAPÍTULO II. VINCULACIÓN CON EL DESARROLLO HUMANO.....	23
2.1 Algunos conceptos. La psicoterapia Gestalt	23
2.2 Los valores y el sentido de vida. Motor del crecimiento personal.....	25
2.2.1 La tridimensionalidad. Una manera de ver al hombre.....	29
2.3 La Logoterapia y sus fundamentos	31
2.3.1 La libertad de la voluntad	32
2.3.2 La voluntad de sentido	35
2.3.3 El sentido de vida.....	36
2.3.4 La triada trágica y el sufrimiento	37
2.3.5 Toda realidad tiene sentido	43
2.4 Aportaciones y conceptos relacionados	44
2.4.1 El impacto social	56
CAPÍTULO III. LA VOZ DE LOS ADOLESCENTES	58
3.1 Cinco categorías en la experiencia adolescente	62
3.2 Una lectura hermenéutica	67
CAPÍTULO IV. PROSPECTIVA SOCIAL Y DEL EJERCICIO PROFESIONAL	75
4.1. La mejora en el desarrollo profesional	75
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS	77
5.1 Elementos conclusivos de la intervención.....	77
5.2 Lo adquirido en la Maestría en Desarrollo Humano	80
5.3 Otras consideraciones conceptuales.....	83
5.4 La vivencia al construir el Reporte de Experiencia Profesional.....	84

5.5 Notas finales.....	86
REFERENCIAS.....	88

INTRODUCCIÓN

Desde hace tiempo es usual descalificar a las nuevas generaciones y emitir expresiones como: “es que en la actualidad se han perdido los valores”, “ya nadie cree en nada”, “la nueva generación carece de un sentido en su vida”, y otras frases como éstas. Sin embargo, estas aseveraciones son imprecisas, o al menos parciales, y las constato en mi labor cotidiana como facilitadora de sus recursos personales.

Hoy como antaño hay valores y las nuevas generaciones tienen valores, sólo que son diferentes, o bien, el nivel de valoración para cada uno de ellos es distinto al de otras generaciones (Tárrago, Moradillo, Picot, 2005). Esto me impulsa a trabajar con grupos de adolescentes con la intención de que descubran, replanteen y generen su propia propuesta de valores y se comprometan con ella.

Es importante señalar que la vivencia de valores varía mucho entre comunidades, épocas y contextos en que los adolescentes se circunscriben (Jares, 2009). Son vivencias diferentes las de un adolescente que tiene acceso fácil a cualquier satisfactor a las de un adolescente que vive en una familia con ingresos raquíticos, que viven al día y luchan para sobrevivir. O las de un adolescente que reside en una colonia con problemas de delincuencia donde se propicia el abuso y el maltrato del que tiene que aprender a defenderse. Por las particularidades referidas anteriormente, hoy se habla de las adolescencias (Torres, 2015). Estas situaciones me llevaron a generar intervenciones en la modalidad de talleres, a fin de crear climas de seguridad psicológica en donde los adolescentes pudieran explorar sus potencialidades de desarrollo, de sus valores y el sentido de sus vidas. Durante 20 años, estos talleres han funcionado de manera gratificante y enriquecedora, tanto, que ahora que realizo este documento, decidí “recuperar” mi práctica como acompañante a través de exponer algunas aportaciones que uno de esos talleres me ha brindado (Orange, 2012).

Un descubrimiento que he podido constatar, es que los adolescentes que forjan un “sentido de vida” y se afilian a una causa que está más allá de ellos mismos, logran una vida más significativa y desarrollan competencias creadoras para enfrentar sus vidas, con sus logros y fracasos.

Generar estos talleres desde el ámbito del Desarrollo Humano ha fortalecido mi gusto por la vida y por mi quehacer al servicio de las nuevas generaciones. Considero muy valioso documentar este trabajo que puede resultar de utilidad para otros colegas, para la Institución donde me formé, y para mí misma, al crecer en el acto de reflexionar en mi labor como facilitadora.

CAPÍTULO I. LA EXPERIENCIA LABORAL

1.1. Síntesis de la Experiencia de Trabajo

He trabajado con adolescentes y creo sin lugar a duda, que el tema “sentido de vida” es un tópico que inquieta a los jóvenes y a la sociedad en que se desenvuelven. El sentido de vida está ligado a los valores que forman parte de su vida cotidiana y orientan su existencia (Landsberg, 2006).

Con la experiencia adquirida a través del tiempo, el trabajo realizado y con mi iniciativa, fundé un instituto de formación, donde cuyo objetivo expresa el sentir de un equipo de profesionales con formación humanista, social, cultural y espiritual. Trabajamos en este instituto desde el año 1999 con un sincero respeto a las personas, a las familias, a nuestro México y al mundo. En él, he generado una serie de talleres y programas que siguen vigentes, mismos que describo a continuación: “Niños y Adolescentes Seguros”; este taller propicia el desarrollo de niños y adolescentes, con una característica central, descubrir la seguridad de ser amados incondicionalmente. “Mujer Desarrollo Humano y Participación Social”; este taller fomenta el crecimiento del potencial de las mujeres a través de lograr una participación social significativa en sus comunidades. “KARUNA” (solo mujeres); el taller impulsa el avance en el potencial de las mujeres centrando su atención en el despliegue de su feminidad. “Compartiendo Emociones” “KORIMA” (solo hombres); facilitar un espacio que permita aprender a los hombres a vivir su masculinidad y a hacer contacto y expresar sus emociones. Escuela Para Padres “Padres bien padres”; para que los padres de familia se percaten como actores valiosos en la relación padres-hijos, aprendiendo a amarlos de manera incondicional y al mismo tiempo, aprender a poner normas y límites claros, a partir del amor condicional. “Procesos de Duelo”. Tanatología, donde se facilita que la persona doliente haga contacto con su dolor y aprenda de él para resolver sus duelos. “Calidad Humana en la Escuela y el Trabajo”; para propiciar el avance de las personas que laboran en situaciones de tensión y metas

perseguidos y encuentren un punto de equilibrio que les permita cuidar sus personas en medio de las tensiones laborales.

Funjo como psicoterapeuta en la modalidad individual, de pareja e infantil, también con grupos de personas consagradas y de vida sacerdotal. En esta área de mi trabajo cotidiano (más de 20 años), procuro sumar mis diferentes aprendizajes que se cobijan bajo el movimiento de Desarrollo Humano.

Últimamente he generado un programa especial para “Hijos y Padres en Situación de Adopción”, siguiendo el modelo del Enfoque Centrado en el Nosotros. Es un taller que suma las características del modelo del Enfoque Centrado en la Persona y la nueva propuesta del Enfoque Centrado en el Nosotros.

1.2 Antecedentes de trayectoria laboral

En mi desempeño laboral he procurado realizar, además de lo que demanda la posición que ocupé como directora en el Instituto, ejecuté otras actividades en dos dependencias de salud de la localidad, una privada y otra pública, donde tuve la oportunidad de desarrollar la escuela para padres de pacientes psicóticos y algunos proyectos de integración familiar. Estas actividades tenían por objetivo: 1) formar e informar a los padres de familia de pacientes psicóticos en la vivencia inesperada de un hijo en situación psicótica para poder colaborar con él en su recuperación, y/o al menos, lograr una vida digna y de calidad; 2) promover la unidad familiar como un elemento sanador para las familias con familiares psicóticos y contar con herramientas para enfrentar esta vivencia desconocida para la mayoría de ellos.

En el área empresarial laboré en una empresa mexicana dedicada a la fabricación y distribución de herramienta y cerraduras en donde coordiné los programas de “Orientación Femenina” (sólo mujeres), para favorecer que las mujeres tomaran conciencia de su ser-femenino y la responsabilidad de cuidarse como personas dignas y

valiosas, impedir los malos tratos por parte de sus jefes y sus compañeros de trabajo, así como buscar salarios y jornadas justos. “Orientación para Colaboradore”; un seminario para aportar información adecuada para los colaboradores de la empresa, que conocieran sus derechos y obligaciones además de los servicios que les brindaba la empresa y pudieran hacer buen uso de ellos. “Orientación Masculina” (sólo hombres); un taller enfocado a que los varones de la empresa descubrieran y valoraran su ser masculino con dignidad, sin tener que recurrir a posturas misóginas o machistas ante sus compañeras o compañeros de trabajo, para lograr lo que querían y volverse manipuladores o impositivos. “Programa Integral para Secretarias”; que pretendía que las secretarias descubrieran el valor de su trabajo sin desvincularlo del valor de su persona y exigir un trato propio y adecuado, tanto para su labor, como para su persona. Y el “Plan de Convivencia Familiar”; un espacio muy variado en actividades para fomentar la convivencia familiar.

En otra dependencia de salud pública desempeñé la Jefatura de Trabajo Social. En este puesto organicé: el “Proyecto para Diabéticos” para que las personas en situación de diabetes exploraran sus emociones, sus sufrimientos y su forma nueva de vida, y adquirieran información respecto a su situación. “Proyecto Escuela para Padres”; para que los padres de familia conocieran y valoraran la situación de diabetes que vivían sus hijos y encontraran estrategias para cuidar y mejorar su calidad de vida. “Proyecto de Humanización de Hospitales”. Esta actividad se propuso para trabajar con todo el personal de diferentes hospitales y promover la humanización en el trato al paciente siguiendo los lineamientos que sugiere el Desarrollo Humano y el “Programa de Grupos Psico-profilácticos”, para ofrecer información preventiva favorecedora de la calidad de vida y brindar una atención psicológica que desplegara el potencial personal.

En el área social trabajé en una subsecretaría de gobierno. Donde dirigí algunos foros sobre participación social y desarrollé proyectos de “Desarrollo Humano”, “Conciencia social” y “Capacitación para comunidades y funcionarios públicos del Estado de Jalisco”. Como resultado de mi labor profesional, he recibido reconocimientos que valoro y que considero importantes, entre los que se cuentan: a) Un Reconocimiento por la creación y desarrollo de Escuela para Padres de Pacientes Psicóticos, por una

institución pública de salud. b) Reconocimiento por participar en la elaboración de un proyecto para un módulo de Maestría en Trabajo Social de la Universidad pública local. c) Reconocimiento como Representante Académico de la Universidad pública local.

Además de los reconocimientos mencionados, participo en la Asociación de Desarrollo Humano (ADEHUM), coordinando el “Comité de la Persona”; También participo en un proyecto, impartiendo conferencias y recitales, así como en diversos proyectos de radio y televisión. Termine este apartado escribiendo que valoro enormemente estos logros.

1.2.1 Trayectoria en el ámbito cultural y publicaciones

Al rearmar el sendero por el que he transitado para forjar mi mundo laboral, lo primero que recuerdo es que respondo al nombre de María Rosario Alvarado Lozano. Al escuchar mi nombre, me siento orgullosa de él, pertenezco a una familia muy unida, lo cual genera grandes logros y grandes pleitos. La ilusión de ser una “gran familia”, al mismo tiempo nos atosiga, pues no siempre la convivencia resulta agradable; avanzamos con nuestros gozos y nuestros sinsabores. Estos apellidos nos unen a una historia común y una de sus características es que somos en su mayoría, “artistas”; cantamos, tocamos algún instrumento musical, declamamos... en fin, en ese sentido, somos un compendio de talentos artísticos. Estas habilidades han enriquecido nuestros trabajos, en especial el mío, ya que así logro que mis conferencias, por ejemplo, estén llenas de luz y color, de baile y canto.

Esta sensibilidad artística es una cualidad que a veces, se vuelve un defecto en nuestras vidas, ya que somos como *jarritos de Tonalá* y al menor desprecio se arma el pleito, los enojos, las distancias, y más, si el evento es mayor. Este mundo bohemio nutrió en mí, además del estilo de mi familia, *un amor a prueba de balas*, por mi patria, tanto que, muchas de mis conferencias son homenajes a este México que amo y venero. Mi vida de artista y bohemia me ha llevado a realizar un disco y dos libros: “Cuando el

corazón canta”, que es una obra que nace de mi necesidad para honrar lo femenino, de ofrendar, desde lo más profundo de mi corazón, un canto de amor en todas sus facetas. Este disco surge del anhelo que atesora el alma humana para compartir la alegría que sólo el amor puede derramar sobre la vida, vida que se extiende y multiplica únicamente en la comunión entre el hombre y la mujer. Narra la historia de las mujeres mexicanas que seguimos de pie, a pesar de todo, rodeadas de hombres buenos, que encuentran motivos para amar, vencer y seguir apoyándonos a elegir nuestra mejor bandera, "la alegría del corazón".

El primero de mis libros se titula “Cuando las cosas son del cielo”. En este libro, se narra un poco de la historia de la vida y el corazón de Rosario. También está la memoria de nuestro corazón escrita desde el corazón y el espíritu. Este libro se puede leer desde diferentes perspectivas; poniendo atención a lo psicológico, haciendo referencia a la sensibilidad o desde las teorías que colocan su mirada en las vivencias humanas. También puede representar la postura estética que focaliza el gusto por escribir, recordar y comunicar desde el sufrimiento que comparte lo profundo del propio corazón. No podría faltar la perspectiva social y ética al servicio de todos, ya que todos tenemos corazón y espíritu, así como inteligencia y cuerpo, particularmente, al servicio de los que sufren del cuerpo y del alma. Y quedaría al final, la mirada religiosa, desde el encuentro con Dios, los ministros, los sacramentos y el pueblo creyente. Es un libro escrito para todos, con respeto y sensibilidad, para diferentes culturas y religiones, ya que todo lector puede encontrar luz y consolución en sus páginas. Los contenidos de este libro son concretos y reales, del amor y el dolor, la memoria y la esperanza, la familia y la sociedad, los fracasos y los logros, la naturaleza y la vida, el estudio y la curación, el trabajo humano y las maravillas de Dios.

Mi segundo libro lleva el mismo nombre de mi disco “Cuando el Corazón Canta”. Este libro es para niños y busca invitarlos a descubrir la vida de su interior. En él se hace presente la idea interesantísima de C.G. Jung de cuidar y formar el “alma del niño”. Sigue la propuesta de que los niños, sí, tienen acceso a la lectura, descubren un mundo inusitado para ellos que alimenta su capacidad de ensoñación y juegan con los

personajes a quienes reproducen después en sus juegos. Aprender a leer es aprender a vivir la aventura de lo nuevo; aprender a leer, es aprender a “decir su palabra”.

Concluyo esta sección escribiendo que cada día me defino más orientada por las filosofías de inspiración existencial-personalista¹ y esta palabra es clave para este movimiento, ya que es la vivencia fundamental de la existencia. Como psicoterapeuta y facilitadora tengo un lema: hacer un acompañamiento amoroso al servicio de la familia.

1.3 Las cualidades del desempeño laboral

Me parece que he sabido aprovechar mi paso por diferentes escenarios aleccionadores y los he convertido en aprendizajes. La vida bohemia de mi familia y el talento que heredé para el canto y la poesía lo he aprovechado para mi trabajo terapéutico y para mis conferencias, pues utilizo la palabra, el canto y el baile. Entiendo muy bien, con mi vida, la propuesta que hacen autores como Laura Perls (en Perls, 1994a) y Joseph Zinker (1979), quienes hacen hincapié en la necesidad de que, para ser una buena acompañante, se ha de contar con alguna habilidad artística; hoy puedo confirmarlo. El amor a nuestro México forma parte de una tradición muy arraigada en mi familia de origen, amor que he convertido en una tarea; promover en las personas que participan de las actividades que propongo el amor por nuestra patria, en todos sus aspectos; sabiduría, comida, ropa, diseños, etc. Sin lugar a duda, además de la tradición familiar, están presentes mis lecturas sobre algunos de los grandes autores de nuestro proyecto Nacional, como Justo Sierra y José Vasconcelos, entre otros (en Quirarte, 1995).

El gusto por la lectura lo he capitalizado en mi propia formación y soy una lectora incansable, en búsqueda de ideas que enriquezcan constantemente mi trabajo. No sólo leo para conquistar mi persona, sino para aplicar lo que hallo útil y significativo para mi

¹ Una de las tareas clave del enfoque existencial-personalista es: recuperar el valor de la enfermedad, de la locura y del paciente, sin caer ni en la prepotencia ni en el negacionismo.

trabajo. Puedo decir que cada lectura se vuelve una tarea de aplicación. Evito al máximo leer de manera estéril.

Las diferentes formaciones que he recibido, las he aplicado de manera creadora en un modelo propio de trabajo que se encuentra presente en mi Centro de trabajo.

Mis avances en conciencia son logros que busco vivir con las personas que amo, a la luz de mi *ordo amoris*² (Scheler, 1996), convirtiéndonos en personas que amamos la vida y confiamos en la esperanza.

Menciono algunas actividades que realizo en mi centro de trabajo relativas al “Taller para niños y adolescentes seguros”. Los objetivos que persigue este curso son alimentar la sensación de saberse amados incondicionalmente cuando toca el amor de padres y de manera condicional cuando toca el amor formador; trabajar inseguridades y fortalecer la autoestima; manejar adecuadamente los sentimientos y su imagen para lograr vínculos amorosos; revisar herramientas para una sana socialización y hacer amigos; sensibilizar el amor por su cuerpo; descubrir actos y valores de convivencia social; comprender el manejo sano del dinero; fomentar la confianza rompiendo barreras dolorosas entre padres e hijos; superar celos entre hermanos; aprender a enfrentar la intimidación³ y el miedo; superar duelos ya sea por muerte o por divorcio. En este taller se nota claramente la presencia del Enfoque Centrado en la Persona y la Psicología Humanística, pues, por una parte, se promueve la aceptación positiva incondicional tan querida y fomentada por Rogers (1996a), la cual permite que la persona se viva recibida plenamente tal como es. También se tiene presente la aceptación, tal como lo postula Erich Fromm (2008), al ver que tan importante es la vivencia incondicional que nos liga al ser que somos, y así, acercarnos a lo que llegaremos a ser. La primera vivencia aporta

² San Agustín en *De Civitate Dei* se plantea la idea de un *ordo amoris* como la definición de lo que es la virtud.

³ Con el termino intimidación nos referimos al popular anglicismo *bulling*.

una fortaleza a la identidad, de ahí que estos autores hablen del amor a sí mismo y la autoestima; mientras que la segunda sostiene la posibilidad de avanzar en lo que llegaremos-a-ser, es decir, en el despliegue del potencial. La primera afirma la identidad, la segunda la alteridad.

La creencia del Desarrollo Humano es que si la persona cuenta con una autoestima sana, podrá lograr relaciones más significativas con los otros, de tal manera que, por ello trabajo en fomentar este amor a uno mismo.

Gracias a un amor sano los duelos se vuelven menos caóticos, ya que la persona aprende a amar en el presente y a no prolongar las despedidas, pues los duelos a tiempo forman parte de una personalidad que funciona adecuadamente. Esto tiene una liga cercana con el manejo de la intimidación, que lleva a la persona a aprender a manejar las situaciones en que vive, y que a veces, precisan poner límites claros o retirarse a tiempo. La vivencia de intimidación, en ocasiones, tiene que ver con una personalidad lábil que no ha aprendido a defenderse de los elementos hostiles del mundo, pues no estamos en burbujas color de rosa; el mundo nos enfrenta, y en muchas ocasiones, fuerte y dolorosamente. Ejemplos claros del escozor de vivir los tenemos ante la enfermedad, la muerte o el divorcio, por mencionar algunos. El sufrimiento aparece sin avisarnos, es un monstruo sin cabeza y surge de manera inmisericorde. Será tarea de la persona encontrar un sentido a los sufrimientos. Para hacerlo hay que partir de la realidad que aparece en nuestra vida de facto.

De la misma manera, aparecen bondades en nuestra vida y llenan de abundancia nuestra existencia. La llegada de estas bendiciones nos muestra la bondad propia de la vida. La esperanza es un regalo sorpresivo ante la desesperación y en consonancia con la vida que refiero. Impartimos un taller con esta visión de esperanza que lleva por nombre “Taller Dignidad y Prosperidad” que tiene como metas: crear un espacio para comprender y vivir el respeto a su sentido de persona, el manejo de sentimientos, el cuidado personal y de los otros poniendo límites, el manejo productivo del dinero, superar celos entre hermanos y romper barreras dolorosas con los ancestros. En relación con las bondades

de la vida, creo que la prosperidad es un tópico difícil, ya que la cultura judeo-cristiana, específicamente el mundo católico, se ha encargado de difundir el desprecio por el dinero y la posibilidad de vivir cómodamente. En este taller remontamos esta creencia y consideramos que se puede amar a Dios y estar cerca de él aún en una vida de prosperidad. La abundancia no está peleada con el amor a Dios. Considero que hoy requerimos forjar una cultura diferente donde el amor y abundancia marchen de la mano. A su vez, en este taller se hace presente uno de los tópicos centrales de las filosofías de inspiración existencial-personalista (Mounier, 1992) referente al respeto incondicional y a la dignidad de la persona. Desde mi perspectiva, considero que no hay modelo, método o idea que sea superior a la dignidad de la persona, y si algo pasa por encima de ella traiciona el objetivo de servir. Ni la mejor de las teorías vale la pena si no respeta el valor de la persona. En el instituto que fundé, procuro que este principio se respete al máximo, tanto en el trato a nuestros clientes, como en las relaciones entre nosotros y parece que lo hemos logrado. Constantemente estoy pendiente de que cumplamos con él.

Otro tópico revisado en el taller es la superación de los celos que tiene que ver con el amor de hermanos, horizontal y recíproco y no vertical e incondicional. Nuestra cultura centrada en el amor a la madre y los antepasados pierde de vista promover el amor de hermanos que nos sitúa en el presente y enriquece el horizonte como luz de futuro. Considero que requerimos un cambio significativo que nos permita avanzar en esta forma del amor y de la relación recíproca. Termino este apartado enfatizando que, en el desempeño de mi labor profesional actual, comulgo con la visión que nos coloca en el ahora y el aquí para construir el sentido de vivir en cada acto.

1.4 La relevancia del desempeño laboral actual

Considero muy relevante el quehacer que realizo como acompañante, psicoterapeuta y facilitadora, como conferenciante y como generadora de eventos al servicio del desarrollo humano, pues los beneficiados directamente son las personas que reciben mis servicios,

sin olvidar que, por supuesto tengo una ganancia enorme, pues al realizar mi trabajo me actualizo también como persona. En este apartado expondré experiencias y teorías con las que pretendo sustentar mi labor desde referentes teóricos que aportan sustento epistemológico a mi trabajo.

Cuando inicié a laborar en las Instituciones donde lo hice, tal como lo narré, descubrí un mundo impresionante. Cada paciente o cliente que llegaba conmigo era una historia novedosa y una vida de la cual no tenía idea. Fue entonces cuando empecé a comprender la urgencia que colocan los fenomenólogos al iniciar una investigación o una relación; hacer la *epoché* (Husserl, 2013). No tenía idea de la importancia de este ejercicio. Recuerdo su tarea de colocar entre paréntesis, esto es, suspender temporalmente, lo no razonado sobre la realidad. Estos elementos “no razonados sobre la realidad”, reciben el nombre de prejuicios, ya que son juicios previos a la relación inmediata con lo real. Husserl coloca dos tipos de prejuicios, primeramente, los de una ingenuidad, que puede considerarse, que son los que la mayoría de las personas tenemos en nuestra vida diaria, por ejemplo: “los negros huelen mal”, “las mujeres son pésimas para manejar”, “los hombres no pueden cuidar a un bebé”, etc. En segundo lugar, pone a los prejuicios producto de una ingenuidad que puede ser científica o académica, que son los que se desarrollan a partir de pertenecer a una ciencia o a un movimiento de corte científico, como son: “todo se halla primeramente en nuestro inconsciente”, “todo mundo pertenece a un modelo arquetípico”, “toda conducta es modificable”, “el organismo avanza hacia su actualización de manera natural”.

Enfrentar estos prejuicios es una labor de conquista personal, como lo plantea Jarquín (2017) y añade que Husserl (2013), quien no pudo ver esta labor en su tiempo, ya que creyó que bastaba con hacerla intelectualmente para que resultara en la práctica. Jarquín (2017), observa que Husserl era ingenuo en esta propuesta y se suma al planteamiento que habían hecho los autores del enfoque existencial como May, Yalom, Frankl o Jarquín por mencionar a algunos, afirmando que la *epoché* requiere de una labor de interiorización y que a veces resulta muy difícil. Desde el conocimiento de los

prejuicios que he referido, encuentro una justificación relevante en mi trabajo, pues ante el desconocimiento de estos conceptos, la vida se vive desde la inconsciencia y el trabajo terapéutico y/o de facilitación abona precisamente a la toma de conciencia. Poniendo un ejemplo de actualidad, se puede decir que en el imaginario social, la vida en pareja implica una relación heterosexual, sin embargo, hoy esta posibilidad se ha abierto a las personas homosexuales, quienes también hacen vida en pareja, y no sólo eso, sino que además desean casarse. Para quienes apuestan por la vida heterosexual, esta propuesta es una aberración que va “contra natura” y se declaran abierta y ferozmente contra ella. Incluso han realizado acciones atroces contra las personas que no piensan como ellas y consideran que atacarlas es su derecho.

Si miramos unos años atrás, no está lejos la presencia terrible del KKK⁴, que consideraba como una forma de vida única y válida la del cristianismo blanco y anglosajón. Hoy, los paladines del matrimonio heterosexual consideran que es la única forma válida de vivir la relación en pareja. Así como este ejemplo, puedo mencionar muchos más y que son los que llegan a consulta. Uno muy socorrido es la información de la decisión sobre una vida cuya preferencia sexual es la homosexualidad. El trabajo de acompañamiento llega a ser complejo, porque a los hijos les cuesta mucho trabajo “abrir” el tema con los padres y a éstos aceptar el estilo de vida que quieren llevar sus hijos. Para los hijos que toman alguna preferencia sexual diferente resulta difícil hablar del tema porque intuyen que serán despreciados, señalados y atacados, lo cual, en la mayoría de los casos resulta cierto. Hay que trabajar con ellos en su definición sexual y luego en su empoderamiento, para que así, puedan enfrentar lo que venga.

Por otra parte, para los padres implica destruir las expectativas que se habían hecho respecto a sus hijos, además de enfrentar a la familia y a la sociedad; a partir de ese momento, serán padres de una persona “diferente”. Esta vivencia puede llegar a

⁴ Ku Klux Klan (KKK) es el nombre adoptado por varias organizaciones de extrema derecha en Estados Unidos, creadas en el siglo XIX, inmediatamente después de la Guerra de Secesión, y que promueven principalmente la supremacía de la raza blanca, y por tanto el racismo, la xenofobia y el antisemitismo, así como la homofobia, el anticatolicismo y el anticapitalismo.

representar un “duelo”, que, en su caso, hay que enfrentar de cara a una “imagen rota”, que, al despedazarse, “derrumba” la vida de los padres. Tal vez, no se lleve a cabo la boda que soñaron, no llegarán los nietos que imaginaron, etc.

Otro tema frecuente en mi labor es la vivencia de la adicción. Problemática grave y extendida hoy, ya que, por lo general, se embiste el objeto de la adicción y no la adicción como un estilo de vida. Erich Fromm (1971), en su obra “El miedo a la libertad” y otras publicaciones, plantea que el problema de la adicción se debe a un ataque constante a la vida en libertad. Esta idea parece sorprendente, ya que uno pensaría que el daño está en el objeto de la adicción, sin embargo, creo que Fromm (1971), tiene razón; en una sociedad dependiente y enfermiza los objetos de adicción sólo varían. Pondré un ejemplo: atacamos las sustancias que violentan el cuerpo humano y lo deterioran. El daño orgánico es terrible y las familias viven con ese daño. En este caso, el ataque al objeto adictivo es totalmente justificable, pero vayamos a un segundo nivel: un gran número de personas hacen compras de ropa, de artículos innecesarios, y demás objetos, de manera habitual y frecuente. Algunos sociólogos llaman a esto, “compras de pánico”, o sea, inspiradas en el miedo. Los fines de semana, las plazas, tianguis y mercados están llenos de compradores, muchos de ellos “enajenados” por la necesidad de comprar; a saber, que, para sostener una economía sana, se requiere una sociedad enferma (Fromm; 1976); realidad que lleva a postular que estamos generando una patología social o de la normalidad.

La clave de esta problemática, considero que radica en buscar una seguridad material, no personal, y despreciar la vida en libertad. Esta idea se encuentra con el pensamiento de Maslow (1993), quien sostiene que las experiencias cumbre “pueden facilitarle (a la persona) una mayor creatividad, espontaneidad, expresividad e idiosincrasia” (p. 137), lo cual nos recuerda una posibilidad diferente de la sociedad de la *normalidad*, ya que esta otra se vuelve diferenciante, promueve las formas de ser alternas y no repetitivas, pues este último es el modo de las personas centradas en la visión deficitaria que Maslow (1993) contrasta con la visión del desarrollo. El autor lo dice así: “Las motivaciones deficitarias requieren realmente una reducción de la tensión y un restablecimiento del equilibrio. Las motivaciones del desarrollo, por otro lado, mantienen

la tensión en beneficio de objetivos lejanos y a menudo inalcanzables” (p. 57). Esto llevó al autor más lejos, al plantear una ciencia del desarrollo frente a una ciencia de lo deficitario; “este descubrimiento demuestra por sí mismo lo limitado de la teoría ordinaria de la motivación (centrada en una necesidad deficitaria) e indica la necesidad de una «teoría de la meta-motivación» (teoría de la motivación del desarrollo o teoría de la auto-realización”, al decir de Maslow (1993, p. 70). Visto desde este enfoque, observamos que la adicción no tiene como problema el objeto de dicha adicción, sino el estilo de esta, pues la persona se acostumbra a vivir en un estado de seguridad y confort en lugar de apostar por una vida en libertad y orientada hacia la aventura que la introduce en la novedad.

Resumo el caso de un joven que llega a mí ante una situación de adicción. En la segunda sesión, después de haber pasado por una casa de internación de medio camino, me dice que se ha retirado porque no observa un apoyo en el grupo ni en el lugar. Considera que lo que más le ayuda es la terapia individual y que prefiere venir conmigo que seguir yendo a esa casa, sobre la que refiere: “lo que les importa es el dinero, mucho más que el progreso de los pacientes a quienes entretienen por más tiempo del necesario”. Al avanzar con la sesión le hago un resumen panorámico a partir de su narración. Inicio con la pregunta: “¿Para qué te drogas?”, -y continuo- “observo tres figuras primordiales en tu narración. ¿Puedo decírtelas? -Asiente con un movimiento de cabeza y confirmándolo con el movimiento de los brazos y manos-. En primer lugar, escucho una necesidad de focalizar, parece ser que la droga te ayuda a concentrarte y no estar divagando, ¿es así? -una vez más, confirma mi hipótesis. En segundo lugar, escucho una necesidad de vivir el presente, me da la impresión de que, al estar drogado te entregas a la vida del presente de una manera singular y sin distracciones, ¿es así? -De nuevo se suma a mi suposición-. En tercer lugar, escucho una necesidad de poder, considero que al drogarte te sientes empoderado, ya que haces cosas que en tu estado de sobriedad no logras, ¿es así? -Por tercera ocasión escucha apropiada mi interpretación-. Esta sesión me parece ejemplar, en el sentido Husserliano y del análisis existencial, pues parece ser que se puede extrapolar a las vivencias de la adicción. Al

parecer, independiente del objeto de la adicción, las personas logran una vivencia poderosa de focalización y de experimentar el poder en tiempo presente. A la luz de lo anterior, parecería, incluso justificable, el uso de drogas como un medio para ampliar la conciencia.

El ejemplo anterior es una clara imagen de mi labor como terapeuta/acompañante, labor que sintetizaría con los siguientes enunciados: propiciar ejercicios que le enseñen a la persona a focalizar (normalmente inicio enseñándoles a respirar y a sentir su cuerpo), pues esta vivencia está muy ligada a vivir el presente. Normalmente les dejo tareas que les ayuden a estar en el presente, como poner atención por unos segundos a lo que están viviendo -no pensarlo ni describirlo-, sino vivirlo, y finalmente, y en consonancia con lo anterior, observar la vivencia de empoderamiento. Justamente, focalizar y vivir en el presente aporta un empoderamiento sin igual. Además, al lograr terminar una tarea, se cumple con lo que Jarquín (2015), llama potencial de cierre: cada acto terminado, empodera a la persona.

En lo personal. Me quedo con una sensación, precisamente de empoderamiento, al lograr esta descripción, pues también coincide con mi propia vivencia de facilitadora; focalizar lo que mi cliente narra y no perderme ni en las anécdotas, ni en mis propios asuntos; estar en total presencia para él, aquí y ahora así contigo, como lo expresa Jarquín (2015). No salirme del espacio en que estoy con mi cliente, no salirme del momento en que estoy con él, hacerme presente tal como soy y como me vivo con el Tú de mi cliente. Tener un logro en la sesión, me empodera.

Con los ejemplos anteriores aclaro la lucha que debe realizarse al aplicar la *epojé* en el trabajo de acompañamiento: es la *epojé* una justificación para mi hacer.

Explico ahora la *epojé* de la ingenuidad científica, entendida como aquellas creencias que damos por ciertas sin habernos cuestionado su veracidad. Estas creencias se difunden de tal manera que adquieren carta de ciudadanía y posteriormente se piensa que son verdades incuestionables. Un ejemplo muy claro es la confusión en el concepto de "causalidad". Este concepto que, originalmente estaba en la lógica y tenía que ver con una necesidad del pensamiento para inferir una conclusión a partir de premisas

verdaderas y razonamientos ciertos, pasó al campo de lo experimental y la causa se volvió una variable determinante que condiciona lo demás. Esta visión determinista impregna la vida diaria, y como es “científica”, se vuelve incuestionable.

Los dos determinismos más potentes del siglo veinte son: el determinismo biológico y el determinismo sociológico. El determinismo biológico afirma que todo lo que somos lo debemos a la herencia, de tal manera que, ante la visita al médico, lo primero que hace es preguntar la historia de las enfermedades en la familia, y si logra hallar alguna, inmediatamente arremete con el paciente quien seguramente, habrá “heredado” dicha enfermedad. Pensemos el cáncer, la diabetes, la esquizofrenia, etc. Esta creencia es tan fuerte, que el movimiento romántico puso gran atención y generó una idea; “el llamado de la sangre”. Así se hicieron obras literarias que narraban este evento como sucede con la famosa novela de Oliver Twist. Un niño que es arrancado de los brazos de su madre por prejuicios sociales y después de vivir en orfanatos y con ladronzuelos, el abuelo lo descubre y ve que lleva la “sangre de su madre”. Es típico escuchar en las familias, “tiene que comportarse así, si no lo robó, lo heredó: es igualito a su padre”. Así, las afirmaciones ligadas a las vivencias de amor y pertenencia llevan a hacer de ellas un destino fatal; “las Morales nos morimos de cáncer a los 50”, “los López agarramos la jarra todos los fines de semana, somos fiesteros por naturaleza”. Bajo esta creencia podemos afirmar que herencia es destino.

El segundo determinismo es el sociológico, el que plantea que los procesos de subjetivación y el estilo social determinan la conducta de las personas. Ahora podemos escuchar a unos padres que han sido llamados a comparecer delante del director de la escuela donde estudia su hijo y al enterarse de la pésima conducta de su vástago se cuestionan, “¿qué hemos hecho para que se comporte así?”. También podemos oír en la junta de profesores, al revisar los casos de los alumnos; “Claro, cómo no se va a comportar así, si sus padres están divorciados”. También podemos añadir el factor socioeconómico como posible camino hacia la delincuencia, etc., el caso es que nuestra constatación es; a tal tipo de sociedad, tal tipo de persona.

Estas visiones deterministas que transitan por la academia se filtran en la cotidianidad y el pueblo genera dichos que los confirman, como; “árbol que crece torcido, jamás su rama endereza”, “el que para maceta nace, del corredor no pasa”, “al que le gusta la carga, hasta la yunta lame”. En fin, no es necesario continuar con más ejemplos de esta visión determinista que tanto daño hace en la formación de las personas, sin embargo, no faltan los paladines de la ruptura, y así hallamos quien cuenta ejemplos como el de Ludwig Van Beethoven, para hacer ver que la herencia no manda; quien cuenta el caso de Benito Juárez, para destacar que el ambiente no manda y que hay un camino para posibilidades diferentes.

El movimiento denominado Desarrollo Humano, en lo que tiene de existencial, realiza esta apuesta: siempre existe una posibilidad diferente, y eso sucede, porque el hombre es libre de construir su destino. Eso no implica que no tenga determinantes que lo limiten, pero, ante todo, siempre existe un resquicio por donde la vida en libertad se abre camino.

Darle la bienvenida a la vida en la libertad dentro del mundo de la academia es muy difícil, pues los determinismos amenazan constantemente esta posibilidad. Además, los fracasos se encargan de alimentar el desánimo ante la posibilidad creadora de la vida. Enfrentar esta visión causal del mundo en el acompañamiento es una labor de entrada complicada, pues el cliente se concibe -curiosamente- como un artefacto que hay que reparar y al terapeuta/facilitador se lo ve como un reparador de cacharros descompuestos; tanto, que viene esperando la curación de las manos de otro.

Consideramos que esta visión determinista alimenta la sociedad de las víctimas, ya que así, la persona no se hace responsable de su existencia, pues es más fácil culpar a los demás, que asumir el riesgo de la responsabilidad sobre los propios actos. El trabajo en este rubro es primordial; la persona ha de aprender a hacerse responsable de sus actos y sus decisiones.

De aquí que el trabajo de toma de conciencia se vuelva la piedra de toque de mi tarea de facilitación a la luz del movimiento de Desarrollo Humano. No puedo concebir

un trabajo de facilitación desde otro enfoque. En otras palabras, procurar la toma de conciencia como centro del avance del potencial de la persona.

Maslow (2002) da un grito de advertencia e introduce un concepto valiosísimo; el “Síndrome de Jonás”. Este síndrome describe la vivencia de la persona que huye de sus mejores talentos. Esto es sorprendente porque en consulta me encuentro con cantidad de clientes que viven huyendo de sus talentos, no saben recibir lo que la vida les regaló. En el fondo, es tropezar cara a cara con la soberbia. Aquella falsa modestia que nos enseñaron no es sino soberbia que nos impide asumir la responsabilidad de nuestros talentos.

Una joven a la que le brindaba acompañamiento se encontraba muy enojada con sus padres porque le pedían que aprendiera a manejar y ella no quería. Mi sorpresa fue enorme ante la respuesta que dio ante mi pregunta: “¿Por qué no quieres aprender a manejar?”. Aquí su respuesta: “Porque una vez que aprenda a manejar, me voy a convertir en el chofer de la casa, como lo es ahorita mi mamá y yo no quiero ser su sirvienta”. Un potencial que desarrollamos genera una responsabilidad con la sociedad, nos involucra en una vida social productiva y alimenta una vida sana en la persona. En cambio, cuando la persona rompe su compromiso con la comunidad a la que pertenece, inicia un camino hacia la locura. El aislamiento es atosigador y termina alienando al solitario.

Trabajar en este tópico con los jóvenes de hoy resulta muy interesante, pues en esta sociedad del confort, difícilmente se les forma en un compromiso con los demás. Hoy tenemos una visión individualista en la que cada quien trabaja para sí mismo, y al joven, además, se le hace creer que con que esté bien él, estarán bien los demás. De ahí la relevancia de trabajar en una visión comunitaria y con un sentido de vida aportador a la sociedad.

Éste es uno de los retos más importantes de mi práctica. Sé que hay mucho más en mi vida y en mi práctica, al igual que en los acompañamientos de orientación fenomenológico-existencial.

Concluyo este apartado expresando que cada uno de los casos y ejemplos que expuse tienen el objetivo de justificar la relevancia de mi desempeño laboral, pues como se pudo observar, en el contexto actual, problemáticas como las presentadas son la constante en el trabajo de cada día.

1.5 La aportación del Reporte de Experiencia Profesional al campo del Desarrollo Humano

Este trabajo aporta al campo del Desarrollo Humano al fomentar la actualización del potencial de las personas, y en el caso de ser necesario, para quitar barreras que impiden la actualización. También se favorece que la persona encuentre un sentido de vida en torno al cual organice su postura existencial en consonancia con los valores a los que dedica su vida. Esta amalgama es una aportación de orden teórico, pues genera un diálogo entre el Enfoque Centrado en la Persona y la Logoterapia.

En el orden práctico, la aportación es también relevante, al colaborar mediante un acompañamiento a fin de que las personas se desbloqueen, para que, a la luz de su sentido de vida, continúen con su desarrollo.

Uno de los postulados fundamentales del Desarrollo Humano, que a su vez está orientado por el movimiento de la Psicología Humanística, es promover la actualización de la persona y el despliegue de sus potenciales, al decir de Lafarga (2013). Una vez aceptado este principio, es necesario colocar la atención en cómo se orientan dichos potenciales, ya que otra afirmación del Enfoque Centrado en la Persona señala que el organismo se actualiza de manera propia siguiendo su tendencia actualizante (Rogers, 1996). Respecto a lo anterior, será preciso replantear que es necesario que la persona se guíe hacia algún sentido, de manera que se vuelve necesario añadir a la idea de la actualización, la tarea de la búsqueda del sentido, según la propuesta que hace la Logoterapia de Frankl (1970).

En otro orden de cosas, me resulta gratificante el hecho de reunirme con adolescentes, escuchar sus inquietudes, sus problemas, y por qué no decirlo, interactuar de cerca con cada uno. Quiero resaltar que durante esta búsqueda de la transformación, a partir de los recursos personales de cada adolescente, fue interesante observar cómo van tomando conciencia, y de esta forma, construyendo su sentido de vida. A través de situaciones que ellos mismos propician, van alojando esperanzas, luchando por salir adelante, sabiendo que necesitan obtener herramientas para utilizarlas en su diario vivir. Hay que tomar en cuenta que están descubriendo la importancia de encarar los problemas para salir adelante, saber que día a día vendrán cosas nuevas, y que, en ocasiones, necesitarán buscar apoyo para sobreponerse, pues, son ellos quienes tienen la última palabra para elegir cómo vivir. Reconozco la importancia de que cada uno elija su sentido de vida, aunque construirlo no sea tarea fácil. El camino para recorrer es más agradable cuando se cuenta con el apoyo, ya sea de alguno de los progenitores, o el caso de algún maestro que más allá de ser un docente, quien puede representar para muchos, el padre que no tuvieron.

El reto que viene para mí es: continuar con mi investigación, mi formación y mi práctica para utilizar los conocimientos adquiridos para seguir enriqueciendo y ayudando a quien lo requiera, recordando que alguna vez pasé por esta etapa y que no fue fácil, pero sí muy valiosa. Mostrar a los demás que construir es más difícil que destruir, concientizarlos de lo que pueden hacer con su vida y que eso siempre será su decisión, y por lo tanto, su responsabilidad; a final de cuentas es su vida la que pueden construir o destruir. La diferencia radica en que ahora tienen consciencia, y lo que decidan, sin duda alguna, les dejará una vivencia significativa.

También pude constatar que mientras más se enriquece el sentido de vida, más orientación adquiere el despliegue del potencial humano. Cada potencial se ordena en función del *ordo amoris*, en otros términos, del amor ordenador que sirve de gozne para que la persona vertebré su existencia y así, cada potencial se coloca, no sólo al servicio de la persona que lo vive, sino de una causa superior a la que se consagra.

Me pude percatar de la potencia tan grande con que la persona despliega su existencia cuando el sentido de vida ilumina su horizonte. El trabajo terapéutico/de acompañamiento resulta más aportador y significativo, tanto para el cliente como para el terapeuta/acompañante, ya que ambos son orientados por ese significado que enriquece la vida de las personas.

De esta manera, la facilitación adquiere potencia al descubrir que se orienta por una causa noble que va más allá de una conducta o un síntoma y se sustenta tras un sentido de existencia.

CAPÍTULO II. VINCULACIÓN CON EL DESARROLLO HUMANO

2.1 Algunos conceptos. La psicoterapia Gestalt

Un concepto llamó mi atención a lo largo de mi formación, sobre todo con el enfoque Gestalt; el de integración⁵. Esta palabra está unida a los psicólogos de la Gestalt desde la primera generación que fue fundacional, encabezada por Wertheimer y su colega Koffka (1973). Este grupo de profesionales empezó a trabajar con su programa como una psicología de la percepción, así llegaron por una parte a descubrir lo que llamaron el “movimiento PHI”⁶. Y por otra parte, a desarrollar una teoría de la percepción vinculada a la teoría de las formas. El concepto de Gestalt se puede traducir, en una de sus acepciones por la relación en movimiento de “figura-fondo”. Uno de los primeros hallazgos de la *Gestaltpsychologie* fue afirmar que, “los hechos psíquicos son *formas*, es decir *unidades orgánicas que se individualizan y se limitan* en el campo espacial y temporal de percepción o de representación” (Guillaume, 1976, p. 21).

Las ideas anteriores describen lo que vivía en el periodo de tiempo que estudié psicología Gestalt. Un hecho psíquico que tenía una forma determinada me iba configurando a partir de los conocimientos que adquiriría en mi formación, de manera primordial, los trabajos de psicoterapia a los que empezaba a asistir sirvieron para incrementar día con día mi toma de conciencia. Además, el mundo que empezaba a emerger frente a mí estaba matizado por la nueva conciencia que se iba configurando en mí y el campo en que me desenvolvía era muy propicio; la escuela de psicología y la vida de mi familia.

⁵ Aunar, fusionar dos o más conceptos, corrientes, polaridades, etc., divergentes entre sí, en una sola que las sintetice.

⁶ El fenómeno phi es una ilusión óptica de nuestro cerebro que hace percibir movimiento continuo en donde hay una sucesión de imágenes.

En mi vida, poco a poco se ampliaba el campo y al mismo tiempo se diferenciaba, ya que no puede captarse la figura en un plano homogéneo. La Escuela de la Forma postula: “No hay, pues, percepción de *objeto* si no existen *diferencias* de intensidad entre las excitaciones que provienen de varias partes del campo. [...] Todo objeto sensible existe sólo en relación con un cierto *fondo*” (Guillaume, 1976, p. 57).

Tomar esta figura para mi vida, me lleva a buscar una metáfora que me permita aplicarla; mi existencia es como un campo plantado, en él surge lozana la planta que he sembrado y puedo pensar que es la *figura* que germina. El *fondo* es la tierra en que esa planta está sembrada, no se ve, pero vive de lo que tiene abajo. Mientras más profundo y rico sea el fondo, mucha más clara y fina será la figura. Esa tierra fecunda es la formación que iba recibiendo y la figura era la constitución que se iba configurando: mi persona. De aquí se desprendió una propuesta que orienta todo este movimiento que busca desarticular la creencia que hacía pensar que el conocimiento se lograba por la suma de sus partes y que el total de algo era, de igual manera, la suma de sus partes. La “nueva” propuesta, fue entonces que «el todo es más que la suma de sus partes» (Petit, 1984). Esta visión, llevada a mi vida, me hizo comprender que no podía ir sumando vivencias como si fueran un montón de ladrillos juntos y ya por ello considerar que forman un muro. Para construir el muro habían de irse uniendo en un todo, configurado de tal manera, que se fuera integrando en una totalidad como sucedería con mi vida. El problema era que esta integración costaba trabajo, me dolía.

Empecé a entender lo que decía Perls; “organización más ambiente es igual a campo” (1994a, p. 32). El ambiente en que vivía nutría en ocasiones, e intoxicaba en otras, mi propia vivencia. El ambiente no siempre es nutricio y esta constatación hirió mi sueño de niña pues en mi fantasía consideraba que todo en el mundo era bueno y maravilloso. Sin embargo, me sorprendió saber que no era así, y que en el mundo real, el mal existe. Lo importante era no estancarme sino seguir adelante con mis logros y fracasos, con mis alegrías y dolencias.

2.2 Los valores y el sentido de vida. Motor del crecimiento personal

Uno de los textos representativos de Viktor E. Frankl (1984b,) afirma: “El hombre, no obstante, ¡es capaz de vivir e incluso de morir por sus ideales y principios!” (p. 99). Esta aseveración me lleva a ver la gran importancia que Frankl da a los valores, y no es para menos, pues el mismo concepto de “logoterapia” Frankl (1984b), nos habla de la orientación de la conciencia hacia los valores. Los valores ayudan a no perder la visión del sentido que se encarna en cada momento de apreciación y vivencia del valor. Se unen los valores y el sentido, ya que, desde esta visión no hay posibilidad de vivir un valor si éste no está orientado por un sentido que lo ilumine e introduzca al contenido del mismo valor. Gracias a los valores, el hombre encuentra una realización adecuada para su propio ser. Son como un imán que atrae, es por esto, por lo que se llama valioso a lo que nos parece interesante, atractivo o importante. También puede ser a la inversa; repeler algo de tal manera que surge el antivalor⁷, algo dañino, lastimoso o indecoroso. Existen dos fuerzas, una es la energía de la intención y otra es la atracción poderosa del valor, por eso cuando estas dos fuerzas se conectan, el hombre se complementa y se desarrolla. Es así como el hombre puede consagrarse a una causa superior a sí mismo (Scheler, 2001).

Los valores pueden ser captados por medio del conocimiento intelectual, el intuitivo y el emotivo, o sea, con algunas de las dimensiones del hombre. Los valores alimentan las creencias, por eso es importante que la persona revise en qué cree y por qué lo cree. Los valores tienen ciertas características: son un elemento que nos enorgullece, se manifiestan con frecuencia, se relacionan con un ideal, y algo importante es que nadie nos los impone, son elegidos por la misma persona.

Es importante que revisemos y profundicemos si nuestros valores ayudan a que nos desarrollemos como personas con un sentido que despliegue nuestra existencia o

⁷ Los antivalores son conocidos también como valores inmorales, es decir, conductas dañinas y actitudes negativas que algunos seres humanos manifiestan día tras día en la sociedad.

empobrecen el desarrollo de nuestros potenciales, como lo señala Maslow (2002). Los valores introyectados son los que vivimos porque así nos los enseñaron, los tenemos sin revisarlos, y por ello, producen conflicto en nosotros mismos. En nuestra cultura, muchos de los valores son de este tipo y muchas veces sus significados son contradictorios, por lo que provocan tensión e inseguridad; son valores de otros. Nietzsche llama a este estilo de vida, -moral de los dominados- (Nietzsche, 2000b). Es importante confiar en nuestra sabiduría interna y confiar en nuestros valores ya que sólo nosotros sabemos lo que es bueno y valioso para nosotros.

Los valores constituyen un lazo importante entre la persona y la realidad. Si la persona se considera valiosa, se mueve en dirección a buscar lo mejor para ella. Si no se considera valiosa, el motor es menos fuerte y no irá detrás de ese bien o de ese valor. Si la persona no ha logrado tener una postura personal de manera clara, si vive sin compromisos y metas a lograr, difícilmente conseguirá realizar una conducta valiosa. Si la persona se compromete hacia un valor, alimentará el sentido que la orienta.

Los valores, en primera instancia, tienen dos funciones: primeramente, la función normativa; en otras palabras, los valores generan principios que rigen nuestra conducta. Con éstos, evaluamos y juzgamos las acciones y también coadyuvan en la función motivacional, cuando los valores nos impulsan a luchar para alcanzar nuestras metas.

Podemos recordar una cita que refiere Nietzsche y que anota Frankl en su libro “El hombre en busca del sentido” (1984b), “quien tiene un *porqué* para vivir, es capaz de soportar casi cualquier *cómo*” (p. 78), texto que aparece originalmente en la obra de Nietzsche intitulada “Crepúsculo de los ídolos” (1979), “Cuando uno tiene su propio *¿por qué?* de la vida se aviene a casi todo *¿cómo?* (p. 31). Frank lo cita, justamente, para hacer ver la importancia de los valores y también su capacidad de normar y motivar.

Viktor Frankl (1984b) concibe al hombre libre y responsable para encontrar sus valores y el sentido de su existencia, y además, para actuar en su vida cotidiana. El valor positivo de los valores es la libertad, advirtiendo que el hombre puede degenerarla en arbitrariedad cuando la libertad no es vivida en términos de responsabilidad, llegando así, al vacío existencial.

Los valores de una *persona madura* son flexibles, son propios, realistas y toman en cuenta las necesidades y sentimientos de la persona y de los demás. Los valores de la *persona inmadura* son rígidos, introyectados, basados en lo correcto-incorreto, por lo tanto, irreales e ignoran los sentimientos de los demás y de ahí puede aparecer la desesperación que Frankl (1994) describe como: “cualquier desesperación es una cosa, la idolatración y la absolutización de un único valor” (p. 133). Este autor identifica dos tipos de personas; a) las que nos confrontan para ser-más, nos exigen y nos retan sacándonos de nuestra comodidad y b) las que nos concilian para permanecer en donde estamos, sin esfuerzo y en confort. En sus palabras: “podríamos distinguir entre personas que marcan la pauta y personas conciliadoras, las primeras nos enfrentan a los sentidos y valores, ayudando así a orientarnos en el sentido; las últimas aligeran el peso de la confrontación con el sentido” (Frankl, 2001a, p. 27).

La logoterapia ayuda a la persona en la búsqueda y descubrimiento de sus valores, ya que esto es indispensable en cuanto a su propia identidad. Es una propuesta para el manejo del conflicto de valores, la cual ayuda a que la persona los clarifique y jerarquice adecuadamente. Al seguir nuestros propios valores hay que aceptar responsablemente las consecuencias, éste es el precio que, en realidad, se vuelve un camino hacia la personalización, pues mientras más vivimos nuestros valores, más personas nos hacemos (Landsberg, 2006). Los valores hallan su coherencia en la dimensión espiritual.

Por su parte, Pareja (1998), asevera que existen tres tipos de valores, según la actitud que se tome frente a la realidad.

Valores de creación: son aquellos a través de los cuales el hombre aporta algo al mundo por medio de su hacer. El más representativo es el trabajo, el que, como valor, aporta una novedad al mundo y enriquece la vida, ya que puede constituirse como una misión para el hombre y un vínculo con los demás. Estos valores adquieren razón de ser en la medida en que impactan a los demás y a la sociedad. Al observar el valor de la acción en el hombre, Frankl (1984b), descubre que la ausencia del hacer, como sucede con el aburrimiento, se vuelve aterrador para el hombre. El aburrimiento es lo que da más

miedo en el mundo; el hombre aburrido es aquél que no encuentra sentido a su vida, agrega Frankl (1984b).

Valores de experiencia: son aquellos que el hombre recibe del mundo. También se llaman de vivencia y propician que el hombre se abra a la experiencia, a lo que el mundo le presenta. A través de los valores de experiencia, el hombre se dispone a recibir, se alista a compartir, a estar en comunión. Cuando se está en la experiencia, se está en comunión con el mundo y con los demás. El amor, el arte, el contacto con la naturaleza y la recepción del afecto de los demás, son ejemplos de los valores de experiencia. Para coronar esta idea, Frankl (1970), ve al amor como la vivencia de un ser humano hacia otro y concluye que el amor es un aspecto de la auto- trascendencia. Apunta: “Estos valores se logran en la acogida prestada al universo, por ejemplo, en la entrega a la belleza de la naturaleza o del arte. No debemos menospreciar tampoco la plenitud de sentido que esta clase de valores pueden dar a la vida humana” (p. 59).

Valores de actitud: el ser humano tiene la posibilidad de enfrentar al mundo, es decir, de mostrar su rostro, aunque no dependa de él lo que sucede. Estos valores llevan al hombre a tomar posición al tomar distancia ante lo que sucede. Se puede hallar sentido al tomar una actitud ante lo que ocurre en la vida y que no depende de uno mismo, sino que llega de improviso. Un ejemplo es lo que Jaspers (1969) llama las situaciones límite, como son; la lucha, la muerte, la culpa y el azar; todas ellas tocadas por el sufrimiento. Frankl (1984b), constata que, “al hombre se le puede arrebatar todo, salvo una cosa, *la última de las libertades humanas, —la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias— para decidir su propio destino*” (p. 69). Más tarde, insiste en que “el hombre es capaz de vivir e incluso de morir por sus ideales y valores” (p. 99). Luego añade: “La capacidad de sufrimiento no es, en definitiva, otra cosa que la capacidad de realizar lo que yo llamo valores de actitud” (p. 93).

Para Frankl (2001a), la vida puede cobrar sentido de tres maneras; primero, “por lo que damos a la vida” (en términos de obras creativas); segundo, por “lo que tomamos del mundo” (en términos de nuestra experiencia de valores); y tercero, por el “planteamiento que hacemos” ante un destino que ya no podemos cambiar. (p. 30).

2.2.1 La tridimensionalidad. Una manera de ver al hombre

Para la logoterapia el hombre es dueño de una conciencia que le permite descubrir los sentidos específicos de su vida, no tiende al placer ni al poder solamente, sino que, por encima de todo, busca tareas vitales que consumir. Se entiende que la persona es única, en el sentido de que tiene que vivir su propia vida, es irremplazable, y en ningún momento se puede repetir. Su singularidad hace que cada tarea lo sea también, pues pertenece a este hombre concreto y a ningún otro, ni a un abstracto. Sostiene que, dentro de sus limitaciones, el hombre es libre para elegir respecto a sus actividades, experiencias y actitudes y esta libertad le da la posibilidad de transformarse, a pesar de ello, no habrá de utilizar su libertad arbitrariamente, pues esta estará regulada por la responsabilidad, así como por las consecuencias de sus propias decisiones. Al respecto, Fabry, (2005), afirma que:

En la búsqueda del sentido de su existencia, el hombre debe recurrir a sus valores y tradiciones, mismos que han sido transmitidos de generación en generación. Pero la decisión final siempre debe corresponder al individuo, está obligado a escuchar la voz de su conciencia (p. 43).

Por su parte, Frankl (1987), postula su concepción de la persona con toda claridad, como se aprecia enseguida:

Llamamos «persona» a aquello que puede 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 sólo a una posición externa, sino también interna; pero la «posición interna» es exactamente eso que se llama disposición (p. 174).

En la logoterapia, se parte de la idea de un hombre tridimensional, esto es, formado por tres dimensiones y esta concepción antropológica es fundante; a) la física: que se

refiere a la corporalidad, b) la psíquica: que abarca las emociones y sentimientos, y c) la espiritual o noética. Dimensión específicamente humana que permite al hombre trascenderse.

La libertad surge de la tercera dimensión, a la que Frankl (1987), llama noética, a fin de evitar la confusión que se deriva de que, culturalmente, lo espiritual está ligado a la religión. Esta dimensión noética comprende fenómenos exclusivamente humanos como el amor, la conciencia, los sentidos descubiertos y consumados y “es el núcleo más profundo del hombre, su yo, lo que los cristianos han llamado alma” (Fabry, 2005, p. 45).

Es necesario considerar estas tres dimensiones si se desea comprender al hombre en su totalidad; no hemos de reducirlo a cualquiera de sus dimensiones. Frankl (1987), analiza la existencia desde el punto de vista de la experiencia personal, pues si bien, el hombre está condicionado por su dimensión psicofísica, conserva un área importante de libertad donde puede oponer resistencia a lo que lo condiciona; cuestión en la que concuerda Fabry (2005). Frankl (1987), sostiene que el cuerpo y la *psiqué*, pueden enfermar, pero no el *nous*⁸, es así que, “la persona noética sigue existiendo, aun detrás de esa cortina de síntomas que tiene a su alrededor” (Fabry, 2005, p. 51). Fabry (2005), también postula que la persona, “es capaz de elevarse por encima de las aflicciones de lo psicofísico. Tal vez sea incapaz de alterar su estado, pero, nuevamente, siempre podrá modificar su actitud respecto a su dimensión psicofísica enferma y quizá incurable” (p. 52).

Si se aceptan las circunstancias como un reto y se reconoce que la vida ofrece otros valores y otras posibilidades para realizar, se adquiere una visión más amplia de la propia existencia. Para Frankl (1987), el inconsciente también tiene una zona *noética*, algo personal y existencial. En ella se convierte en un “Yo” que no merece ser manipulado ni utilizado como un objeto. En esta zona es donde tomamos nuestras decisiones inconscientes y somos fieles a nuestras creencias inconscientes. De ahí toma el artista su inspiración y el religioso su fe. Aquí reside el sentido del humor y podemos escuchar

⁸ En la Antigua Grecia, el *Nous*, intelecto o *Noos*, correspondía al Espíritu, la parte más elevada y divina del Alma. Para Platón, el *Nous* equivaldría a inteligencia.

la voz de nuestra conciencia intuitiva que nos dicta lo que debemos hacer y guía los sentidos de nuestra vida.

La logoterapia ve al hombre simplemente como hombre, con sus luchas y ambiciones, fracasos y triunfos, “una nueva imagen del hombre y de su búsqueda de sentido a la que consagra toda su vida” (Fabry, 2005, p. 59). Frankl (1987), culmina su visión del hombre expresando:

Si el hombre, en virtud de su libertad espiritual, es capaz de no «sucumbir» a ninguna situación, de «estar por encima» de ella, es con el fin de actuar -en caso de respuesta «afirmativa» a la situación-. Aunque haga esto último, lo hace libremente, desde su propia libertad espiritual (p. 175).

2.3 La Logoterapia y sus fundamentos

Mi nuevo descubrimiento estaba a la puerta de mi existencia, “En la reversibilidad de figura-fondo arraiga la fluidez de la vida” (Polster y Polster, 1991, p. 47). Aprender a fluir para alcanzar la integración era mi nueva tarea. Para organizar las experiencias en campo con los adolescentes, vi la necesidad de presentar la teoría que sustenta esta propuesta.

Haré una presentación somera de lo que es la Logoterapia como un modelo de acompañamiento existencial. Esta propuesta sobre los valores está inscrita en la teoría y práctica de la Logoterapia y Viktor E. Frankl (1984a: 2001a) la convirtió en un modelo de intervención humanista en la psicoterapia y el acompañamiento psicológico (Fizzotti, 2006).

Podemos afirmar que los pilares conceptuales en que se sostiene la logoterapia, para presentar su imagen del ser humano y del mundo, se constituye a partir de la libertad en la voluntad, y el sentido a la vida.

2.3.1 La libertad de la voluntad

Algo que es posible constatar es que la libertad es una vivencia interior, al decir de Frankl (2001b); “La libertad de la voluntad del hombre pertenece a los datos inmediatos de su experiencia” (p. 18). Esto se opone al principio que caracteriza la mayoría de las aproximaciones actuales, que suelen ser deterministas⁹, es decir, que la libertad estaría determinada por ciertas circunstancias. La libertad de la voluntad significa libertad de la voluntad humana, la que cuenta con el privilegio de moverse, precisamente a voluntad, independientemente de lo que acontezca en el exterior. Este autor insiste; “la conciencia natural nos dice que somos libres” (Frankl, 1987, p. 171). La libertad humana es la libertad, por cierto, de un ser finito. Y, claro que no podemos asumir que la libertad es totalmente incondicional, ya que “la libertad de un ser finito como el hombre es una libertad con límites” (Frankl, 2001a, p. 19).

Decíamos que la libertad humana no es la libertad de sus condiciones, sino la libertad de tomar una postura para enfrentar cualquier condición, así lo llegue a confrontar. Siguiendo con Frankl (2001a):

El hombre es y sigue siendo libre de tomar posiciones con respecto a estos condicionantes; siempre conserva la libertad de decidir su actitud para con ellos. El hombre es libre de elevarse por encima del nivel de los determinantes somáticos y psíquicos de su existencia (p. 19).

Todo ser humano tiene a su alcance, al menos potencialmente, la actitud que desea tener frente a la vida y lograr “un cambio radical de actitud” (Frankl, 2001a, p. 21). La libertad puede ser restringida por enfermedad, madurez o senilidad, o puede incluso ser repelida, pero lo que no cambia, es la existencia fundamental que se apareja de voluntad que “interviene siempre, la libertad del hombre para elegir entre aceptar o

⁹ Fil. Doctrina según la cual todos los acontecimientos, y en particular las acciones humanas, están unidos y determinados por la cadena de acontecimientos anteriores.

rechazar una oferta; es decir, para cumplir un sentido potencial o bien para perderlo” (Frankl, 1984b, p. 100).

En el pensamiento de Frankl (1984b), hay un amarre muy potente entre dos vivencias del ser humano; la libertad y la responsabilidad, ya que siempre van unidas. Volviendo a Frankl (1984b), encontramos que “la libertad no es más que el aspecto negativo de cualquier fenómeno, cuyo aspecto positivo es la responsabilidad” (p.126). Más aún, “La libertad es esencialmente libertad frente a algo, «libertad de» algo y «libertad para» algo...” (Frankl, 1987, p. 173).

La responsabilidad va unida al encuentro entre las personas. No es posible pensar la vivencia de la responsabilidad sin el hecho real de un encuentro entre los seres humanos. Esta vivencia aparece en una sensación de felicidad y placer que son fruto de la vida significativa en el ser humano y Frankl (1987), añade más adelante, que, si se busca la felicidad o el placer por sí mismos, no se alcanzan. El hombre sólo es capaz de realizarse en la medida que realiza un sentido y de ahí surge la posibilidad de la felicidad o el placer.

Frankl (1987), considera que nuestra época es un tiempo de frustración existencial, que se manifiesta principalmente por el aburrimiento. En este mismo capítulo de “El hombre doliente” (1987), opina que las causas que provocan el vacío existencial son la pérdida del instinto y la pérdida de la tradición. Ante estas pérdidas, el ser humano se vuelve complaciente y se torna una copia de los otros o bien trata de complacerlos para ganar su amor. Nos volvemos conformistas o nos enfrentamos con el totalitarismo, el individualismo o el colectivismo contra el sentido único y singular de cada persona. En presencia de este desastre, surge lo que, “Sabemos que no sólo (es) un conflicto psíquico, sino también un conflicto espiritual-ético, por ejemplo, un conflicto de conciencia, que puede llevar a una neurosis. Las designamos como neurosis noógenas”. (Frankl, 1994, pp. 122-123). Añade el propio Frankl; “Hablamos de neurosis noógena en los casos en que, en última instancia, un problema espiritual, un conflicto moral o una crisis existencial se basan etiológicamente en la neurosis correspondiente”. (p. 156). Y

éstas dependen de una, “frustración existencial, es decir, un sentimiento de falta de sentido de la propia existencia” (Frankl, 1982, p. 87).

El Dr. Frankl (1994), propone un camino para enfrentar la neurosis noógena y la apelación a la voluntad de sentido:

En casos de neurosis noógenas, en la medida en que se basan en una frustración de esta misma voluntad de sentido, es decir, en la frustración existencial, siempre deberá intentar hacer emerger posibilidades concretas de la realización personal de sentido, es decir, posibilidades cuya puesta en práctica es exigida e impuesta al paciente en exclusividad personal y valores cuya puesta en práctica sería capaz de realizar la voluntad de sentido frustrada anteriormente y de satisfacer de este modo la exigencia de sentido que el hombre ha de dar a su existencia (p. 127).

Además, precisa claramente cómo es la vivencia de la neurosis noógena; “para que se produzca una neurosis noógena debe desencadenarse una afección somatopsíquica en la frustración existencial”. (Frankl, 1994, p. 159).

Vivimos en una época que reduce al hombre a cualquiera de sus dimensiones, esto se delata en expresiones como, por ejemplo: “la vida no es más que un proceso de combustión”, los valores son “nada más que mecanismos de defensa y formas de reacción” (Frankl, 1987, p. 171), sin embargo, para el autor, el hombre “es más de lo que la ciencia natural puede ver en él” (p. 171).

El sentido no se le puede ofrecer ni dar a nadie, pues esto sería moralizar el sentido; este se encuentra, no se otorga. Es la conciencia moral la que guía al hombre en esta búsqueda, por lo que esta consciencia es *un órgano de sentido*. Incluso se puede definir como aquella facultad que nos permite intuir el sentido único y peculiar que se encuentra matizando cada situación (Fortiz, 2012). Frankl (1987), piensa, sin embargo, que la conciencia moral puede también extraviar al hombre y que “hasta el último instante, hasta el último suspiro, el hombre no sabe si ha cumplido realmente el sentido de su vida, o más bien, se ha equivocado” (p. 8). Por eso es tan importante la educación que favorece

la depuración de la conciencia moral, a fin de que el hombre sea más sensible, más capaz de escucharla y de captar el sentido inherente a cada situación, de esta manera “no solo recuperará el sentido de esta vida, sino que él mismo se inmunizará contra el conformismo y el totalitarismo” (Frankl,1987, p. 8). Más que nunca, se necesita una educación para la responsabilidad.

2.3.2 La voluntad de sentido

Este concepto es el eje en torno al cual gira la logoterapia, es como un motor que impulsa al hombre a actuar. Es el esfuerzo de todo hombre por buscar un pleno sentido a su existencia. Para Frankl (2001a), es más importante que la voluntad del placer y la voluntad de poder. Sólo cuando la voluntad de sentido se frustra afloran las otras dos.

La voluntad de sentido señala Frankl (2001a), “remite a lo que el hombre básicamente es, orientado al sentido” (p. 26). Luego, el autor abunda:

Luego que la orientación al sentido se vuelve hacia la confrontación con el sentido, se alcanza un estadio de madurez y desarrollo en el que la libertad -ese concepto tan subrayado por la filosofía existencialista- se vuelve responsabilidad. El hombre es responsable de la realización del sentido específico de su vida personal. Pero es también responsable *ante* algo, o para algo, sea la sociedad, el género, la humanidad o su propia conciencia. Sin embargo, hay un importante número de personas que interpretan su propia existencia, no sólo en términos de ser responsables para algo, sino también para *alguien*, a saber, Dios (2001a, p. 28).

La logoterapia es un modelo de intervención firme y claro, por eso, “no ahorra al paciente enfrentarse al sentido específico que él tiene que realizar y no nos ahorra a nosotros tener que ayudarlo a encontrarlo” (Frankl, 2001a, p. 26). Y concluye; “su esfuerzo por el mejor cumplimiento posible del sentido de su existencia” (Frankl, 1982, p.

81). De esta manera, la voluntad de sentido es como un poderoso andamio en el que se sostiene la logoterapia.

2.3.3 El sentido de vida

Según el diccionario de la Real Academia de la lengua española, definimos sentido, primeramente, como razón de ser, finalidad o justificación de algo y, en segundo término, como significado. Podemos decir que el ser humano puede definirse como un buscador de sentido y con ello, otorga significados a su vida y a lo que le sucede:

La búsqueda por parte del hombre del sentido de la vida, constituye una fuerza primaria y no una “racionalización secundaria” de sus impulsos instintivos. (...) La función del logoterapeuta consiste en ampliar y ensanchar el campo visual del paciente de forma que sea consciente y visible para él todo el espectro de las significaciones y los principios” (Frankl, 1984b, pp. 98 y 109).

Frankl asegura que hoy acuden a un acompañamiento las personas que dudan que su vida tenga sentido o que expresan que no tienen alguno. A esta situación la ha llamado el autor (Frankl, 1984b), el vacío existencial. Este vacío existe en todo tipo de personas, sin importar su condición; ricos, pobres, jóvenes, personas con éxito o que han experimentado el fracaso. Sin embargo, el vacío existencial no es una enfermedad ni conduce necesariamente a la neurosis, más bien, es interpretado como un desafío en la vida, un impulso a llenar este vacío encontrando sentido.

El sentido de vida difiere de un hombre a otro, de un día a otro y de una hora a otra, según Frankl (1984b); “en una palabra, a cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder a la vida *respondiendo* por su propia vida; sólo siendo *responsable* puede contestar a la vida (p. 108).

Cuando el vacío existencial conduce a la desesperación o a la depresión, puede generar un tipo de neurosis a la que Frankl (1984b), llama *neurosis noógena*, como ya se

había señalado. Esta neurosis se aborda proyectando la conciencia del cliente, tanto al presente como hacia el futuro, hacia compromisos por cumplir, relaciones que establecer y sentidos que descubrir. La neurosis y la salud constituyen una díada indisoluble, de tal manera que;

La salud se basa en un cierto grado de tensión, la tensión existente entre lo que ya se ha logrado y lo que todavía no se ha conseguido; o el vacío entre lo que se es y lo que se debería ser. Esta tensión es inherente al ser humano y por consiguiente es indispensable al bienestar mental. No debemos, pues, dudar en desafiar al hombre a que cumpla su sentido potencial. Sólo de este modo despertamos del estado de latencia su voluntad de significación. [...] Lo que el hombre realmente necesita no es vivir sin tensiones, sino esforzarse y luchar por una meta que le merezca la pena (Frankl, 1984b, p. 104).

Frankl (1984b) postula unas vías para llegar al sentido de la vida; el auto conocimiento, la unicidad, la libertad-responsabilidad, los valores y la trascendencia. Ve a esta última vía como una de las formas privilegiadas del ser humano, puesto que “el ser humano es un ser autotrascendente” (p. 125). Desde ahí postula que “la logoterapia considera, sin embargo, como lo *humanisimum*, si puedo hablar así, la autotrascendencia radical y en especial su aspecto teórico motivacional, es decir, la orientación fundamental del hombre hacia el sentido” (Frankl, 1994, p. 265). Luego, hace la siguiente aclaración:

El sentido no ha de coincidir con el ser; el sentido va por delante del ser. El sentido marca la pauta al ser. La existencia se quiebra a menos que sea vivida en términos de trascendencia hacia algo más allá de sí misma (Frankl, 2001a, p. 27).

2.3.4 La triada trágica y el sufrimiento

Abordaré temas relevantes para la logoterapia, los que, por demás, resultan difíciles y complicados, así como su vivencia, pero es ahí donde entrará, de manera primordial, el quehacer con los adolescentes.

El sufrimiento

La vivencia del sufrimiento es una de las experiencias que más cautivó la atención de Frankl. Hay que recordar que, de adolescente, le toca vivir la Primera Gran Guerra, y que, ya de adulto, la Segunda Gran Guerra, así como la persecución nazi. En su vida había mucho dolor; el hambre de la Europa devastada por las guerras, la pobreza y la miseria en que se debatían los trabajadores y la población en general, la ausencia de sentido ante el desastre económico y político, además de agregar el movimiento antisemita. Otra vivencia que le impactó fue el desastre de los jóvenes de la posguerra (Primera Guerra Mundial) y creó un movimiento para recuperarlos de las adicciones y del suicidio. Domínguez (2000), lo relata así:

Y así, en 1927, ya había organizado en Viena un centro de asesoramiento para jóvenes, cerca de donde ejercía Freud. De modo gratuito, atendía las consultas de problemas psíquicos de los jóvenes. Por aquel entonces, los problemas que más le consultaban fueron los sexuales. Pero, a medida que transcurría el siglo, constató que las inquietudes generales fueron orientándose hacia el sentido de la vida y el del vacío existencial. La idea de aquel consultorio gustó, y enseguida encontró colaboradores (p. 42).

Frankl (2006), desde su formación como psiquiatra, pero también desde la perspectiva de un testigo de las grandes tragedias bélicas que azotaron a Europa del Siglo XX escribe sobre estos centros:

Tres son los motivos fundamentales de las iniciativas que se exponen aquí. Antes que nada, el convencimiento teórico de la necesidad de instituir centros de asesoramiento para jóvenes; en segundo lugar, mis experiencias personales como colaborador en un centro de asesoramiento educativo, con sede en Viena, bastante frecuentado; tercero, la existencia, en Berlín y en otras ciudades, de los centros de asesoramiento a los cuales me referiré (p. 39).

Al joven Frankl le tocó vivir de cerca el movimiento de los pensadores existenciales que se movían a toda vela a partir de la década de los años veinte y así llegó a la lectura

de Heidegger y de Jaspers. El primero era un filósofo que lanzó su obra abriendo fuego, “El ser y el Tiempo” (Heidegger, 1962), con la que cambió la concepción del hombre que se tenía hasta ese momento. El segundo era un médico psiquiatra, pionero en la introducción de la fenomenología en el campo clínico y en describir su propia vida atada a una enfermedad que lo acompañó hasta su muerte. Este autor desarrolló un concepto clave, las situaciones límite, las que se refieren los momentos en los que una persona se encuentra atrapada en una situación difícil y no puede escapar de ella, so pena de perderse a sí misma (Jaspers, 1967). Frankl (2006), bebe el agua de este autor y genera el concepto de la “tríada trágica”, compuesta por el sufrimiento, la culpa y la muerte.

Ingresar a este tema nos lleva a mirar que el hombre se halla frente a esta tríada, a partir de que algo se rompe en su existencia y necesita buscar un orden en medio del cual puede orientarse, según lo dice Fabry (2005); “Siempre que el hombre pierde una seguridad establecida, no le queda más remedio que lanzarse nuevamente a la búsqueda de un sentido y un orden” (p. 29). Lo más complicado de esta situación es que no es posible confiar en grandes planes, sino en la vida sencilla de lo cotidiano que aparece en cada instante, “debemos enfrentarnos a la vida paso a paso; que para actuar no debemos esperar a la concepción de un plan grandioso, sino estar dispuestos a encarar los problemas del momento” (Fabry, 2005, p. 31). En estos momentos privilegiados, lo mismo aparece un gozo que un dolor, aunque, en el caso de las situaciones límite, se trata de eventos de dolor que llevan, inevitablemente, al encuentro con el sufrimiento.

El sufrimiento forma parte de la condición humana. Confronta al hombre con la parte más débil de sí mismo, con su vulnerabilidad y contingencia. Es difícil aceptarlo y por lo general, llega sin ser llamado, y mucho menos, esperado. Además, no pide permiso, simplemente aparece y puede penetrar en la conciencia humana desde distintos campos; a) El somático; en forma de padecimientos orgánicos temporales o crónicos. b) El psicológico; en forma de padecimientos que implican los trastornos emocionales no neuróticos, neuróticos y todo tipo de psicosis. c) El espiritual; el sufrimiento es por cuestiones de índole espiritual, pero también por conflictos morales y éticos.

El sufrimiento puede revelar el sentido de la existencia cuando gracias a él logramos comprender que no necesariamente somos culpables de lo que nos pasa y al mismo tiempo, que tampoco somos una víctima del azar. Lukas (2000), refiere que, en términos generales, la gente que no ha aprendido a aceptar su destino, que cree que puede conseguir casi todo por un precio, probablemente se va a desesperar cuando se enfrente a un sufrimiento inevitable. En tal crisis, señala, están abiertas tres posibilidades: a) La fe y la creencia en Dios. b) La empatía y comprensión de la gente cercana. c) La propia realización estable de sentido.

Las preguntas como “¿Por qué a mí?”, generalmente conducen a la angustia y al fatalismo y a pensar que no vale la pena el esfuerzo por algo; por lo que sea. Formulando la pregunta de diferente manera, la situación que parece carente de sentido se convierte en un desafío, cuando la pregunta es; ante esto, ¿qué puedo hacer? Esta toma de postura nos lleva a replantear nuestra vida. Frankl (1984b), señala al respecto:

Quando uno se enfrenta a una situación inevitable, insoslayable, siempre que uno tiene que enfrentarse a un destino que es imposible cambiar [...] valor supremo, de cumplir el sentido más profundo, cual es el del sufrimiento. Porque lo que más importa de todo es la actitud que tomemos hacia el sufrimiento, nuestra actitud al cargar con ese sufrimiento (p. 110).

Regresando al tema de la tríada trágica, este autor, en otra de sus obras (Frankl, 2001a), agrega que “la tríada trágica de la existencia humana, a saber, dolor, muerte y culpa. Por dolor quiero decir sufrimiento; por los otros dos constituyentes de la tríada trágica, entiendo la doble faceta de la mortalidad y la falibilidad humana” p. 30).

Un concepto importante de Frankl (1987), es el de «*homo patiens*», que se vuelve una luz poderosa que ilumina todo el quehacer de la logoterapia y la identifica con respecto a otros enfoques. Su definición es sorprendente; “*homo patiens*, el hombre doliente, el hombre que sabe cómo sufrir, cómo plasmar sus sufrimientos en un logro” (Frankl, 1984a, p. 44). Ubica a este hombre entre las coordenadas primordiales que le dan sentido y se vuelven metas en la logoterapia: para el “*homo patiens* (...) sus categorías no son éxito o fracaso, sino cumplimiento o desesperación (...) puede

realizarse incluso en el más estrepitoso fracaso” (Frankl, 1982, p. 95). Estas características rompen con la sociedad de la voracidad en la que hay que ganarles a todos y rápido. Desde esta postura, el sufrimiento se vuelve una meta alta para el hombre, “debatirse (...) con lo que el destino pone ante él es la misión más alta y la verdadera finalidad del sufrimiento” (Frankl, 1970, p. 84). Una vez más, “la capacidad de sufrimiento no es, en definitiva, otra cosa que la capacidad de realizar lo que yo llamo valores de actitud” (1982, p. 93). Un sufrimiento sin sentido no vale la pena; de esta manera, Frankl (1982), coloca como telón de fondo a los valores.

Así uno de sus tres categorías de valores tal como lo habíamos visto, “Lo cual quiere decir que *la vida del hombre no se colma solamente creando y gozando, sino también sufriendo*” (Frankl, 1970, p. 131).

La culpa

El análisis existencial (acompañamiento y/o psicoterapia existencial), señala que la culpa surge de la conciencia que tenemos y los sentimientos que se derivan de esa conciencia de haber obrado mal o incongruentemente con nuestra libertad y con los valores a los que nos consagramos. La culpa, en su dimensión de temporalidad, refiere constantemente al pasado haciendo que el ser humano se desconecte del presente y de su proyecto hacia el futuro, pues “lo que amenaza al hombre es su culpa en el pasado y su muerte en el futuro” (Frankl, 2001a, p. 45). La culpa en su dimensión psicológica puede impedir el crecimiento de la persona por que no es asimilada ni integrada por el ser humano.

Según Frankl (2001a), el arrepentimiento honesto es la forma de aceptar la responsabilidad y con eso se puede salir de un estado de culpa. Ante la culpa, tenemos la posibilidad de asumir dos actitudes; a) aturdimiento: acción de evadir la responsabilidad o b) asumir la responsabilidad que nos conduce a una mejor salud

mental. En el pensamiento frankleano, la peor de las culpas, parece ser que es no haber cumplido con la meta que la vida nos había fijado.

La muerte

La muerte es otra de las situaciones inevitables a las que se enfrenta el ser humano. Es la manifestación de nuestra radical finitud. La actitud ante la muerte “depende de que (...) comprendamos que las posibilidades son esencialmente transitorias” (Frankl, 1984b, p. 117). Así, la intervención logoterapéutica ha de llevar a la persona a descubrir su propia tarea:

El hombre no debería inquirir cuál es el sentido de la vida, sino comprender que es a *él* a quien se inquiera. En una palabra, a cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder a la vida *respondiendo* por su propia vida; sólo siendo responsable puede contestar a la vida. De modo que la logoterapia considera que la esencia última de la existencia humana está en su capacidad de ser responsable (Frankl, 1984b, p. 108).

La vida no se puede entender sin la muerte y la muerte no se puede entender sin la vida, pues ambas son interdependientes. En el pasado, la muerte se vivía no se enfrentaba. Ahora, por la tecnología y los avances en la medicina, nos hemos alejado de nuestra finitud, la hemos dejado de tomar como algo natural. La muerte es el acontecimiento más importante de la vida. Aprender a vivir bien es aprender a morir bien y viceversa. La muerte es una situación límite. Una conciencia de la muerte nos aparta de las preocupaciones triviales y le proporciona a la vida, profundidad y una perspectiva completamente diferente.

Al tocar la muerte se toca la vida y se crea una mayor conciencia para apreciarla y disfrutarla. Heidegger Así sustentó el modo de ser auténtico, forma suprema de la existencia Heidegger (1962).

2.3.5 Toda realidad tiene sentido

Por lo general, la vida nunca deja de tener sentido, sólo que el sentido es sumamente específico, cambia de persona a persona y de momento a momento. Si bien, la persona es un ser único, la vida entraña una serie de objetivos que habrá de descubrir y a los cuales debe responder. En esto consiste la búsqueda de las tareas específicas de cada uno y la respuesta a éstas es lo que proporciona sentido, felicidad, satisfacción y la tranquilidad espiritual; estos son simples productos derivados de esta búsqueda.

En la actualidad, este enfoque no pierde su potencia de intervención, por el contrario, “la logoterapia es actualmente la única escuela en el amplio campo de la psiquiatría existencial que ha conseguido desarrollar lo que puede justificadamente considerarse una técnica psicoterapéutica” (Frankl, 2001a, p.17). Continuando con esta idea, se puede decir que “una persona que padece ceguera o no puede escuchar ni hablar, lo mismo puede abandonarse a la desesperación que convertirse en una Hellen Keller¹⁰. Esto según sea “la actitud que tome ante su existencia y esto va a depender del sentido que la oriente” (Fabry, 2005. p. 34). La logoterapia coopera, justamente, a que la persona halle o confirme su sentido de vida: es una terapia del sentido.

Esta propuesta colabora a que la persona esclarezca aquello que la distancia de sí misma, para percibir y reconocer sus capacidades y desarrollar plenamente sus potencialidades. En este sentido, es precisamente, que es una terapia existencial; busca el desarrollo del potencial de la persona y el mayor despliegue de su existencia. Para ello, la impulsa a llegar a ser ella misma, a auto descubrirse, a auto conocerse (Frankl, 2001a).

De manera resumida se puede decir que la meta es: a) propiciar el deseo de ejercer la libertad para tomar decisiones propias, b) hacer consciente a la persona de su responsabilidad frente al problema que la aqueja para la construcción de su propia vida, c) ayudar a explorar y eliminar las barreras que le impiden hallar el sentido de su vida, d)

¹⁰ Helen Adams Keller fue una escritora, oradora y activista política sordociega estadounidense.

ayudarle a poner en marcha su voluntad para unir el esfuerzo honesto y sabio al ejercicio de la libertad y la responsabilidad (Ascencio de García, 2005). Al respecto, Frankl (1987), concluye que:

La libertad puede y debe hacerse consciente. Es el objetivo que persigue el análisis existencial como análisis de la existencia en la dimensión de la libertad y la responsabilidad; y es misión de esta forma psicoterapéutica de análisis existencial que es la logoterapia él apela a la libertad después de hacerla consciente (p. 174).

Pero aún más, Frankl (1987), afirma: “la logoterapia es una psicoterapia centrada en el sentido” (p. 17), como lo anunciamos más arriba. El mismo autor, realizó una serie de formulaciones que la hacen ver más como una inspiración que como una intervención.

2.4 Aportaciones y conceptos relacionados

El siglo XIX abrió un tema que anteriormente no formaba parte de la vida de las personas y en sentido estricto en la historia de las ideas, me planteé la necesidad de una pregunta para ingresar a dicho tema, ¿antes del siglo XX, no había muertes, abandonos, sufrimientos, etc., situaciones de dolor que rompieran la existencia de las personas? La respuesta a esta pregunta es contundente, ¡sí! Sin embargo, ¿qué pasaba que la gente, con todo y dolor, seguía su vida adelante? Una respuesta posible es que la mayoría de las personas creían en Dios. Para ellos, el camino de Job era claro, «Dios me lo dio, Dios me lo quitó, bendito sea su Santo Nombre». Las personas no cuestionaban lo que pasaba. Todo era «voluntad de Dios», y estaba en sus designios, los cuales eran inescrutables.

Pero cuando la consciencia avanzó y se percató de su capacidad de preguntar por el significado de lo que vive el hombre por un lado y, por otra parte, de su capacidad para cuestionar la realidad y las relaciones, el mundo cambió, pues apareció el peligro del escepticismo por el cual podría deslizarse una incredulidad insuperable que acabara en

el nihilismo. La controversia acerca del sentido de vida surgió potentemente por primera vez en la historia de la humanidad que enfrentaba el movimiento de secularización reinante en la época y el desastre de la «conciencia infeliz» del romanticismo de finales del siglo XIX.

Varios pensadores tomaron la delantera para enfrentar este tema y algunos de ellos pasan lista en la obra de teatro que Frankl construyó para mostrar este camino de conducta moral. Sólo tomaremos a dos de ellos, Nietzsche y Schopenhauer.

Arthur Schopenhauer

En el centro del pensamiento de Arthur Schopenhauer, se encuentra el tema de la vida en el ser humano, en su acción y sus pasiones, en su sufrimiento y en su relación con sus semejantes, además del mundo que lo rodea. Su primer abordaje presume la libertad de su propio pensamiento y de ahí, evitar toda imposición. Pensar libremente significa pensar «para sí mismo», no «para otros». De ahí su lucha por el enfrentamiento con la autoridad que impone valores *sin ton ni son*. Para él la voluntad es esencialmente, «voluntad de vivir». La fuerza que impulsa al hombre a ir más allá, en cada momento de su existencia, es la voluntad de vivir. Sin embargo, coloca una soga al hombre, la vida no tiene finalidad, sólo es afán constante, fuerza ciega sin ninguna orientación. De ahí que el valor supremo sea el querer vivir que lo liga con la libertad, así lo dice: “la afirmación ‘Quiero’ que acompaña a todas nuestras acciones y sobre la conciencia de nuestra causalidad inmediata y nuestro poder personal, gracias a las cuales, las acciones que llevamos a cabo son realmente nuestras” (Schopenhauer, 1981, p. 41). Hemos de reconocer que el siglo XIX enfrentaba todavía muchos determinismos, como las enfermedades, las muertes, los abusos laborales y la pobreza generalizada en la población. Para el hombre decimonónico era fundamental conquistar su libertad, por encima de los determinismos que vivía.

Schopenhauer (1981), da un valor central a la voluntad, más allá de lo que la tradición le había otorgado, colocándola por encima de la inteligencia y la coloca como la fuerza primordial que nos impulsa en la vida; “esa fuerza motriz interior, cada una cuyas

manifestaciones individuales es provocada por un motivo, percibido interiormente por la conciencia, es lo que designamos con el nombre de voluntad” (p. 51).

En este debate aparece la conciencia como la conciencia que afirma categóricamente el acto de libertad inmediato. No el que está en lo abstracto, sino este acto libre e inmediato que realizo ante el mundo y ante los otros. Visto así, “La conciencia proclama la libertad de los actos” (Schopenhauer, 1981, p. 27).

Al colocar a la voluntad como un órgano de comprensión del mundo, ingresa a la intuición como medio de acercamiento a la realidad y postula:

Mis doctrinas por el contrario, no se apoyan, en general, en una cadena de silogismos, sino directamente en el mundo intuitivo mismo, y su rigurosa consecuencia, tan visible en mi sistema como en cualquier otro, no se ha obtenido normalmente por un camino solamente lógico; más bien es esa concordancia natural de las proposiciones, resultante de que se apoyan todas en la cognición intuitiva, es decir, en la percepción sensible del mismo objeto sucesivamente considerado bajo aspectos diversos; en otras palabras, en el mundo real que, en todos sus fenómenos, está sometido a la conciencia en que él mismo se presenta (Schopenhauer, 1984, p. 164).

Ya con este texto podemos ver el giro trascendental que ha hecho este autor y todavía coloca la cereza del pastel; “la voluntad actúa menos sobre las cosas que en ellas; éstas no son más que su manifestación visible Esta concordancia demuestra, sin embargo, que sólo nos es posible imaginarnos lo primordial de las cosas como voluntad” (Schopenhauer, 1984, p. 167). Esta voluntad es el «núcleo de la realidad misma». No hay nada en el universo que no sea movido por esta voluntad que lo enerva todo, voluntad de vivir que lo habita todo, aún lo inorgánico.

El hombre es un ser que comprende el mundo desde sí mismo y no desde la realidad, lo cual lleva a Schopenhauer a usar el término de «macrántropos» y no el de

«microcosmos», ya que es más fácil comprender este mundo desde el hombre mismo y no a la inversa como lo creyeron los pensadores anteriores.

Sin embargo, esta voluntad está ligada al dolor, ya que nace de una necesidad, de la indigencia. Mientras la necesidad invade al hombre, la felicidad será imposible y ésta se identifica con la quietud o reposo total. Así, la existencia del hombre no es tal, ésta es movimiento constante, como ya vimos, de ahí que se torna constante inquietud.

Ante el poder inmenso de la voluntad, llega aquí a su propuesta, misma que surge de una paradoja:

Por eso es preciso que un sufrimiento inmenso destruya nuestra voluntad antes que llegue al renunciamiento de sí misma. Cuando ha recorrido todos los grados de la angustia creciente, cuando, después de una suprema resistencia, toca en el abismo de la desesperación, el hombre se reconcentra súbitamente dentro de sí mismo, se conoce, conoce al mundo, transformase su alma, se eleva sobre sí misma y sobre todo sufrimiento. Purificado entonces, santificado en cierto modo con un sosiego y una felicidad inquebrantable, con una elevación inaccesible, renuncia a todos los objetos de sus deseos apasionados y recibe la muerte con alegría. De la purificadora llama del dolor brota repentinamente, cual pálida luz, la negación de la voluntad de vivir, o sea, la libertad de este mundo (Schopenhauer, 1993, p. 173).

La lucha contra esta voluntad avasalladora que lleva a entronizar al yo, como centro de todo, impulsa a Schopenhauer (1993), a pedir un sufrimiento terrible que pueda dismantelar el poder de tal voluntad:

Es un modelo cabal de esta segunda manera de llegar al renunciamiento, a la negación de la voluntad, no por el puro conocimiento de los dolores de todo un mundo, con los cuales se identifica voluntariamente, sino por un dolor que aplasta y con el cual se ve uno mismo abrumado (p. 173).

Un nuevo conocimiento aparece, el de la serenidad a través del cual el hombre se abandona totalmente, sin más afanes ni deseos inútiles:

Apartemos la vista de nuestra propia insuficiencia, de la estrechez de nuestros sentimientos y prejuicios, para dirigirla hacia los que han venido al mundo, a aquellos en quienes, habiendo llegado la voluntad al pleno conocimiento de sí misma, se ha retraído de todas las cosas y se ha negado libremente, y espera que se apaguen sus últimas chispas con el cuerpo que las anima (Schopenhauer, 1993, p. 177).

Un desánimo invade a Schopenhauer y le lleva a luchar contra la voluntad de vivir para promover el camino hacia la muerte que es la verdadera finalidad de la vida. Nada vale la pena si no se orienta hacia la muerte, «eutanasia de la voluntad». Falta un dato, la voluntad es inmortal, mientras el entendimiento es mortal, de tal manera que, al morir, muere toda representación del mundo, pero permanece la esencia íntima del yo. Empero, la muerte es la gran ocasión para abandonar al yo débil, ese que se deja seducir por la individualidad para entregarse al *esse* y no al *operari*, ser, más que actuar.

Abandonarse es la posibilidad de reconocerse en el otro. Así, la compasión es clave, por medio de ella aparece la ayuda al necesitado, el perdón al enemigo, etc. Todo esto sólo es posible si se reconoce en el otro, al propio yo. Es una vivencia maravillosa, misteriosa, tanto que ningún sistema metafísico se acerca a ella sino apenas rozando el «gran misterio de la ética». La compasión es el corazón en el que palpita toda ética posible.

No es fácil separar la influencia de Schopenhauer en Frankl, pues vemos muchos momentos en los que parece que, al leer al primero, nos encontramos al segundo. El mundo germano estaba tocado fuertemente por Schopenhauer y la contradicción que dejó en su propuesta ética, vivir el presente, pero sin apegarse a él; vivir en el fluir, pero rumbo a la muerte, compadecerse del otro, pero sin unirse a él. En fin, un pensamiento rico en propuestas y contradicciones, en las que, seguramente, creció el joven Frankl. Tal vez, la más importante, el deseo de vivir y la necesidad de hallar una orientación de esta vida que fluye hacia algún lugar y es orientada desde un principio.

Friedrich Nietzsche

Friedrich Nietzsche afirma, sin misericordia la realidad humana de la significación en el mundo, es decir, de la capacidad que tiene el hombre para dar sentido a su mundo a partir de la creación de valores a los que él decide consagrarse. Nietzsche acaba de heredar al occidente cristiano y en decadencia, la apuesta por la moral de los señores que se sublevan contra la moral de los esclavos:

Digamos entonces a los espíritus libres que hay que crear, descubrir caminos, imaginar las pruebas que puedan conducir a un alma a ese grado de elevación y nobleza en que sienta la obligación de asumir esta nueva tarea, trastocar los valores, forjar a golpes de martillo una conciencia, templar el corazón como si fuese acero para hacerle capaz de soportar el peso de tal responsabilidad, al decir de Nietzsche (2000b). Luego, el autor agrega que la moral de los mediocres es la moral en la que el hombre se somete a los valores de los otros y termina entregándoles su propio poder, es un camello que desarrolla una voluntad de obediencia y aprende a cumplir, “bien sabéis que da lo mismo que no seáis vosotros quienes digáis la última palabra” (p. 777).

Este hombre tiene que enfrentarse consigo mismo en el calor atosigante y el frío pelador del desierto para convertirse en león y recuperar su poder. En él surge la voluntad de poder. Nietzsche (2000b), se lanza a describir este concepto, “Suponiendo, por último, que se llegara a explicar toda nuestra vida instintiva como el desarrollo de la voluntad —de la voluntad de poder, es mi tesis— habría adquirido el derecho de llamar a toda energía, sea cual fuere, *voluntad de poder* (p. 787).

Finalmente, este hombre halla su oasis y se convierte en niño, en quien brilla el destello de la esperanza. En él crece la voluntad de creación y se torna en el “único ser que promete”, por eso encuentra un “por qué” (Nietzsche, 2000a). En él hay un más allá, pero para eso necesita gritar, ¡Sí! ¿De quién habla Nietzsche?, “Es el niño inocencia y olvido, un nuevo comienzo, un juego, una rueda que echa a girar espontáneamente, un movimiento inicial, un santo decir ¡sí! Para el juego de la creación, hermanos, se requiere

un santo decir ¡sí!” (p. 501). Ser hombre es sobrepasarse constantemente y no detenerse en el lodazal de la medianía, lanzarse a ser el superhombre. Por eso, hay que “ser *nosotros mismos* el eterno placer del devenir” (Nietzsche, 1979, p. 136). E incita, “Vuestro amor a la vida amor a vuestra esperanza más alta” (Nietzsche, 2000a, p. 519). Resalta, a partir de estas líneas, el sentido que instala en la vida humana, sobrepasarla con la pasión que inunda la propia vida. Sólo ataca el sentido de la vida, aquello que la detiene y la prohíbe y ensalza la lucha como elemento primordial de esa vida y al mismo tiempo, la serenidad que acompaña al vencedor que, además, aprende a amarse a sí mismo sobrepasándose y no quedándose en la autocomplacencia.

La realidad es la vida misma, es el elemento interno de todo lo que existe y se hace presente en el hombre como fuerza poderosa, deseante, queriente, pensante, sufriente..., por eso ama las formas exuberantes de la vida, entre las que destacan el arte, el heroísmo, el genio... El sentido es, para este hombre, vivir la exuberancia en él, con toda la gracia y sucumbir en ello. Esta imagen nos lleva a comprender que el fin, no es el hombre en sí mismo, sino el sobre pasamiento que tienen lugar en él, pues lo que ha de permanecer es la vida que habita en él. El sentido del hombre es servir a la vida de manera excelsa.

Nietzsche está presente en el pensamiento de Frankl con una riqueza increíble y renovadora. La herencia hermenéutica que toma Frankl para su propio trabajo y el esfuerzo para llevar al hombre más allá de sí mismo, está en la obra de Nietzsche. La fortaleza ante el dolor y el desastre aparece también en la obra de este autor y, por supuesto, lo toma Frankl para enfrentar la vida de los campos.

Max Scheler

No puede faltar la presencia de Max Scheler, el discípulo brillante de Edmund Husserl, quien, con su mente potente y creadora, se separa rápidamente del maestro y crea la fenomenología del valor, a la que conocemos como axiología. Scheler continúa las

reflexiones de Nietzsche, al tiempo que lo enfrenta en su famosa obra “El resentimiento de la moral” y postula una ética a partir de la persona en su monumental obra “Ética”. En ella y por supuesto en el “Ordo Amoris”, fundamenta una ética desde la fenomenología del valor, tarea que hasta ese momento nadie había hecho.

Viktor E. Frankl era asiduo a un grupo de pensadores que formaban un círculo de corte neokantiano y, sin lugar a duda, el tema en torno al cual giraban sus reflexiones era la persona como fin y el sentido moral de la conducta humana como ejes orientadores de la existencia. Sin temor a equivocarme, para el joven Frankl, aquellas reuniones eran nutricias y alentadoras, pues era apostar a favor de la persona y los valores que la orientan como la joya que presenta la vida moral de la humanidad. Kant era el gran maestro del mundo germano y seguía vigente (Kant, 1984).

Max Scheler nace en Munich, el año de 1874. Se inicia como docente en la Universidad de su ciudad y más tarde va a Göttingen, tiempo en que se halla entre sus alumnas Edith Stein la gran fenomenóloga que fue asistente de Husserl. Se distinguen tres épocas en su vida, la primera se caracteriza por ser un neokantiano ortodoxo y está entre 1897 y 1899. La segunda época se encuentra tocada por el descubrimiento de la fenomenología y va entre 1913 y 1916, en plena guerra y lleva la fenomenología al mundo moral; es el tiempo de su monumental obra “Ética” (2001) y el opúsculo sobre “El sentido del sufrimiento”, en el que nos invita a comprender que todo sufrimiento es una vivencia de sacrificio al servicio de lo más valioso, “así también todo sufrimiento y todo dolor, de acuerdo con su sentido metafísico y formal, es una vivencia del sacrificio de la parte por el todo y de lo menos valioso por lo más valioso” (Scheler, 1979, p. 23). La tercera época va de 1921 hasta su muerte, acaecida en 1928 en Frankfurt-Main. En esta época destacan, “Esencia y formas de la simpatía” (2005) y “El puesto del hombre en el cosmos” (2017).

Muy pronto toma postura frente a la fenomenología y la concibe como una actitud de videncia o visión espiritual y así, se separa del Maestro Husserl para lanzarse a realizar una fenomenología de las emociones y de ahí saltar a la esfera de lo moral, el universo de los valores.

Scheler nos lleva de nuevo a lo “empírico”, esto es a los datos de la percepción que se recibe por los sentidos, “lo dado”, lo plenamente dado en la experiencia. Esta idea permite a Frankl colocar como argumento fundante de la aceptación de la libertad en el hombre, el dato de la propia experiencia. Este dato es fuente de conocimiento. Este conocimiento nos llega por la experiencia fenomenológica, entendida como intuición de esencias. Así adquirimos un conocimiento no-contingente *a priori*. Lo dado directa, plena e inmediatamente forma lo intuido fenomenológicamente.

Esta intuición nos permite captar la esencia de los valores materiales, de una manera que es independiente de lo percibido por los sentidos. Precisamente, en la intuición fenomenológica se capta al objeto como totalidad. Esta captación de una esencia puede en la práctica, no ser accesible a todas las personas, de ahí que, aplicado a los valores, se hablará de una “ceguera axiológica”, esto es, ceguera a ciertos valores.

Scheler (2001) coloca cuatro ejes en torno a los cuales gira su teoría: a) los valores materiales que son, *a priori*, autónomos y objetivos, y no están sujetos a la contingencia de lo empírico, b) los sentimientos; que son la vía de acceso a los valores, son intencionales, c) la persona tiene una voluntad autónoma y libre, y posee una dignidad propia, d) Dios, “la persona infinita” es el ejemplar para marcar la dirección moral de los hombres.

Una reflexión para cerrar: Scheler distingue entre bienes y valores y postula que los bienes son cosas que poseen un valor, que son objetos valiosos, mientras que los valores son independientes de los bienes y que los valores pueden ser experimentados independientemente de sus depositarios. Los objetos valiosos afirman, “los nombres que designan los valores no hacen referencia a meras propiedades de las unidades que están dadas como cosas, y que nosotros llamamos *bienes*” (Scheler, 2001, p. 57). Un planteamiento se desprende de aquí, los valores son independientes de los objetos portadores, tanto como de los fines a los que apunta la voluntad, así podemos recordar la expresión de «los valores no son, sino que valen».

Nos queda señalar una última propuesta, en Scheler ¿quién es el ordenador que guía el sentido? La respuesta resulta muy interesante; el amor. El amor posee una

significación tan potente que nos permite amar las cosas y las personas en sí mismas, del mismo modo que Dios las ama. Todo el actuar humano está dirigido por el amor que los nutre y ordena, de ahí que recupere Scheler un concepto de corte agustiniano, «*ordo amoris*». El sentido de vida en Scheler (1996), depende del orden que el hombre tiene en sus amores,

toda especie de autenticidad o falsedad y error de mi vida y de mis tendencias, depende de que exista un *orden justo y objetivo* en estas incitaciones de mi amor y de mi odio, de mi inclinación y de mi aversión, de mis múltiples intereses por las cosas de este mundo, y de que sea posible imprimir a mi ánimo este *ordo amoris*” (p. 21).

En su tesis doctoral señala la necesidad de un órgano de la moral y lo designa como «sentimiento del valor». Me atrevo a pensar que, tal vez, Frankl toma esta idea para dar su definición de conciencia moral, concibiéndola como un «órgano de sentido», tal como nos lo recuerda Alejandro Unikel (2007, p. 255). El mismo Frankl lo afirma, “la conciencia es un órgano de sentido. Se podría definir como la capacidad de recibir totalidades llenas de sentido en situaciones concretas de la vida” (Frankl, 1988, pp. 30 - 31). La influencia de Scheler en Frankl, sin temor a equivocarnos, fue decisiva.

Karl Jaspers

Éste es un concepto que desarrolló Karl Jaspers (1969), en varias de sus obras y distingue dos tipos de situaciones límite, las que son de orden general y las que son de carácter singular. Las principales, de las primeras, son la lucha, la muerte, el azar y la culpa. No es casual mencionar esta propuesta, ya que Jaspers coloca la realización de la persona en dos columnas, en una está el hacerse sí mismo a través de las *situaciones límite*, y en la otra, coloca la realización existencial en la *comunicación*. No es cualquier comunicación, sino la que Miguel Jarquín llama, *comunicación existencial* (2013).

Cuando la persona vive las situaciones límite y las enfrenta significativamente, adquiere *fuera vital* para generar *nuevas actitudes y sentimientos frente a la vida*:

Así, pues, reaccionamos acertadamente ante las situaciones límite, para superarlas, no en virtud de planes y cálculos, sino en virtud de una actividad totalmente diferente, en virtud del *devenir de la existencia posible en nosotros*; nos hacemos nosotros mismos al entrar en la situación límite con los ojos abiertos [...] Experimentar situaciones límite y existir es la misma cosa (Jaspers, 1996, p. 204).

Para comprender el planteamiento de Jaspers (1996), es necesario hacer énfasis en un concepto clave que permite avanzar, pues nos pone de cara directamente frente al sufrimiento, la *actitud positiva*, “ésta es combatir el dolor con todas las fuerzas posibles, si no es factible derrotarlo, entonces hay que soportarlo valerosamente con aceptación interna y, finalmente si no se ha vencido y él persiste, se ha de asumir el riesgo de ser feliz en medio del dolor” (Jarquín, 2013, p. 27).

Sin embargo, no es Jaspers la historia de una víctima del dolor, sino al contrario, un protagonista de cara al sufrimiento y nos advierte; “las experiencias de queja y desesperación que he relatado hay que entenderlas en el contexto de la postura fundamental, la certeza de ser amado y de amar” (Jaspers, 1969, p. 212). El amor juega un papel central en esta historia de confrontación y lucha para seguir adelante en la vida. Es pertinente comprender la liga que une al sufrimiento con las situaciones límite, “el sufrir no es una situación límite entre otras, sino que todas, bajo el punto de vista subjetivo, devienen sufrimiento” (Jaspers, 1967, p. 324).

Una vez más, vemos la presencia fructífera de Karl Jaspers en la vida y la obra de Viktor E. Frankl. Creemos que tanto el tema del sufrimiento y la voluntad para enfrentar el destino, así como las situaciones límite están presentes en su propio desarrollo.

Una síntesis de las aportaciones teórico-conceptuales

Consideramos que los autores y temas que elegimos como “probables” presencias en la vida y obra del Dr. Viktor Emil Frankl, sí concurrentes en su trabajo y con más detenimiento se podría entablar un diálogo que permitiera dar seguimiento a estas huellas.

Es notorio que los autores son de ascendencia germana y no es de extrañar, ya que en esta época se encuentra una cultura enormemente rica en este mundo que hizo, sin temor a error, un mundo culto, rico en pensadores y propuestas para el siglo que advenía.

No podemos pasar por alto una reflexión sobre el tema de los valores y el por qué aparecen en todos estos autores. Decíamos que este mundo era heredero de Immanuel Kant, el gigante de la ética que despertó a los hombres ante su propuesta, de tal manera que todos los pensadores herederos de su obra no podían pasar por alto su ética. Más aún, si vemos que el siglo XIX se venía desmoronando y los inicios del XX arrancan con una ruptura total que no pregonaba la desaparición de los valores, sino su “transmutación”.

Las ciencias de la salud, como la medicina, la psiquiatría y la psicología clínica no podían hacer oídos sordos a este llamado y en sus aulas, sus consultorios y hospitales, el tema de los valores formaba parte de la formación del sanador y en la vida de los pacientes se oía su eco con toda potencia.

Esto nos deja una tarea, leer y escudriñar cómo se van formando las grandes propuestas de trabajo. Hay una historia que narra esta configuración y de ahí, al presente que nutre el futuro con nuevas visiones. Como dice Jarquín (2015): la nueva logoterapia hoy, la hacemos nosotros. Ésta es nuestra responsabilidad.

La vivencia de integración es una ardua labor con la que he ido avanzando en mi vida, tal como lo planteaba antes, y puedo añadir que, en la medida en que integro mis dispersiones, más percibo a mi persona como el centro de mi existencia. Una definición de persona que aparece en Emmanuel Mounier (1992) fundamenta esta idea;

Una persona es un ser espiritual constituido como tal por una forma de subsistencia y de independencia en su ser; mantiene esta subsistencia con su

adhesión a una jerarquía de valores libremente adoptados, asimilados y vividos en un compromiso responsable y en una constante conversión; unifica así toda su actividad en la libertad y desarrollo por añadidura, a impulsos de actos creadores, la singularidad de su vocación” (p. 625).

¿Cómo se forja la integración? La vocación es la clave, ya que la vocación al llamar a la persona hace que se vaya adhiriendo a una jerarquía de valores que están por encima de ella misma y así, se va unificando a través de la conversión que, a cada momento, le ayuda a unificarse.

Considero que el apartado anterior adelantó esta presencia. Abundaré en algunos puntos que están ahí presentes. Los tres faros que orientan mi trabajo son; integración, potencial y sentido. Los tres nutridos desde el Desarrollo Humano, según la versión de los distintos autores.

2.4.1 El impacto social

En un sentido general se considera que construcciones documentales como la que se presenta, atienden en primer instancia a las personas con las que se trabaja y que son la población estudiada, no obstante, si consideramos que en sentido estricto todo aquello que esté relacionado con los estudios sociales en los que se inscribe la Psicología Humanista y por ende el Desarrollo Humano, se podrá atestiguar que cuanto en torno a la persona se trabaje y reflexione, ello incidirá en lo social, pues consideramos que todo lo que posee una episteme no es otra cosa que un monologo de lo humano, en otras palabras, un monologo de lo social.

Para (Kirst-Ashman y Grafton, 2007) las indagaciones realizadas en lo social persiguen como fin último el mejoramiento de las condiciones de vida de individuos, familias y comunidades, en otras palabras, la labor realizada en la intervención que se estudia aquí alcanza al conglomerado social, y desde una óptica optimista, se considera

que este alcance podría valorarse como algo constructivo en oposición al deterioro del tejido social que en la actualidad aqueja la vida nacional.

Después del trabajo realizado, la sociedad queda beneficiada, pues los jóvenes con los que trabajé manifestaron aprendizajes y sentimientos de fraternidad, de compromiso y reflexionaron sobre la importancia de los valores, y como ellos y ellas, serán los protagonistas de las transformaciones sociales futuras.

Concluyo este apartado reafirmando que la adquisición de sentido de vida de los adolescentes, o al menos, la reflexión sobre ello probablemente repercutirá en sus círculos de interacción tales como familia nuclear, escuela y sus relaciones sociales, amigos, pareja.

CAPÍTULO III. LA VOZ DE LOS ADOLESCENTES

Corresponde ahora dar la palabra a los adolescentes que participaron con sus manifestaciones sentidas, las cuales agrupé en siete grupos generales que pretenden ilustrar el sentido de la colectividad del grupo, dicho de otra manera, como resultado del análisis de las manifestaciones recogidas en campo mediante bitácoras que cada uno de los participantes elaboró, me di a la tarea de sustraer las expresiones que de manera general fueron plasmadas en dichas bitácoras, en donde el miedo, el enojo, el placer, las conductas de riesgo, el potencial personal, el sentido de vida y algunos agradecimientos son constantes.

EL MIEDO

“Yo me di cuenta que, cuando entré a la secundaria tenía miedo y me quedaba aislada. A veces, hasta tenía sueños horribles en los que me perseguían y no sabía a dónde ir. Ahora me doy cuenta de que puedo enfrentar ese miedo y usarlo para defenderme y no para aislarme. No soy un bicho raro. Sólo tenía miedo ante la nueva escuela”.

“Yo me di cuenta que tenía miedo de mi propio cuerpo. Lo que me pasaba era espantoso: todo mi cuerpo cambiaba y aunque me habían dicho que todos esos cambios llegarían a su tiempo, pues no es lo mismo que vivirlo. Me asustaba ver cómo mi cuerpo crecía y, lo increíble, lo que sentía. Mis emociones me espantaban porque se revolvían: a veces estaba contenta, a veces me enojaba y explotaba, a veces lloraba y no quería saber nada: mandaba al diablo a mi familia; a veces hasta a mi mami. Ahora estoy aprendiendo a aceptar mi cuerpo y mis emociones y, poco a poco, mi vida ha empezado a cambiar”.

“Neta: era una maldición ir a la escuela. Todos me veían feo y no sabía qué hacer. Ahora empiezo a hacer amigos y a ver que no me odian, nada más era cuestión de empezar a

relacionarme con los demás. No son gente mala ni quiere hacerme daño, sólo no sabía cómo estar con los demás”.

EL ENOJO

“No podía con mi coraje. Todo el tiempo explotaba y en muchas ocasiones me di de ‘madrazos’ con los compañeros de clase. No me iba a dejar que me insultaran o se burlaran de mí, así que a ‘chingarle’. El problema es que explotaba en todos lados y en todo momento. Mis padres me decían que no tenía control de mí mismo y que no podía seguir así. Con las experiencias en campo adquiridas a lo largo de praxis, me doy cuenta que no está mal que me enoje, sino que aprenda a control mi coraje. No puedo decir que lo logré, pero al menos ya me doy cuenta de que se sale de control”.

“Me di cuenta que mi coraje no era con la gente que vivía conmigo, sino con la vida. Todo el tiempo andaba de ‘jeta’ y pues yo creo que los hartaba con mi pinche cara. A veces mi padre me decía que si salía con ellos e iba con esa “pinche jeta”, mejor ni fuera, que me quedara en la casa. Hoy he cambiado mi cara y ya me gusto más la vida. Veo que la vida, pues sí está chida. Como que la vida me la debía y ahora con esta experiencia aprendí que es la vida la que me pregunta y no yo a ella”.

“Pues yo estaba muy enojado con mi papá porque nunca estaba conmigo, todo el tiempo se la pasaba en el trabajo. En esta escuela me di cuenta que pues eso lo hace para mantenernos y que, pues, pagar todo lo que paga, cuesta trabajo. Me di cuenta que ganar el dinero no es fácil y que hay que ‘chingarle’ para tener lo que tenemos. Ahora quiero a mi papá y, a veces, pues ya platicamos de repente”.

EL PLACER

“No, pos este tema de la sexualidad si estuvo cabrón, porque normalmente lo hablamos así ‘nomás’, sin saber y burlándonos. Ahora sé que nuestro cuerpo es ‘sagrado’ y pos´ está cabrón verlo así. Está bonito, pero pos´, está difícil, porque siempre lo había visto como malo, como algo de lo que no se podía hablar y mi padre me insultaba cuando me vestía ‘provocativa’ y me decía que parecía una puta. A mí me daba vergüenza y pos una vez me toqué ahí, ya saben, ¿verdad? Y pos´ estuvo rico. Hablar de esto me da pena, pero creo que está bien, pues usted, Maestra nos ha enseñado a tratarnos con respeto y saber que tenemos derecho a nuestro placer. Este espacio está cambiando mi vida”.

LAS CONDUCTAS DE RIESGO

“El tema del suicidio y las heridas, me pegó bien grueso Maestra, porque yo sí lo he hecho. Una vez sí me eché un friego de pastillas y ya me andaba cargando la chingada, pero pues no. Hoy sé que la vida vale la pena. También me he cortado con mis compañeras, pero pues es que, Maestra, tiene que entender que es para demostrar que uno vale. No se puede uno rajar. Además, cuando me corto, siento una sensación de dolor, pero también de placer: Como una contradicción, pero así es. Me duele y me gusta. Pero ya no quiero hacerlo porque es cierto, como Usted dice: ‘hay que cuidarnos’”.

“Maestra: me di cuenta que entrarle a las drogas, pues está cañón, porque pues sí, queda uno muy pendejo. El otro día fui a un lugar de esos en donde hay gente que le atora a la droga y no chingues, se ven muy mal, algunos, la verdad, están muy jodidos. Yo no quiero quedar así y sabe qué Maestra, neta, no le vuelvo a entrar. Esto me sirvió para ver que se puede vivir de otro modo”.

“Maestra: a mí me da mucha pena lo que voy a decir, pero muchos ya lo saben y pues Usted me da mucha confianza: yo soy como una ‘prosti’ en la escuela y los niños tienen

relaciones conmigo. Yo les hago cosas y ellos me pagan. Ya no quiero ser así Maestra. Quiero ser de otro modo, pero no sé cómo hacerle. ¿Usted me puede ayudar?”.

“Maestra: yo me fui unos días con mi novio y no sabe qué chinga fue. Ya no sabía qué hacer, pero con el trabajo realizado me di cuenta que valía la pena pedir perdón y regresar a mi casa. Mi novio era un cabrón bien hecho. No quiero más”.

EL POTENCIAL PERSONAL

“Me siento con fuerza para seguir adelante”.

“Me siento con fuerzas para echarle ganas”.

“Me siento como más fuerte”.

“Puedo aceptar mis emociones, salgan como salgan”.

“Puedo aceptar los enredos que tengo sin deprimirme”.

“Puedo aceptar mis arranques, pero poco a poco ir controlándolos”.

EL SENTIDO DE VIDA

“Veo que la vida vale la pena”.

“Mi vida tiene un sentido diferente o más bien, ya tiene”.

“No tengo un sentido, pero me gustaría”.

“Vivir con mi familia es chido”.

“Tener amigos y amigas en la escuela es neta”.

AGRADECIMIENTOS

“Maestra: siga haciendo este trabajo, me sirvió un chingo”.

“Muchas gracias Maestra, yo ni idea tenía que se podía hacer esto”.

“Maestra: hay que seguir con esto, está bien chingón”.

“Maestra: gracias por quitarnos lo pendejo”.

“Gracias Maestra: esto es la neta”.

Concluyo esta parte con una sensación gratificante, pues considero que los objetivos de mi práctica profesional se lograron a cabalidad y las expresiones de los adolescentes corroboran que se consiguió despertar en ellos un grado de consciencia que no poseían antes de participar de las experiencias de grupo.

3.1 Cinco categorías en la experiencia adolescente

Producto del trabajo realizado y según los testimonios que poseo de varios adolescentes (algunos registrados en el apartado anterior), encuentro ciertas categorías primordiales que a continuación enlisto para luego describir mis impresiones como acompañante o facilitadora del potencial personal.

Una vez configuradas diversas experiencias (mediante grupos focales y/o entrevistas), además de una recuperación fenomenológica de mi propia experiencia, con la primera tarea de conformación del grupo, procedí a hacer un análisis del material, encontrando unas categorías cargadas de información relevante, y así, me aventuré a descubrir los atributos empíricos de cada una. Además, veremos que estas categorías están ligadas en simultaneo con las potenciales de los adolescentes.

Primera categoría: acceder a la confianza. Los elementos encontrados en esta categoría con relación a la pérdida y construcción del sentido en estos jóvenes tuvieron que ver con distintos actores entre los que se encuentran, la familia, los padres, los apoyos externos y la vida misma de los adolescentes.

Respecto de la familia, los adolescentes expresan que desearían tener una familia feliz, con pocos hijos para tratarlos bien, brindarles apoyo, un trato digno, cuidados, darles consejos, confianza y enseñarles valores como el de la lealtad. En este sentido, la familia constituye un núcleo conceptual y afectivo importante en su imaginario de sentido. Ligado directamente con la familia, a los padres quisieran verlos solidarios, sin fallas, capaces de escuchar, dando consejos, explicando mejor la vida y siendo flexibles. Ellos se visualizan como los padres que encarnarán las aspiraciones que refieren.

En su realidad, que no es la que desearían según relatan, han tenido que recurrir a extraños o familiares cercanos como abuelos o padrastros y maestros en busca de relaciones cercanas. Estos actores cercanos han suplido para ellos las figuras paternas de alguna manera y son muy importantes para ellos. Por otro lado, acceder a la confianza tiene la vertiente de desear más libertad para ir a divertirse, tener nuevas experiencias y conocer otros muchachos y muchachas fuera del lugar de origen o del círculo al que están acostumbrados a frecuentar.

En síntesis, esta categoría constituye un imaginario de felicidad y confianza vinculado de manera importante, a la familia, a los padres y a otras personas cercanas.

Segunda categoría: la realidad humana y social. A diferencia de la categoría anterior, cuya naturaleza se encuentra en el imaginario, nutriendo sus expectativas de sentido en la vida, se encuentra la realidad cruda, tanto humana como social. Los padres, los “otros” y la dimensión de género, hacen presión desde lo individual y lo social sobre ellos, es decir, el sentido reaparece, pero como el reto que significa vivir bajo tales condiciones de realidad.

Antes de analizar en esta categoría a los padres, a los “otros” y la cuestión de género, quiero reseñar algunas consideraciones sobre la presión con respecto al sufrimiento en sí. La realidad tiene sus atributos de sentido, pero el sufrimiento por sí mismo constituye un enfrentamiento con la búsqueda de sentido ante la adversidad, como lo vimos en relación con los planteamientos de Viktor E. Frankl (1970). Este sufrimiento es notablemente visible en ellos, al grado de llegar a llantos profundos y sentimientos encontrados de rabia hacia quienes ejercen presión sobre estos jóvenes y compasión consigo mismos por estar en una condición tan incómoda. En algunos casos, este sufrimiento los lleva a las orillas del suicidio. La búsqueda de sentido entonces, bajo estas condiciones, cobra dimensiones existenciales profundas y de exigencia inmediata. Hay quienes logran encontrarlo, pero hay quienes siguen caminos falsos de escape. Ya veremos en la categoría correspondiente cómo se da esta dinámica.

Respecto de la presión y sufrimiento que proviene de los padres, ellos expresan que no se sienten queridos por sus padres. Los factores de pérdida y construcción del sentido reflejan que los adolescentes que no se sienten queridos por sus padres son criticados por los otros jóvenes, los juzgan, no los escuchan, los insultan, les reclaman y son indiscretos; este último fenómeno lo saben porque, entre ellos se platican situaciones sensibles de sus vidas.

Algunos adolescentes coinciden en que a sus padres se les olvida que también ellos cometieron errores, y les gustaría que recordaran lo que sintieron cuando sus padres los castigaban sin escucharlos. En algunos casos, los muchachos han sufrido abusos psicológicos y sexuales por parte de las parejas circunstanciales de las madres. En suma, estos padres, en específico, son fuente de sufrimiento en gran medida; cómo no sentirlo en esa magnitud, si a pesar de todo, sus hijos los aman significativamente.

Socialmente, los adolescentes viven bajo presión y atribulados por las reglas, teniendo que enfrentarse a una soledad crítica, al abandono, al rechazo, la poca atención, el desamor y los abusos. La sociedad, en este sentido, parece ser una extensión de los padres y del modo como sufren con ellos. Este punto es importante porque pareciera que la sociedad actúa como sustento de lo que los padres hacen y no en defensa de los

valores contenidos en el discurso social, como la solidaridad, respeto, libertad, amor, etc. La sociedad pareciera más solidaria con el modo de ser de los padres que con las necesidades de sentido de los adolescentes. Tal vez podemos pensar que los padres son traductores de las vivencias de lo social.

En relación con el género, las adolescentes se viven como mujeres que sufren y tienen grandes diferencias con el hombre a causa de una cultura que privilegia a este último. Enfrentan la infidelidad desde el noviazgo según su propia apreciación, los hombres con los cuales conviven son mujeriegos, celosos, golpeadores, subyugadores y amenazadores, usando el pretexto de que las van a dejar o que no les darán dinero. Al parecer, la imagen del hombre que refieren está relacionada con la dinámica familiar, en otras palabras, refieren estos asuntos como modelos comportamentales “normales” que no representan la vivencia de los adolescentes sino una idea de lo que acontece en las relaciones de pareja. Debido a esta situación, las adolescentes están luchando por obtener respeto, igualdad de derechos y libertad; también aspiran a divertirse sin recibir castigos ni represalias. Además, es un hecho, muy lamentable, por cierto, que se infringe más daño a las mujeres que a los hombres debido a que la cultura patriarcal crea tales condiciones.

En resumen, la realidad individual y social (debido a la manera de ser de los padres y de la sociedad en general), abona a las diferencias de género, imprime una presión que, al mismo tiempo, llega a ocasionar una pérdida de sentido que es generada por contraste y se vuelve un reto ante la adversidad. Es decir, que, ante la adversidad, subyace la posibilidad de concebir dicho infortunio como un reto para emprender nuevas acciones.

Tercera categoría: salir adelante. Analizando el resultado que arrojó el levantamiento de datos, las participantes femeninas advierten que tomarán salidas positivas antes de que se casen, ya que necesitan aprender para construir su sentido de vida. Hay una corriente de actitudes que son positivas, pues hablan de descubrir nuevos modos de encarar los problemas para salir adelante, vivir cosas nuevas y de ser

necesario, buscar apoyo. También tener más amigos, sobreponerse a lo que represente un reto, demostrar que se puede lograr una vida mejor, pero sobre todo; cuidar la salud como prioridad, lograr el respeto, la igualdad de derechos. Las mujeres dicen que optarán por dejar a su pareja si la relación no funciona para que no se repita el círculo vicioso y volver a caer en el riesgo de formar hogares disfuncionales.

En pocas palabras, las participantes expresan formas de enfrentar los problemas con actitud de querer vivir y de transmitir esta actitud al entorno. La vida y sus retos cobra sentido para ellas, al sobreponerse y encarar el futuro con actitud de construir un futuro mejor.

Cuarta categoría: soluciones falsas. Por el contrario, también hay expresiones que develan salidas peligrosas o nocivas fundadas en actitudes negativas por la pérdida del sentido de vida. Los jóvenes, dicen que es más fácil caer en las drogas o el alcoholismo, y como consecuencia, perder la salud. Perder dinero también es una conducta en que dicen incurrir, y que a veces enloquecen y llegan al suicidio como una puerta que les permite acabar con el sufrimiento. Algunos se “cortan” como una manera de sentir la adrenalina y adquirir un sentir de manera neurótica. Escapar con el novio, gritar y violentarse, también son formas de expresión alternativas del tipo que considero negativas. Es claro que, en estas expresiones descritas, subyace la tristeza, la desesperación y el vacío. Acontecen o caen en ellas, probablemente porque pierden el sentido de vida, y así logran escapar del sufrimiento y la presión que significaría mudarse al lado positivo de la vida.

Recordemos lo que Viktor Frankl (1970), vivía cuando se trasladaba a lugares imaginarios; lograba pensar en su esposa. De esta manera le era más tolerable vivir las situaciones tan terribles que vivió. Esta estrategia le resultaba valiosa, sólo que no ofrecía desastre o ataque a la vida misma, en cambio, los jóvenes buscan salidas que los lastiman.

Quinta categoría: las instituciones. El contexto humano y social que he descrito en las categorías anteriores se encuentra envuelto por instituciones que los adolescentes identifican para bien o para mal. Hablan de dos en concreto: la escuela y la Iglesia.

Respecto de la escuela, su visión es ambivalente porque, si bien, reconocen una dimensión constructiva y positiva de la escuela, también la ven como una carga. En este orden de ideas, los alumnos manifiestan sentirse forzados a asistir a la escuela, llegan tarde continuamente, dicen que no les gustan las materias, aunque están conscientes que necesitan estudiar para aprender y para “ser alguien en la vida”. Saben que habrán de esforzarse para ser independientes y ayudar a sus padres, pero no asumen la responsabilidad de lo que significa esta construcción del imaginario futuro. Dan por hecho que la escuela los ayuda *a ser alguien en la vida*, a ser independientes, a darles una carrera para sostenerse y sostener a su familia, ser dueños de su casa; en pocas palabras le ayuda a forjarse “un futuro”; sin embargo, no acaban de asumir a cabalidad su responsabilidad ante la escuela. El futuro prometido también se desdibuja según lo plantea la sociedad líquida. En otro sentido, la escuela significa también poderse divertir, hacer amigos y pasarla bien.

En cuanto a la iglesia como institución, no le dan importancia, ya que consideran que los sacerdotes son aburridos, dado que sus padres los coaccionan para asistir a misa. Algunos de ellos no creen en la religión, sea católica o cualquier otra, no se identifican en estas. En cierto momento se sienten confundidos, ya que en la escuela les hablan de la teoría de Darwin y en la iglesia de Adán y Eva y la creación del mundo, por lo que acaban diciendo que creen que hay un Dios, pero todavía no se deciden en quién o en qué creer. Por lo tanto, la iglesia no parece ser significativa en sus vidas, ni se evidencia que las instituciones religiosas les ayuden a construir su sentido de vida.

3.2 Una lectura hermenéutica

Se presenta ahora un sucinto contraste entre las teorías de Viktor E. Frankl y mis observaciones recabadas en campo. A este respecto, considero que basta con que tu creas algo para que sea real para tí, basta con que tenga un significado algo en tu vida para que sea real. Por lo anterior, presento a continuación un contraste sobre lo que pude observar en la interacción con los adolescentes que participaron del acompañamiento y las teorías frankleanas.

Tabla 1. La hermenéutica de mis observaciones

Viktor Frankl (1984)	La hermenéutica de mis observaciones
<p>Viktor Frankl pretende dar respuesta a la siguiente pregunta: “¿cómo incide la vida diaria de un campo de concentración en la mente de un prisionero primerizo?” (1984b).</p> <p>Personajes que eran muy importantes dentro de los campos de concentración llamados <i>los capos</i>, éstos eran elegidos de entre aquellos prisioneros cuyo carácter hacía suponer que serían los indicados para apoyar en las labores rudas con los prisioneros.</p>	<p>Al llegar a la Escuela Secundaria, los alumnos recién egresados del nivel de Educación Primaria se muestran, en su mayoría, tímidos e inseguros; les cuesta trabajo relacionarse con los demás compañeros de otros grados. Durante los primeros días se identifica a los alumnos que, podríamos pensar, viven con temor ante la nueva realidad. Una variante de su nueva realidad son sus cambios biológicos, psicológicos y sociales, además de su vida religiosa.</p> <p>Durante mis observaciones y registros, me pude dar cuenta de que estos adolescentes con miedo son continuamente atacados.</p>
<p>Después de viajar por días enteros en un vagón de tren, con un destino incierto, los prisioneros se hacían muchas preguntas a las que no hallaban respuesta, puesto que todos los que viajaban se encontraban en las mismas circunstancias. Al detenerse el tren y llegar a la</p>	<p>Después de cursar la educación primaria se considera que los alumnos están preparados para ingresar a secundaria. En esta fase algunos alumnos sufren un shock, pues no sólo se enfrentan al cambio de institución sino también a cambios orgánicos y familiares, etc.</p>

estación llamada Auschwitz, con un hueco en el estómago los viajeros experimentaban la primera fase denominada shock (Frankl, 1984b).

Esta serie de cambios, para algunos, demanda gran esfuerzo emocional, algunas veces les toma tiempo adaptarse y tomar consciencia de que ya están en otra etapa de su vida. Es decir, se encaran con nuevas circunstancias ante las cuales necesitan adaptarse. Por lo general, los jóvenes que sufren más esta situación son los que no están preparados en cuestión de ánimo.

En los prisioneros se apreciaba una segunda fase, es decir, después de la llegada y del primer asombro. Una fase de apatía relativa en la que llegaba a una especie de muerte emocional. La apatía, el adormecimiento de las emociones y el sentimiento de que a uno no le importa ya nunca nada eran los síntomas que manifestaban en la segunda etapa de las reacciones psicológicas del prisionero, y lo que eventualmente, le hacía insensible a los golpes diarios, casi continuos. Gracias a esta insensibilidad, el prisionero se rodeaba en seguida de un caparazón protector muy necesario (Frankl, 1984b, pp. 30 y 32).

Algo similar encontré en los adolescentes, que es análogo a la segunda fase, en la cual algunos adolescentes muestran apatía. Les da igual tener reportes, las llamadas de atención por parte del personal docente, prefectura, Trabajo Social o sus padres. Es decir, "les vale", como ellos dicen, escuchar el sermón pues *ya se lo saben de memoria*. Y aunque pareciera que se conmueven, en el momento en que alguna palabra logra tocar algún punto de sus emociones, luego vuelven a su postura de "no me importa", "no me duelen tus palabras" (caparazón).

En cuanto a la realidad humana, surge como resultado del grupo de trabajo, adolescentes que viven bajo presión, que no les gusta su casa ni la escuela. Que asisten a clases de manera forzada, de tal forma que la escuela les sirve como un pasatiempo o un refugio. De inicio, los padres no se los llevan a trabajar, por lo que, al no asistir a clase, para no experimentar la soledad que viven en sus hogares, se reúnen con otros para crear algunas redes; con quien sea. La mayoría,

cuando tienen padres o tutores, estos trabajan, por lo que los muchachos la pasan solos en sus casas o en la calle, o si tienen suerte, en casa de algún amigo que tenga internet y ahí se juntan para ingresar a las redes sociales.

Viktor Frankl (1984b), menciona que los *capos* les llamaban cerdos. Recuerda que aun con lo poco que poseían, algunos de los presos se ayudaban entre sí. Menciona que había momentos en que la indignación podía surgir, incluso en un prisionero aparentemente endurecido, indignación no causada por la crueldad o el dolor, sino por el insulto al que va unido, “Aquella vez, la sangre se me agolpó en la cabeza por verme obligado a escuchar a un hombre que juzgaba mi vida sin tener la más remota idea de cómo era yo” (1984b, p. 36).

Los adolescentes comentan cómo son criticados, aun por sus propios padres, como ya lo he mencionado, viven en hogares inseguros o en familias reconstruidas, en donde la autoridad la ejercen, en ocasiones, las parejas temporales de los padres. Esto les causa indignación puesto que las parejas de los padres, frecuentemente los critican sin conocerlos, los agreden de manera física o verbal, sin pasar por alto que no son sus verdaderos padres. Les imponen reglas sin tomar en cuenta que se sienten rechazados por la poca o casi nula atención que les prestan o que les queda, algunos sólo lloran o fingen que no les duele, reflejando esto en la escuela.

Una de las adolescentes compartió que sufrió abuso por parte de su padrastro. Otras adolescentes se atreven a platicar que han sido acosadas por los hermanastros o padrastrros, así como abusadas sexualmente por sus hermanos. En contraste, una de ellas narró que su caso fue diferente, su padrastro la crio desde que era una bebé y cuando ella tenía 9 años, lo mataron y llora al acordarse. Al poco tiempo de fallecido su padrastro, su madre optó por juntarse con una nueva pareja, pero renta dos casas, en una deja a sus hijos y ella se va a

	<p>dormir con su pareja a la otra casa que, por cierto, “solo divide una pared”, según palabras de la adolescente que lo narra. Lo que desconcierta a esta adolescente es que ella, cuando le cuenta a su madre lo que le sucede esta, a su vez, lo divulga a vecinos, amigos, etc. Y no sólo ella, los demás adolescentes que conforman el grupo focal coinciden en este punto. Esto hace que pierdan la confianza en sus padres o tutores.</p> <p>Los varones del grupo participan menos al narrar sus vivencias.</p>
<p>En el lugar en el cual se encontraba recluido Viktor Frankl, reinaba la apatía, el principal síntoma de la segunda fase como un mecanismo necesario de autodefensa;</p> <p>La realidad se desdibujaba y todos nuestros esfuerzos y todas nuestras emociones se centraban en una tarea, la conservación de nuestras vidas y la de otros compañeros. Era típico oír a los prisioneros, cuando al atardecer los conducían como rebaños de vuelta al campo desde sus lugares de trabajo, respirar y decir bueno ya pasó el día (1984b, p. 37).</p>	<p>¿Cómo ven los adolescentes a las Instituciones? Similar a un campo de concentración, puesto que les amenazan, en sus casas están sin querer, a la escuela asisten forzados, la mayoría coinciden en que no les gustan las clases o los maestros les resultan muy aburridos y ven pasar los días por cumplir, ya que asisten a la escuela sólo porque sus padres los mandan y así sucede con otros lugares a donde los padres los envían.</p>
<p>Algunos de los colegas de Viktor Frankl que se encontraban en el mismo campo de concentración y que habían estudiado psicoanálisis, solían hablar de la “regresión” del internado en el campo; “una retirada a una forma más primitiva de vida mental. Sus</p>	<p>Es paradójico cómo los adolescentes sueñan con salir adelante en sus vidas y estudiar una carrera para ser independientes, divertirse, ayudar a sus padres, poseer su propia familia y ser mejores padres, pero no les gusta cumplir con sus responsabilidades actuales.</p>

apetencias y deseos se hacían obvios en sus sueños” (1984b, p. 37).

Frankl (1984b), reseña que “cuando los prisioneros sentían inquietudes religiosas, éstas eran las más sinceras que cabe imaginar y, muy a menudo, el recién llegado quedaba sorprendido y admirado por la profundidad y la fuerza de las creencias religiosas” (p. 43).

En cuanto a las creencias religiosas de estos adolescentes, resultaban irrelevantes, ya que para ellos la religión no era importante. Mencionan que los sacerdotes son aburridos, que no les gusta que sus padres les obliguen a asistir a misa y como dicen, “no me identifico” con la religión.

Sólo una de las adolescentes del grupo focal estuvo en contra de las opiniones del resto del grupo al mencionar que la mayoría de nosotros somos unos hipócritas, pues solo acudimos a Dios cuando lo necesitamos.

El amor es la meta última y más alta a que puede aspirar el hombre. Fue entonces cuando aprendí el significado del mayor de los secretos que la poesía, el pensamiento y el credo humano intentan comunicar; la salvación y a través de la salvación del hombre está en el amor y a través del amor comprendí cómo el hombre, desposeído de todo en este mundo, todavía puede conocer la felicidad -aunque sea solo momentáneamente (Frankl, 1984b, p. 46).

Como resultado del grupo focal, los adolescentes se referían a lo que denominaron salidas positivas. El hecho de tener la necesidad o el entusiasmo después de haber tenido conversaciones y encuentros entre ellos, admitieron que necesitaban salir adelante, y para ello necesitaban aprender, encarar sus problemas, buscar el apoyo de otros, y en caso de no encontrarlo en sus padres, tenían otras opciones como lo son maestros o personas que se encuentren en posibilidades de apoyarlos para seguir adelante y orientarlos a cuidar su salud como algo primordial para aprender a quererse a sí mismos.

El arte de vivir, pues aun en un campo de concentración es posible practicar el arte de vivir, aunque el sufrimiento sea omnipotente. Cabría establecer una analogía, el sufrimiento del hombre actúa de modo similar a como lo

Compartieron que en ocasiones, sí pensaban en salidas negativas, sobre todo cuando estaban muy solos o tristes, que siempre habrá

hace el gas en el vacío de una cámara, ésta se llenará por completo y por igual cualquiera que sea su capacidad.

Analógicamente, el sufrimiento ocupa toda el alma y toda la consciencia del hombre tanto si el sufrimiento es mucho como si es poco. Por consiguiente, el “tamaño del sufrimiento humano es absolutamente relativo, de lo que se deduce que la cosa más mínima puede originar mayores alegrías” (Frankl, 1984a, p. 52).

quien les ofrece alcohol, drogas, o sentir alivio al cortarse, claro para llamar la atención o sentir placer, aunque la salida a la que la mayoría de las adolescentes recurren es fugarse con el novio.

El hombre no puede ahorrarse encarar su condición humana, incluyendo lo que yo llamo la tríada trágica de la existencia humana, dolor, muerte y culpa. Por dolor quiero decir sufrimiento; por los otros dos entiendo la doble faceta de la mortalidad y la falibilidad humana (...) el temor a envejecer y a morir inunda la cultura actual. Tengo la convicción de que el carácter transitorio de la vida no le priva a ésta en lo más mínimo de sentido (Frankl, 1984a, p.43).

Según los adolescentes, cuando le cuentan cosas privadas a sus padres y éstos las revelan, surge en los alumnos, por una parte, la culpa, y si no les cuentan, los regañan. Sin embargo, por lo general, cuando los adolescentes les comparten a sus padres cómo están, éstos los defraudan y entonces surge el sufrimiento. Muchos de ellos sienten la necesidad de cortarse, de refugiarse en las drogas, el alcohol, o de plano, suicidarse, para terminar con el sufrimiento.

El hombre ha de aceptar su finitud en sus tres aspectos, ha de afrontar el hecho de que ha fracasado; que sufre y que ha de morir. Es un principio de la logoterapia que es posible encontrar el sentido de la vida no sólo a través de la actuación o de la vivencia de los valores, sino también a través del sufrimiento” (...). Lo que importa, por consiguiente, es el

planteamiento que adopta en su desgracia (Frankl, 1984a, p.45).

Lo que amenaza al hombre es su culpa en el pasado (falibilidad) y su muerte en el futuro. Ambas son inevitables, ambas deben aceptarse. Es la aceptación de esta finitud humana lo que añade a la vida la característica de ser digna de vivirse, puesto que sólo frente al sentimiento de culpa tiene sentido mejorar y sólo frente a la muerte tiene sentido actuar (Frankl, 1984a, p.46).

Se concluye esta sección, reconociendo que lo expuesto sobre estas líneas, representa la interpretación de los hechos desde mi particular marco de referencia, fue pues, un ejercicio hermenéutico el que posibilitó formular las asociaciones teórico-empíricas presentadas en este apartado.

CAPÍTULO IV. PROSPECTIVA SOCIAL Y DEL EJERCICIO PROFESIONAL

Me puedo sumar a un descubrimiento que hoy observo y que considero es fundamental; si las personas -y en particular los adolescentes-, cuentan con un sentido de vida, pueden enfrentar cualquier situación de su existencia. Esta idea no es novedosa, ya la refería en varios escritos Viktor E. Frankl (1984b: 1988: 1994), quien, a su vez, lo tomaba de un texto de Nietzsche (1979: 1998): quien tiene un porqué o para qué, es capaz de cualquier cómo. Esta potente idea resulta muy valiosa en la vida cotidiana de todos, incluyendo los clientes. Lo anterior no quiere decir que, por contar con un sentido en la vida, la persona estará exenta de situaciones dolorosas, ni que evadirá tropiezos o fracasos en su vida, sino más bien, que tendrá mayores recursos para afrontarlos; en otras palabras, tendrá una actitud que le permita enfrentarlos de manera creadora.

4.1. La mejora en el desarrollo profesional

El sentido de vida no es un sustituto o analgésico ante el dolor o la rabia, ante la injusticia o la alienación, se parece más a una luz que ilumina la existencia, ya sea en creación, en recibimiento o en afrontamiento. Lo novedoso que he hallado, es que, si este sentido se clarifica en los adolescentes, a partir de ahí, su vida tendrá un significado valioso que alimenta valores que podrían orientar sus rumbos y su vida. Esta idea me lleva a promover experiencias en campo sobre el sentido de vida para los adolescentes y también, charlas y encuentros en las escuelas donde se encuentran los adolescentes, pues esto apoya y enriquece en la práctica, las propuestas con las que comulgo.

Si fomentamos el sentido de vida en los adolescentes, contaremos con personas más capaces de crear y afrontar la vida, con las diversas formas en que ésta aparezca. Me gustaría sugerir en las escuelas, tanto secundaria como preparatoria, que esta propuesta (u otras semejantes), se pusieran en práctica, pues así haríamos una

aportación más rica para nuestros adolescentes y para la sociedad en que vivimos. A lo largo de mi práctica he podido constatar lo benéfico que resulta acompañar a quienes suelen carecer de una compañía que les sea benéfica; nuestros adolescentes. Por mi parte, me enriquezco cada vez que realizo estas actividades, y hoy, así lo ha sido.

Es clave que me siga preparando en varios aspectos, y sobre todo, seguir ligando mi crecimiento personal y mi crecimiento profesional, convirtiendo esto en un círculo virtuoso: un enriquecimiento en forma de espiral creadora. No abandonar mi terapia de supervisión, pues ella coopera a que no me estanque y me permite revisar los momentos en que el trabajo terapéutico y de acompañamiento se estanca por mi propio proceso, así como distinguir cuando el trabajo se atora por la situación del cliente. Este aspecto es muy importante para distinguir lo que pertenece al cliente, lo que me pertenece a mí y lo que pertenece al proceso terapéutico; ya sea en teoría o en la práctica. Continuar con lecturas de los clásicos para volver a nadar en sus ideas y, al mismo tiempo, leer novedades, ya sea del Enfoque Centrado en la Persona o bien, novedades con respecto a otras propuestas de trabajo. En fin, quiero que la realización de mi trabajo siga alimentando el potencial de mis clientes, su sentido de vida y la apuesta por la vida en libertad a través de promover la esperanza en nuestra existencia.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

5.1 Elementos conclusivos de la intervención

A continuación, enlistaré algunos elementos que durante mi trayectoria profesional he observado. Constaté que la creación del clima psicológico de seguridad, como lo señala Vargas (2015) permite, realmente, que los adolescentes se sientan escuchados y desarrollen la capacidad de comunicar sus emociones y vivencias íntimas tal como plantea el Enfoque Centrado en la Persona de Rogers (1977). Vamos por partes.

Comprobé que existe una bondad intrínseca en los adolescentes y que a veces la precariedad en la comunicación es la que limita el que los adultos nos comuniquemos con las nuevas generaciones, pues lo central es aprender a escucharlos desde su propia versión. Es confirmar que ellos también tienen una historia que contar como lo afirma Polster (2003), al verificar que cada persona tiene una historia valiosa que narrar.

Observé cómo, al realizar la *epojé*, tal como lo inició Husserl (2013) y más tarde lo planteó Jarquín (2017), aplicada a los procesos de acompañamiento, me fortalecía para colocar entre paréntesis mis prejuicios y así, no hacer juicios que los descalificaran o desconfirmaran, cumpliéndose así la tercera condición relacional que Rogers (1977) sugiere desde el Enfoque Centrado en la Persona (ECP): que la aceptación positiva incondicional fuera percibida por ellos, y de esta manera, se manifestaran de manera más libre, auténtica y genuina. Cumplir con esto, me llevó a observar que la autenticidad sólo se alcanza como vivencia relacional, es decir, la persona se vuelve *verdadera* delante del otro, según lo reseña también Kierkegaard (2010). De manera muy clara he podido constatar, cómo, al cumplirse esto en la vivencia de los adolescentes, la propuesta del Enfoque existencial ha nutrido la visión rogeriana y al movimiento del Desarrollo Humano; la persona, al expandir su conciencia, se hace responsable de su existencia y así, se vuelve genuina.

Sin embargo, también he de comentar que me sorprendí al ver la forma en que los adolescentes, una vez que avanzan en este clima de calidez, eran (y son) capaces de entregarse con toda disponibilidad a los ejercicios y actividades a fin de descubrir sus emociones y, por supuesto, sus responsabilidades en la vida cotidiana. La vivencia de las emociones, que son las que nos colocan en el presente; no en balde en la tercera etapa del ECP, se le conoció como terapia experiencial, ya que promovía, precisamente, la vivencia de las emociones (Gondra, 2011).

Puedo decir, ante cualquiera, que caen por tierra las creencias del imaginario social que afirma que los jóvenes son desobligados, que no les importa nada, que no quieren responsabilidades y que no les interesan los demás, pues a lo largo de mi práctica, he podido observar lo contrario. Una vez que avanzan en sus procesos, se comprometen con una causa superior a ellos, se comprometen con aquello que vale la pena desde su mirada, les importa la causa de la justicia, la solidaridad y otros valores. En particular, hubo dos valores que me sorprendieron, su capacidad para pensar y exigir que se les respetara su criterio y su entrega a la vida del amor, sobre todo en los grupos en que participaban.

Una de las teorías del desarrollo, centrada en el avance del pensamiento, es la que propuso Piaget (1969), quien coloca el nivel más alto de las operaciones del pensamiento la época de la adolescencia y habla, justamente de las operaciones abstractas, que tienen que ver con la capacidad de pensar y razonar. Es el momento de ir formando un criterio propio. Este avance en el pensamiento permite al adolescente cuestionar los valores y creencias en los que fue educado y, así, confrontar aquellos que no le pertenecen y se volvieron introyectos (Perls, 1985), según lo pudo desarrollar la Terapia Gestalt. Esta lucha por configurar sus propios valores y, a partir de ellos, sus propias creencias, me recuerda a Nietzsche (1998), quien veía dos tipos de hombres; a) los que vivían los valores de otros y se quedaban estancados mediocrementemente en la moral de los esclavos y b) aquellos que generaban valientemente sus propios valores y daban el salto hacia la moral de los señores.

Fui descubriendo que Fritz Perls fue un lector incansable de Nietzsche y puedo imaginar que, seguramente, se inspiró en este autor para forjar la visión que tuvo del introyecto (Perls, 1994a). Sin embargo, lo más importante fue su propuesta terapéutica para enfrentar y deshacer el introyecto, al decir de Müller-Granzotto y Müller-Granzotto (2009).

Otro de los teóricos del desarrollo, ahora centrado en la evolución centrada en actitudes básicas alternativas, es Erikson (Erikson, 2007), quien coloca en la etapa de la adolescencia, la lucha entre la identidad y la confusión de rol. El adolescente busca una integración por medio de la identidad yoica que, no es la suma de las identificaciones infantiles, sino más bien la utilización de lo aprendido y el uso de las oportunidades que le ofrece la sociedad en los diversos roles. El amor de esta etapa busca la confirmación de la identidad. Su riesgo es la confusión del rol.

Jean Lacroix (1974), un pensador francés, habla de la vivencia de la timidez en el adolescente y nos la presenta como algo normal en esta etapa, en la que el adolescente irrumpe en un mundo de emociones y vivencias que desconoce y tiene que vérselas con ellas, y no sólo eso, sino aprender a resolverlas, pues no hay camino de regreso. Sin embargo, el autor no deja de hacernos ver que, si el adolescente no resuelve adecuadamente esta vivencia y se prolonga más allá de esta etapa, se vuelve enfermiza.

Debo a Miguel Jarquín (2015) una propuesta novedosa; que es en la adolescencia, justamente, al ingresar a la capacidad del juicio crítico y de la ampliación del horizonte como iluminación de la conciencia, que la persona puede forjar un sentido de vida. Esta idea resultó muy potente, ya que puso el dedo en la llaga; si logro trabajar con los adolescentes para impulsar su ascenso a la forja del sentido de vida, seguramente sembraré en ellos la posibilidad de que su vida obtenga un rumbo y con esta orientación, puedan enfrentar el mundo que les toca vivir y cuenten con herramientas favorecedoras para el desarrollo de su potencial.

5.2 Lo adquirido en la Maestría en Desarrollo Humano

La narración, misma que hago, es testimonio de la apropiación de los conocimientos adquiridos en la Maestría en Desarrollo Humano, pues puede constatarse cuán presentes están. El primer planteamiento que está en la Maestría es hacernos comprender que somos seres inacabados y que requerimos vivir cotidianamente nuestro proceso de desenvolvimiento y toma de conciencia. Tal como lo narré apartados atrás, sigo en terapia para avanzar en mi proceso personal y no “dormirme en mis laureles”. Sé que el adormecimiento de la conciencia me amenaza, pues es muy humano querer huir de la exigencia que nos impone la existencia, sin embargo, no me dejo ganar y soy constante en mi proceso.

El segundo argumento tiene que ver con la vivencia del desarrollo del potencial que habita en mí. Éste es un tópico que constantemente está presente, pues procuro usar mis avances para contar con una vida más plena y armoniosa. Sé que no siempre lo logro y de ahí la enfermedad en que hoy me encuentro y que se acompaña de un cansancio impresionante. De nuevo, los aprendizajes están a la vuelta de la esquina y he podido constatar la presencia amorosa de mi esposo, quien está ahí, presente, atento, disponible. Es descubrir mi necesidad de “necesitar” a los demás, de ser vulnerable e insuficiente, de tal manera que así, los demás puedan velar por mí. Es aprender a recibir.

Una vez más confirmo que las narraciones previas dejan ver esta apropiación, sin embargo, abundaré y lo haré siguiendo algunos de los conceptos básicos del Enfoque Centrado en la Persona (ECP) en lo que se refiere a la persona y su despliegue del potencial.

El proceso de convertirse en persona: considero que tal vez, la idea más potente de este movimiento para convertirse en una terapia de orientación existencial es la introducción del concepto de proceso. Es importante comprender que Rogers (1977) sigue, por una parte, sus observaciones empíricas, las cuales le llevan a constatar en la

experiencia real del cliente, la vivencia de un proceso y más tarde lo confirma leyendo a Kierkegaard (1969: 2010), quien ha dedicado un minucioso trabajo a este acto de conversión interior. Esta vivencia la he podido constatar en la psicoterapia y el acompañamiento con mis clientes de todas las edades: hay un proceso de conversión que hace que mi trabajo no sólo sea una modificación de conducta o de ideas, sino un cambio en el orden de la existencia, en el modo de ser-en-el-mundo.

El organismo humano pleno: en la medida en que el cliente avanza en su proceso, su organismo se va sumando en su acción como totalidad. Poco a poco, el cliente acepta sus emociones, acepta las emociones reprimidas o escondidas, acepta las contradicciones, y así, va avanzando en su aceptación total de sí mismo, de tal manera que su organismo va actuando en una unidad que no desprecia ninguna de sus partes ni de sus emociones o pensamientos, sino que las integra como unidad (Rogers, 1977).

La coherencia psicológica: Rogers trabaja en comprobar que, al avanzar el cliente en su proceso, empieza a emerger una coherencia entre el sí-mismo y la realidad empírica del cliente. Cada vez se unen más, su sí-mismo ideal con su sí-mismo real, lo cual permite a la persona concebirse como una totalidad que funciona ante el mundo. Cada vez es menor la lucha interior de lo no aceptado contra lo aceptado. Se rompe la dicotomía entre lo bueno y malo, que colabora a no aceptar ciertas partes nuestras o bien, aquellas partes que resultan amenazantes. En mi trabajo como acompañante resulta muy gratificante observar estos avances y mirar cómo los clientes empiezan a vivir una paz interior, lo cual no quita sus luchas por los avances de conciencia.

El concepto de la persona que funciona plenamente: llegar a esta vivencia, es alcanzar un momento maravilloso de la existencia. Este momento describe la unidad total del organismo en su función: todo él, al servicio de la persona. Aquella insistencia del enfoque existencial de vivir el “aquí y ahora”, se cumple en este momento, ya que la persona no está dividida para nada: existencialmente está entregada al momento que vive en su totalidad. Rogers espera esta vivencia con las siguientes palabras: “ser en la conciencia aquello que es en la experiencia” (Rogers, 1977, p. 157), idea que toma de Kierkegaard: “uno quiere ser uno mismo” (Kierkegaard, 1969, p. 48.). Me resulta tan

gozoso ver cómo mis clientes aprenden a vivir, poco a poco, de esta manera y cómo esto influye en su vida diaria y en las personas que conviven con ellos.

Las características de la persona después del acompañamiento: estas tres vivencias con increíbles: a) la apertura a la experiencia anuncia la vivencia en que la persona se va disponiendo cada vez más a recibir lo que la vida coloca al alcance de su mano, ya no pelea con lo que llega a su existencia, ya no se opone a experimentar lo que llega a su conciencia; b) la vida existencial expresa la vivencia como un fluir constante; la vida no es sólida, sino un hacerse constantemente, de tal manera que la persona sólo se petrifica cuando no se acepta y tiene miedo de alguna de sus emociones o componentes y pelea con ellos; una de las mejores formas de “ganar” esta batalla, es convirtiéndose en piedra, no sentir. En cambio, en la forma existencial, la persona se suaviza y da la bienvenida a la vida; c) confianza en el organismo; que denota la aceptación del propio organismo como algo valioso que aporta sabiduría a la vida de la persona; ésta puede confiar en los mensajes que su organismo le da. Esta vivencia es sorprendente, pues para alcanzarla, hay que avanzar en el proceso propio, ya que la sociedad la socaba constantemente con mensajes como; “lo que sientes no es verdad”, “no sabes si tu sensación es válida”, etc. Aprender a confiar en el nuestro organismo es fruto de la vivencia de integración.

Constantemente tengo oportunidad de valorar en mis clientes estos avances, así como sus luchas por conquistar sus personas. El trabajo con mis clientes se ha vuelto un camino de retroalimentación personal, pues con su crecimiento, también crezco yo. Su apertura al mundo, a las personas y a sí mismos, me impulsa a mi propia apertura a las experiencias que vivo. A su vez, mi crecimiento como persona, enriquece mi práctica como acompañante, ya que ahora soy una compañera de viaje que se atreve a ir de la mano con sus clientes, sin querer imponerles un estilo de vida que no es suyo, ni imponerles un ritmo que tampoco les pertenece. Además, si tomamos en cuenta el tema central de mi trabajo: el sentido de vida, puedo ver que estos dos movimientos, el del Enfoque Centrado en la Persona y la Logoterapia, aunque cuentan con diferencias importantes, si sumamos lo que aportan al desarrollo existencial de la persona, son sumamente valiosos y con mi práctica he podido constatar la posibilidad de usarlos al servicio de.

5.3 Otras consideraciones conceptuales

Podemos pensar que, el Desarrollo Humano, heredero el movimiento de la Psicología Humanística Norteamericana y enriquecido con la visión mexicana (Lafarga, 1996b), aborda otros temas como la libertad (May, 1988), la responsabilidad (Yalom, 1984), el amor a sí mismo y a los otros (Fromm, 2008), los valores “ser”, en la terminología de Maslow (1993), la autenticidad (Bugental, 1965), el énfasis en la vida grupal (Barceló, 2003). También están las aportaciones mexicanas, la formación centrada en la comunidad (Gómez del Campo, 1999), el quehacer en educación (Moreno, 1983) y las aportaciones en la musicoterapia de Muñoz (2008).

Desde mi perspectiva, considero que a lo largo de este documento se manifiesta la apropiación de conocimientos propios del Desarrollo Humano, conocimientos que además se ven enriquecidos con teorías y propuestas de trabajo relativas a corrientes filosóficas como son el humanismo y el existencialismo, en las que encontramos la esencia del enfoque de trabajo centrado en la persona, que a su vez se localiza en el Desarrollo Humano. De esta forma, puedo decir que las intervenciones que realizo en el ámbito de mi desempeño profesional están impregnadas de manifestaciones de lo que me acontece emocionalmente cuando me encuentro en contacto con mis consultantes, manifestaciones emotivas que he aprendido a expresar en tiempo presente, es decir, cuando me suceden -siempre que considere que facilitarán la clarificación de las experiencias de los consultantes-. Así mismo, después de largas jornadas de trabajo personal y mediante vivencias de sufrimiento como la que hoy me aqueja, creo que he logrado un profundo grado de empatía con las personas que acompaño, pues la vulnerabilidad que hoy me cimbra es un componente relacional potente para conectarme con los otros.

Para concluir con esta reflexión, expresaré que, con el tiempo y la experiencia acumulada durante los años de trabajo, hoy encuentro a la criatura humana como una entidad que me inspira profunda admiración, respecto y afecto, sin decir con ello, que siempre sea así. Sin embargo, creo que la exposición a tantísimas

vivencias, ha ampliado mi facultad de acoger al otro desde una consideración que trasciende juicios y conductas, para enfocarme en la persona total que se construye a partir de su propia historia, aunque a veces, esa manera de construirse atente contra lo que nombramos bien.

5.4 La vivencia al construir el Reporte de Experiencia Profesional

Mi vivencia la puedo puntuar, básicamente, como una experiencia de constatación, descubrimiento, sistematización y perspectiva.

Constatación: es muy gratificante para mí, constatar que los aprendizajes que he tenido como terapeuta/acompañante, se vieron reflejados al escribir el Reporte de Experiencia Profesional (REP), pues pude observar mi capacidad para recuperar mi práctica, la teoría que he venido aprendiendo y mi historia. El REP es fruto de mi vida cotidiana. Y si bien, puedo decir que focaliza mi experiencia con adolescentes, también representa veinte años de trabajo puestos en palabras. En concreto: me di cuenta todo lo que sé del movimiento del Desarrollo Humano, pues casi escribía de memoria y luego confirmaba las fuentes. He leído mucho sobre el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), así que era recordar lo que sabía y confirmar que lo pongo en práctica constantemente.

Descubrimiento: me hallé atrapada en un manojo de emociones que me ilusionaban y al mismo tiempo, me enojaban y entristecían. La ilusión nacía del gozo que me daba escribir y avanzar. Cada palabra era una luz que se iba encendiendo e iluminando el camino por donde avanzaba el escrito, como si estuviera construyendo un sendero que, al recuperar el pasado sembrara en el presente, el fruto de la esperanza.

La tristeza brotaba al sentir el dolor de la enfermedad que me atosigaba y el cansancio que me paralizaba. Es muy difícil para mí aceptarme enferma y cansada. Estoy acostumbrada a ser proactiva y sentir que requiero hacer pausa, me duele.

Sistematización. Poner un poco de orden en mi vida laboral con el pretexto de una labor en la que soy experta y que llevo tantos años trabajando, me confortaba enormemente. Sé que tengo un modelo que sigo a partir de mi formación y mi trabajo personal, sin embargo, sentarme a escribir y ver el orden que brotaba de ese escrito, me entusiasmaba y hoy, al terminar, me llena de alegría. Veo en la labor de sistematización un gran avance ya que normalmente no lo hago. Aunque escribo mucho, no siempre recupero de manera ordenada lo que hago en consulta. Hoy veo que esta labor es fundamental para el avance de la ciencia.

Perspectiva. Con el avance del escrito se me iba ampliando el panorama, al ver cómo se ligaban unos temas con otros, unas vivencias con otras y sobre todo, me hacían ver que lo que estaba haciendo valía la pena. No puedo perder de vista que escribir es un trabajo arduo, doloroso y al mismo tiempo magnífico. Al iniciarlo, jamás me lo imaginé. Hoy, mi horizonte es más amplio y más rico.

Cuando ingresé a la Maestría en Desarrollo Humano jamás me hubiera imaginado todas las aportaciones que iba a hacer en mi vida personal. Esta mirada que me lleva a focalizar el potencial de las personas ha sido sumamente sanadora y enriquecedora, pues he aprendido a valorar a las personas, a encontrar que siempre hay algo valioso en cada ser humano y digno de ser tomado en cuenta. Puedo decir que la maestría trajo a mi existencia el descubrimiento de la bondad básica en la vida.

Termino esta sección escribiendo desde lo más profundo de mi ser para reconocer que, sí bien es cierto, que el Desarrollo Humano salvó mi vida, hoy es un estilo de vida que por momentos creo que no me alcanza para encarar las tempestades de mi existencia. Hoy que me vivo de cara a una situación límite que me desgarrar, encuentro un sentido de vida en el sufrimiento. En esta situación vislumbro un trozo de diamante que se sintetiza así: creo que a veces es preciso rendirse ante la vida, pues en algún momento de la existencia, irremediablemente la vida nos doblegará, y cuando en situaciones como la que atravieso, llegamos a entender esto, considero que la vida puede tornarse cargada de posibilidades; será tarea de vida para mí reconocermé muriendo y renaciendo a cada momento.

5.5 Notas finales

Inicio esta sección reconociendo mi interés por que este documento sea un trabajo inspiracional que sirva como guion de un libro que tendrá una mística de servicio para familias e instituciones al servicio de la educación del corazón.

Una vez terminado mi trabajo, quiero presentar algunos comentarios finales:

Constato con gran gozo, la unión que hice en mi trabajo entre la utilización del ECP y la Logoterapia, ya que por un lado pude usar las condiciones básicas que sugiere Rogers en la creación del clima de seguridad psicológica y, por otro lado, enriquecer el sentido de vida de los adolescentes mediante el acompañamiento realizado en mi labor en campo.

Considero que realizar este tipo de intervenciones facilitadoras y colocarlas al alcance de las personas que lo necesitan, se vuelve esperanzador, pues los resultados fueron óptimos.

Confirmando el valor teórico de los dos modelos de acompañamiento como opciones viables para el trabajo de intervención con todo el sustento epistemológico con el que cuentan.

Aprecio enormemente la formación que me aportó el programa de Maestría en Desarrollo Humano, pues él amplió mi horizonte y enriqueció mis habilidades para el trabajo de acompañamiento que realizo.

REFERENCIAS

- Ascencio de García, L. (2005) "Logoterapia orientada a los grupos Estructurados y Semi-estructurados". México: SMAEL.
- Barceló, B. (2003). *Creecer en grupo. Una aproximación desde el Enfoque Centrado en la Persona*. Bilbao: Desclée de Brouwer. Colección Serendipity.
- Bugental, J. F. T. (1965). *The Search for Authenticity. An Existential-Analytic Approach to Psychotherapy*. New York: Holt, Rinehart and Wiston, Inc.
- Domínguez, X. M. (2000). *Viktor E. Frankl*. Madrid: Fundación Emmanuel Mounier. Colección Sinergia. Serie Verde.
- Erikson, E. H. (2007). *Sociedad y adolescencia*. Traducción de Andrés Martínez Corzos. México: Siglo veintiuno.
- Fabry, J. B. (2005). *La búsqueda de significado. La logoterapia aplicada a la vida*. México: LAG. Colección Sentido.
- Fizzotti, E. (2006). *De Freud a Frankl: el nacimiento de la logoterapia. Guía teórico-práctica para quien busca el sentido de la vida*. Traducción de Lucía Armella. México: LAG. Colección Sentido.
- Fortiz. (31 de mayo de 2012). "Logoterapia y Análisis Existencial". Obtenido de <https://lalogoterapia.com/el-hombre-y-la-busca-del-sentido/>
- Frankl, V. E. (2006). *Las raíces de la Logoterapia. Escritos juveniles. 1923-1942*. Buenos Aires: San Pablo. Primera reimpresión.
- Frankl, V. E. (2001a). *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre psicoterapia*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (2001b). *En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano*. Traducción de Héctor Piquer Minguijón. México: Paidós mexicana.
- Frankl, V. E. (1994). *Logoterapia y Análisis Existencial. Textos de tres décadas*. Barcelona: Herder. Segunda edición.
- Frankl, V. E. (1988). *La voluntad de sentido*. Traducción de la Fundación Arché, dirigida por Máximo J. Eckel. Barcelona: Herder.

- Frankl, V. E. (1987). *El Hombre Doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1984a). *Psicoterapia y humanismo*. Traducción de Alfredo Guera Miralles. México: FCE. Segunda reimpresión.
- Frankl, V. E. (1984b). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder. Quinta edición.
- Frankl, V. E. (1982). *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Traducción de Marciano Villanueva. Barcelona: Herder. Segunda edición.
- Frankl, V. E. (1970). *Psicoanálisis y existencialismo*. Traducción de Carlos Silva. México: FCE. Quinta reimpresión
- Fromm, E. (2008). *El arte de amar*. Traducción de Noemí Rosenblatt. México: Paidós.
- Fromm, E. (1976). *Psicoanálisis de la sociedad contemporánea. Hacia una sociedad sana*. Traducción de Florentino M. Torres. México: FCE. Décima primera reimpresión.
- Fromm, E. (1971). *El miedo a la libertad*. Traducción de Gino Germani. Buenos Aires: Paidós.
- Gómez del Campo, J. (1999). "Psicología de la Comunidad". México: Plaza y Valdés.
- Gondra, J. M. (2011). *La psicoterapia de Carl R. Rogers. Sus orígenes, evolución y relación con la psicología científica*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Guillaume, P. (1976). *Psicología de la Forma*. Traducción de Angélica Beret. Buenos Aires: Psique.
- Heidegger, M. (1962). *El ser y el tiempo*. México: FCE. Segunda edición.
- Husserl, E. (2013). "Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica. Libro Primero. Introducción general a la fenomenología pura. Nueva edición y refundición integral de la traducción de José Gaos por Antonio Zirió Quijano. México: UNAM/IIF/FCE.
- Jares, X. R. (2009). *Pedagogía de la convivencia*. Barcelona: Graó/IRIF. Tercera reimpresión.
- Jarquín, M. (2017). *El humanismo: la rebelión de la esperanza*. Culiacán Rosales: Universidad NEXUM de México.

- Jarquín, M. (2015). *Hacia una Poética del Otro. 2. La educación: El florecer de la existencia*. Zapopan: Yoltéotl.
- Jarquín, M. (2013). *La comunicación: Revelación de una existencia*. Zapopan: Yoltéotl. Cuarta edición.
- Jaspers, K. (1996). *La filosofía*. México: FCE.
- Jaspers, K. (1969). *Entre el destino y la voluntad*. Madrid: Guadarrama.
- Jaspers, K. (1967). *Psicología de las concepciones del mundo*. Madrid: Gredos.
- Kant, I. (1984). *Crítica de la razón práctica*. Madrid: Espasa-Calpe. Tercera edición.
- Kierkegaard, S. (2010). *Post Scriptum no científico a «Migajas Filosóficas»*. Traducción de Javier Teira y Nekane Lagarreta. Salamanca: Sígueme.
- Kierkegaard, S. (1969). "La enfermedad mortal o de la desesperación y el pecado". Traducción de Demetrio G. Rivero. Madrid: Guadarrama.
- Kirst-Ashman K. & Grafton, (2007). *Understanding Generalist practice*, USA: Editorial brooks/Cole Cengage Learning.
- Koffka, K. (1973). "Principios de Psicología de la Forma". Buenos Aires, 1973.
- Lacroix, J. (1974). "Timidez y adolescencia". Traducción de Marta Nieves Faura. Barcelona: Fontanella. Tercera edición.
- Lafarga, J. (2013). *Desarrollo Humano. El crecimiento personal*. México: Trillas.
- Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (Compiladores). (1996a). *Desarrollo del Potencial Humano 1. Aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas.
- Lafarga, J. (1996b). "Antecedentes del enfoque centrado en la persona en México". En Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (Compiladores). (1996). "Desarrollo del Potencial Humano 3. Aportaciones de una psicología humanista". México: Trillas. Tercera reimpresión.
- Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (Comps). (1996c). *Desarrollo del Potencial Humano 4. Aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas. Tercera reimpresión.
- Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (Compiladores). (1992). *Desarrollo del Potencial Humano 3. Aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas.

- Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (Compiladores). (1991). *Desarrollo del Potencial Humano 2. Aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas. Primera reimpresión.
- Landsberg, P-L. (2006). *Problemas del personalismo*. Traducción de Carlos Díaz. Madrid: Fundación Emmanuel Mounier.
- Lukas, E. (2000). *También tu sufrimiento tiene sentido*. México: LAG. Colección Sentido.
- May, R. (1988). *Libertad y destino en psicoterapia*. Traducción de Luis Martínez Gómez. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Maslow, A. (2002). *La amplitud potencial de la naturaleza humana*. México: Trillas. Cuarta reimpresión.
- Maslow, A. (1993). *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*. Traducción de Ramón Ribé. Barcelona: Kairós. Décima edición.
- Moreno, S. (1983). *La educación centrada en la persona*. México: El Manual Moderno.
- Morales, O. A., 2003. Web del profesor. [En línea] Available at: <http://www.webdelprofesor.ula.ve/odontologia/oscarula/publicaciones/articulo18.pdf> [Último acceso: 24 Octubre 2018].
- Mounier, E. (1992). "Manifiesto al servicio del personalismo". En *Obras Completas I*. Traducción de Juan Carlos Vila, Tomás Domingo, Agustín Domingo, Ma. Dolores Hoyos, Isaac González, Domingo Vallejo. Salamanca: Sígueme.
- Müller-Granzotto y Müller-Granzotto. (2009). *Fenomenología y Terapia Gestalt*. Traducción de Renato Tapado. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Muñoz, V. (2008). *Musicoterapia humanista. Un modelo de psicoterapia musical*. México: Instituto Mexicano de Musicoterapia Humanista.
- Nietzsche, F. (2000a). "Así hablaba Zaratustra". En *Obras inmortales* (Tomo II). Barcelona: edicomunicación.
- Nietzsche, F. (2000b). "Más allá del bien y del mal". En *Obras inmortales* (Tomo II.). Barcelona: edicomunicación.
- Nietzsche, F. (1998). *La voluntad de poderío*. Traducción de Aníbal Froufe. Madrid: EDAF.
- Nietzsche, F. (1979). *Crepúsculo de los ídolos. Cómo se filosofa con el martillo*. Madrid: Alianza. Tercera edición.

- Orange, D. M. (2012). *Pensar la práctica clínica. Recursos Filosóficos para el Psicoanálisis Contemporáneo y las Psicoterapias Humanistas*. Traducción de André Sassenfeld y Franciso Huneus. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Pareja, G. (1998). *Viktor E. Frankl*. México: Coyoacán.
- Perls, F. (1994a). *El enfoque Gestáltico & Testimonios de Terapia*. Traducción de Francisco Huneus. Santiago de Chile: Cuatro Vientos. Séptima reimpresión.
- Perls, L. (1994b). *Viviendo en los límites*. Traducción de Carol Sykes. Valencia: Promolibro.
- Perls, F. (1985). *Yo, hambre y agresión. Los comienzos de la terapia gestaltista*. Traducción de Ángel Saiz Sáez. México: FCE. Segunda reimpresión.
- Petit, M. (1984). *La Gestalt. Thérapie de l'ici et maintenant*. Paris: ESF.
- Piaget, J. (1969). *Seis estudios de Psicología*. Traducción de Nuria Petit. Barcelona: Seix Barral. Tercera edición.
- Polster, E. (2003). *Cada vida merece ser una novela*. Traducción de María Cruz García de Enterría. Madrid: Sociedad de Valle Inclán.
- Polster, E. y Polster, M. (1991). *Terapia gestáltica*. Traducción de María Antonia Oyuela. Buenos Aires: Amorrortu Editores. Segunda reimpresión.
- Quirarte, M. (1995). *Gabino Barreda, Justo Sierra y el Ateneo de la Juventud*. México: UNAM.
- Rogers, C. R. (1996). "La naturaleza del hombre". En Lafarga y Gómez del Campo. *Desarrollo del potencial humano 1. Aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas. Tercera reimpresión.
- Rogers, C. R. (1996a). "Condiciones necesarias y suficientes del cambio terapéutico de personalidad". En Lafarga y Gómez del Campo. *Desarrollo del potencial humano 1. Aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas. Tercera reimpresión.
- Rogers, C. R. (1996b). "El concepto de la persona que funciona plenamente". En Lafarga y Gómez del Campo. *Desarrollo del potencial humano 1. Aportaciones de una psicología humanista*. México: Trillas. Tercera reimpresión.
- Rogers, C. R. (1977). *El proceso de convertirse en persona, Mi técnica terapéutica*. Buenos Aires: Paidós.

- Scheler, M. (2001). *Ética. Nuevo ensayo de fundamentación de un personalismo ético*. Madrid: CAPARRÓS. Colección Esprit.
- Scheler, M. (1996). *Ordo amoris*. Traducción de Xavier Zubiri. Madrid: CAPARRÓS. Colección Esprit.
- Scheler, M. (1979). *El sentido del sufrimiento*. Buenos Aires: Goncourt.
- Schopenhauer, A. (1993). *El amor, las mujeres y la muerte*. Madrid: EDAF.
- Schopenhauer, A. (1984). *Fragmentos sobre historia de la filosofía*. Madrid: SARPE.
- Schopenhauer, A. (1981). *La libertad*. México: La nave de los locos.
- Tárrago, P., Moradillo, F., Picot, Ma. (2005). *Adolescentes y sentido de la existencia. Una invitación filosófica*. Madrid: CCS.
- Torres, A. (2015). "Adolescencias de secundaria: Contextos, Expectativas y Dificultades". En Ponce y Torres (Comps). *La educación secundaria a debate*. Red de Investigación. Educación Secundaria. Guadalajara: SNTE. SEJALISCO.
- Unikel, A. (2007). "Logoterapia. Dentro y fuera del campo de concentración". México: LAG. Colección Sentido.
- Vargas, J. A. (2015). *Acompañamiento psicológico. Una visión humanista*. México: Trillas.
- Yalom, I. D. (1984). *Psicoterapia existencial*. Traducción de Diorki. Barcelona: Herder.
- Zinker, J. (1979). *El proceso creativo en la terapia Gestáltica*. Traducción de Luis Justo. Buenos Aires: Paidós.

