



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons
Atribución 4.0 Internacional (BY-NC-ND)

COMENTARIO

VIKTOR FRANKL Y LA LOGOTERAPIA VIKTOR FRANKL AND THE LOGOTHERAPY

Mariana Cuela Allasi, Delma Murillo Mamani y Dayeli Pulcha Huayllaro
Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú



El sufrimiento lleva a los seres humanos a enfrentarse a momentos límite donde se puede llegar a obtener dos lados distintos en la situación: un lado negativo, donde se presenta la angustia, el estancamiento, el abandono, etc.; y el lado positivo, el cual nos puede conducir hacia la reflexión y hacia dar una renovada visión respecto al modo de ser de las cosas y sobre todo a la existencia misma. Como dicen Andrade y

Trujillo (2016): «es como una resolución subjetiva» (p. 77). Esta posición que sí puede ser lograda, corresponde a lo que Frankl presentó teóricamente como logoterapia contribuyendo a la psicología con su obra y mediante su testimonio de vida. Frankl (2001) señala que «la logoterapia es esa psicoterapia que se centra en el sentido de la vida, así como en la búsqueda de ese sentido por el hombre» (p. 84).

Viktor Emil Frankl (1905-1997), sobreviviente a cuatro campos de concentración nazi, conviviente de dos guerras mundiales, autor de 39 libros, entre ellos el más conocido *El hombre en busca de sentido*; psiquiatra y neurólogo, fue el fundador de la Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia: la Logoterapia.

Esto inicia con él, que desde niño manifestó su afán por ser médico y presentó cierto interés respecto al sentido de la vida. Después, sus inclinaciones se establecieron hacia la psicología experimental, se adentró en el psicoanálisis donde duró muy poco, y luego se reorientó hacia la psicología individual de Alfred Adler. Tuvo contacto con Rudolf Allers y Oswald Schwarz, quienes junto con Frankl fueron expulsados en 1927 por Adler de la Asociación de Psicología Individual. Pese a todo lo sucedió, Frankl tenía mucho respeto por sus denominados maestros ya que ellos fueron de gran influencia en su formación (Velázquez, 2007). Cabe mencionar que se ha nombrado a la logoterapia como un derivado eminente de la psicología adleriana, sin embargo, Frankl no dudó en pronunciarse en estos términos:

...que nadie me venga con la opinión de que la Logoterapia es únicamente 'adlerian psychology at its best', y que por lo tanto no había motivo para considerarla una orientación de investigación *suigeneris* y darle un nombre propio. A tales consideraciones reacciono de la siguiente manera: ¿quién estaría legitimado para decidir si la logoterapia es realmente aún Psicología Individual o ya no? ¿Quién otro, sino Adler? (Allers, citado en García, 2016, p. 51)

Tanto Allers como Schwarz estimularon y suscitaron la obra de Frankl. Allers contribuyó a que Viktor se incorporara más a su laboratorio de fisiología de los sentidos y Schwartz a que escribiera sus conclusiones y enunciados teóricos. Así,

desde el abandono de estas tres figuras de la Asociación de Psicología Individual, se apartaron del movimiento adleriano y esto generó que se despliegue su propia teoría en la psiquiatría, psicoterapia y otras disciplinas (Lemus, 2013).

Su integración a la vida social, después de su experiencia en los campos de concentración, fue complicada. Decidió volver a Viena donde posteriormente fue nombrado jefe del Departamento de Neurología del Policlínico Vienés. Uno de los motivos para otorgarle ese cargo fue por el éxito de su primer libro publicado: *Artzliche Seelsorge* (Pastoral médica) escrito en 1946, reelaborando las notas del campo de concentración. Después publicaría *Ein Psycholog erlebt das kanzentrationslager* (Un psicólogo en un campo de concentración) que junto con su anterior obra formaba una unidad: en el primero se exponía los presupuestos teóricos y la renovación de la práctica psicoterapéutica, y en el segundo se afirmaba la misma propuesta, a través de su autobiografía. En 1947 publicaría "La psicoterapia en la práctica médica" y en 1948 "La presencia ignorada de Dios". Entre 1951 y 1955 fue invitado a dar conferencias radiofónicas, las cuales fueron introducidas en el volumen "La psicoterapia al alcance de todos". En 1956 publicó su obra más metódica: "Teoría y terapia de la neurosis". De estos escritos, como ya se dijo, el más importante fue "El hombre en busca de sentido" publicado por Frankl en 1946, en el que narra sus experiencias como prisionero en los campos de concentración nazi, y cómo surgieron sus ideas iniciales sobre la logoterapia. Así nació la Tercera Escuela

Vienes de Psicoterapia, que sería reconocida en muchos lugares del mundo.

La logoterapia, partió del psicoanálisis, pero, en contraste de lo sexual o el poder adleriano, Frankl sitúa en primer lugar “la búsqueda del sentido” como punto troncal de su propuesta teórica (Rozo, 1998). Para él la necesidad humana no es la satisfacción sexual ni la afirmación de sí, sino la búsqueda del sentido de la vida. En ese sentido, la logoterapia forma parte del movimiento de la psicología existencial y a su vez estaría inspirada en la filosofía existencial, concentrándose en el hombre como un ser individual que es en el mundo (Sexton, 1996, citado en Rozo, 1998). Desde esta posición la explicación y comprensión del hombre va más lejos de los ámbitos de la física, la química o la neurofisiología.

El término logoterapia, usado por primera vez en 1926, proviene de la palabra “logos” (sentido, propósito), por eso habla de la voluntad de sentido. Esta forma de psicoterapia, por lo tanto, permite hacer frente a la neurosis que surge de los problemas morales, espirituales o existenciales y no solo de los problemas entre impulsos e instintos. Plantea que su propósito es ayudar al paciente a encontrar el sentido de su vida, por lo que el hombre está dispuesto inclusive a sufrir si este sufrimiento le permite obtener un sentido. Sin embargo, no sólo se encarga de afrontar las neurosis que tienen escaso contenido existencial, como lo son las fobias, las obsesiones, etc.; sino también problemas derivados al sentido de la existencia. Así, todas ellas tienen un componente común:

la ansiedad anticipatoria. En el año 1929, Frankl se formuló tres grupos de valores, que se podría decir representan el sentido de la vida, los cuales son: los valores creadores, vivenciados, y actitudinales.

La logoterapia va más allá del análisis existencial y un análisis del sujeto, no solamente es análisis, sino también una terapia, que se basa en tres conjeturas interrelacionadas: la libertad de la voluntad, como dimensión noológica propiamente humana; la voluntad del sentido, siendo el sentido no coincidente con el ser, sino que va por delante del ser; y el sentido de la vida, propio de cada ser, expresado a través de la investigación fenomenológica de los datos inmediatos de la experiencia vital real (Frankl, 2001).

Al hablar de las técnicas logoterapéuticas, Frankl dice que más que las técnicas en una terapia, son las relaciones humanas entre el Yo-Tú, entre el médico y el paciente; y Noblejas (2018) manifiesta que se trata del «encuentro entre la persona única e irreplicable de quien presta ayuda y también la única e irreplicable de quien la necesita (...) en el que uno confronta al otro con el logos, es decir, con el sentido de ser» (p. 81).

Cuando Frankl se refería a que si solamente tratamos a los seres humanos a través de técnicas, estaríamos obrando de una forma de manipulación y si sólo es a través de dinámicas estamos cosificándolo; no significa que sea una terapia *casual*, sino que la *práctica* se desarrolla en un espacio entre los extremos de una ayuda concebida como arte y como técnica

(Noblejas, 2018). Así, se puede hablar de una estructuración de las técnicas propiamente logoterapéuticas, entre las que Frankl distingue la terapia no específica y la terapia específica. En la primera está incluida la intención paradójica, que consiste en animar al paciente a que realice o desee lo que teme hacer cuando se trata de fobias y obsesiones, y la derreflexión, la cual se apoya en la autotrascendencia aplicada a las neurosis psicógenas vinculadas a disfunciones sexuales, en enfermedades psicósomáticas y alteraciones del sueño. Estas técnicas se acompañan del diálogo socrático, que resulta muy efectivo ante las neurosis y depresiones noógenas, neurosis iatrógenas, así como el afrontamiento de un sufrimiento inevitable (Noblejas, 2018).

Por otro lado, entre la logoterapia y la Psicología Positiva se exponen diferencias y similitudes. Entre las disparidades se encuentran el tratamiento e investigación de variables propuestas por la psicología positiva como: el optimismo, la esperanza, la felicidad, entre otras. Es también diferente frente a la logoterapia debido a que esta encuentra un fundamento antropológico y observaciones de corte clínico no normalizados (Oro, 2009).

Referente a las coincidencias, la conciencia es un tema abordado por ambas posturas, en el caso de Frankl como “el órgano del sentido” y lo espiritual como la dimensión específica, siendo la persona una unidad bio-psico-espiritual, y no una mismidad, ya que existe una jerarquización. Por otro lado, en el social, ya sea Frankl con la creación de centros de consulta juveniles y Seligman con la creación de tres

centros asociados por la Red de Psicología Positiva; ambas corrientes se han institucionalizado a nivel global. Finalmente, otro punto en común es la postura crítica frente al Psicoanálisis que tienen ambos autores.

Un punto importante respecto a la conciencia, es que podría definirse como la facultad de hallar y ubicar el sentido que se esconde detrás de cada situación, ya que «el sentido no sólo debe, sino que también puede ser encontrado, y para encontrarlo el hombre es guiado por la conciencia» (Frankl, 1994, p. 103).

Por otra parte, según la logoterapia una situación dolorosa puede favorecer el crecimiento, si el dolor se asume con sentido cuando el individuo tiene la voluntad suficiente que le permita afrontar situaciones devastadoras. Así, la madurez se logra con el sufrimiento, donde se puede alcanzar mayor libertad interior a pesar de las circunstancias. En la actualidad una de las alternativas para salir de este estado es buscar la felicidad en cosas que están muy cercanas a nosotros.

Asimismo, la logoterapia y la resiliencia tienen en común el reconocimiento de los factores protectores y la transformación de los comportamientos negativos en nuevas posibilidades. La resiliencia personal implica la facultad de afrontar el sufrimiento, de reconstruirse y no perder la capacidad de amar, de luchar y de resistir (Noblejas y Rodríguez, 2005). No se trata de una destreza que haya de dominarse sino de una realidad que debe ser descubierta y desarrollada creativamente.

Se trata, en definitiva, de “aprender a vivir”, aunque el vacío existencial y la pérdida del sentido, son problemáticas y características de nuestra situación y sociedad actual. De acuerdo con la logoterapia, la motivación del hombre es su lucha por encontrarle sentido a la propia vida, ya que, cada vida por más adversa que sea siempre tiene algún sentido.

Asimismo, en el libro “El hombre doliente” de Frankl, el amor se revela como un aspecto de la autotranscendencia de la existencia humana, en palabras de Frankl (1987): «el hombre sólo es plenamente hombre cuando se deshace por algo o se entrega a otro. Y es plenamente él mismo cuando se pasa por alto y se olvida de sí mismo» (p. 63). También se menciona en otro de sus textos, que la felicidad es una consecuencia de la búsqueda del sentido (Frankl, 2000), y por ello, como ya se dijo, es posible encontrar más semejanzas que diferencias entre la logoterapia y la Psicología Positiva.

Finalmente, concluiremos diciendo que Viktor Frankl fue un hombre de calidad humana, que nos ha dejado un valioso legado en la psicología. Su influencia

es tan significativa, que existen diversos centros de logoterapia en Latinoamérica.

En Perú, por ejemplo, se encuentra un Centro de Formación Humano Existencial llamado “Dau Escuela de Vida” y el Instituto Peruano de Logoterapia: Viktor Frankl. En Argentina existen cinco centros de logoterapia: la Asociación Bonaerense de Logoterapia, el Centro de Logoterapia en Rosario, el Centro de Logoterapia de Tucumán, la Fundación Argentina de Logoterapia y el Centro de Logoterapia y Análisis Existencial. En Chile se encuentra el Instituto de Logoterapia y en Colombia se cuenta con la Fundación Colectivo Aquí y Ahora y el Instituto Colombiano de Análisis Existencial y Logoterapia: Viktor Frankl. En Brasil se tiene la Asociación Brasileña de Logoterapia y Análisis Existencial, mientras que en México se encuentra el Instituto de Logoterapia y Tanatología, y en Uruguay el Centro de Logoterapia.

Por todo lo dicho, queremos terminar esta breve reseña con las palabras de García (2006): «El Dr. Viktor Frankl fue un hombre que sufrió y supo dar sentido a su sufrimiento a través de su creatividad teórica» (p. 22).

Referencias

- Andrade, E. M., & Trujillo, M. (2016). La logoterapia y sus claves para afrontar el sufrimiento. *Entornos*, 29(1), 77-80. doi: <https://doi.org/10.25054/01247905.1374>
- Frankl, V. E. (1987). *El hombre doliente*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1991). *El hombre en busca de sentido*. 12ava Edición. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (1994). *La presencia ignorada de Dios: Psicoterapia y Religión* 9na Edición. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. E. (2000). *En el principio era el sentido: Reflexiones en torno al ser humano*. Barcelona: Paidós.
- Frankl, V. E. (2001). *Psicoterapia y Existencialismo: Escritos selectos sobre Psicoterapia* 2da Edición. Barcelona: Herder.
- García Díaz, E. (2006). Logoterapia para nuestra época. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 11(2), 21-23.
- García, C. (2016). *Un hombre llamado Viktor*. Buenos Aires: San Pablo.
- Lemus, M. T. (2013). *Más allá de Frankl: Allers y Schwarz. La tercera escuela vienesa de psicoterapia*. Bogotá: Logoforo.
- Noblejas, M. Á. (2018). Logoterapia, fundamentos y líneas de intervención. *Revista de Psicoterapia*, 29(109), 69-87.
- Noblejas, M., & Rodríguez, M. (2005). Logoterapia, una ayuda para afrontar la adversidad. *Aloma: Revista de psicología, ciències de l'educació i de l'esport*, 16, 105-116.
- Oro, O. R. (2009). Logoterapia y Psicología Positiva. *Psicodebate*, 9, 127-136.
- Rozo, J. A. (1998). Viktor Frankl (1905-1997) o el sentido de la existencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(2), 355-361.
- Velázquez, L. F. (2007). Viktor Emil Frankl: el médico y el pensador de una vida con sentido. *Iaetrea*, 20(3), 314-320.