



CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGÍA Y ANTROPOLOGÍA

TESIS

**“LA CONSTRUCCIÓN DEL SENTIDO DE VIDA A TRAVÉS DEL ANÁLISIS  
EXISTENCIAL EN EL EQUIPO DE PSICÓLOGOS QUE COLABORAN EN EL  
PROYECTO *JUNTOS POR LA VIDA* DEL DIF ESTATAL AGUASCALIENTES”  
UN ENFOQUE SOCIOCULTURAL**

PRESENTA:

María Angélica González Martínez

PARA OBTENER EL GRADO DE DOCTORA EN ESTUDIOS SOCIOCULTURALES

TUTOR(ES)

Dr. Salvador Camacho Sandoval

Dra. Miriam Iliana Veliz Salazar

INTEGRANTE DEL COMITÉ TUTORIAL

Dr. Enrique Luján Salazar

Aguascalientes, Ags., junio de 2024



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE AGUASCALIENTES

CARTA DE VOTO APROBATORIO  
INDIVIDUAL

**MTRA. MARÍA ZAPOPAN TEJEDA CALDERA**  
**DECANA DEL CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES**

PRESENTE

Por medio del presente, como **TUTOR** designado de la estudiante **MARÍA ANGÉLICA GONZÁLEZ MARTÍNEZ**, con ID **308152**, quien realizó la tesis titulada: "**La construcción del sentido de vida a través del análisis existencial en el equipo de psicólogos que colaboran en el proyecto juntos por la vida del DIF estatal de Aguascalientes**", que tiene un enfoque sociocultural y es un trabajo propio, innovador, relevante e inédito, y con fundamento en el Artículo 175, Apartado II del Reglamento General de Docencia, doy mi consentimiento de que la versión final del documento ha sido revisada y las correcciones se han incorporado apropiadamente, por lo que me permito emitir el **VOTO APROBATORIO**, para que **ella** pueda proceder a imprimirla, así como continuar con el procedimiento administrativo para la obtención del grado.

Pongo lo anterior a su digna consideración y sin otro particular por el momento, me permito enviarle un cordial saludo.

**ATENTAMENTE**  
**"Se Lumen proferre"**  
Aguascalientes, Ags. a 04 de junio de 2024.

**Dr. Salvador Camacho Sandoval**  
Tutor de tesis

c.c.p. Interesada  
c.c.p. Secretaría Técnica del Programa de Posgrado

Elaborado por: Dpto. Apoyo al Posgrado  
Revisado por: Depto. Control Escolar/Dpto. Gestión de Calidad  
Aprobado por: Depto. Control Escolar/Dpto. Apoyo al Posgrado

Código: DO-SEE-FO-07  
Actualización: 01  
Emisión: 17/05/19

**CARTA DE VOTO APROBATORIO  
INDIVIDUAL**

**MTRA. MARÍA ZAPOPAN TEJEDA CALDERA  
DECANA DEL CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES**

---

**PRESENTE**

Por medio del presente como **TUTOR** designado de la estudiante **MARÍA ANGÉLICA GONZÁLEZ MARTÍNEZ** con ID **308152** quien realizó la tesis titulada: "**La construcción del sentido de vida a través del análisis existencial en el equipo de psicólogos que colaboran en el proyecto juntos por la vida del dif estatal de Aguascalientes**" un enfoque sociocultural. un trabajo propio, innovador, relevante e inédito y con fundamento en el Artículo 175, Apartado II del Reglamento General de Docencia doy mi consentimiento de que la versión final del documento ha sido revisada y las correcciones se han incorporado apropiadamente, por lo que me permito emitir el **VOTO APROBATORIO**, para que **ella** pueda proceder a imprimirla. así como continuar con el procedimiento administrativo para la obtención del grado.

Pongo lo anterior a su digna consideración y sin Otro particular por el momento, me permito enviarle un cordial saludo.

**ATENTAMENTE**

**"Se Lumen proferre"**

**Aguascalientes, Ags. a 04 de junio de 2024.**



**Dra. Miriam Iliana Véliz Salazar**

**Co-tutor de tesis**

c.c. p.- Interesada

c.c.p.- Secretaría Técnica del Programa de Posgrado

**CARTA DE VOTO APROBATORIO  
INDIVIDUAL**

**MTRA. MARÍA ZAPOPAN TEJEDA CALDERA  
DECANA DEL CENTRO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES**

---

PRESENTE

Por medio del presente como **TUTOR** designado de la estudiante **MARÍA ANGÉLICA GONZÁLEZ MARTÍNEZ** con ID **308152** quien realizó la tesis titulada: "**La construcción del sentido de vida a través del análisis existencial en el equipo de psicólogos que colaboran en el proyecto juntos por la vida del dif estatal de Aguascalientes**" un enfoque sociocultural. un trabajo propio, innovador, relevante e inédito y con fundamento en el Artículo 175, Apartado II del Reglamento General de Docencia doy mi consentimiento de que la versión final del documento ha sido revisada y las correcciones se han incorporado apropiadamente, por lo que me permito emitir el **VOTO APROBATORIO**, para que **ella** pueda proceder a imprimirla. así como continuar con el procedimiento administrativo para la obtención del grado.

Pongo lo anterior a su digna consideración y sin Otro particular por el momento, me permito enviarle un cordial saludo.

**ATENTAMENTE  
"Se Lumen proferre"**

**Aguascalientes, Ags. a 04 de junio de 2024.**



**Dr. Enrique Luján Salazar  
Asesor de tesis**

c.c. p.- Interesada

c.c.p.- Secretaría Técnica del Programa de Posgrado

Elaborado por: Dpto. Apoyo al Posgrado  
Revisado por: Depto. Control Escolar/Dpto. Gestión de Calidad  
Aprobado por: Depto. Control Escolar/Depto. Apoyo al Posgrado

Código: DO-SEE-FO-07  
Actualización: 01  
Emisión: 17/05/19



**DICTAMEN DE LIBERACIÓN ACADÉMICA PARA INICIAR LOS TRÁMITES DEL EXAMEN DE GRADO**



Fecha de dictaminación dd/mm/aaaa: 15/11/2024

**NOMBRE:** María Angélica González Martínez **ID** 308152

**PROGRAMA:** DOCTORADO EN ESTUDIOS SOCIOCULTURALES **LGAC (del posgrado):** PROCESOS EDUCATIVOS Y COMUNICATIVOS

**TIPO DE TRABAJO:** ( X ) Tesis ( ) Trabajo Práctico

**TÍTULO:** "La construcción del sentido de vida a través del análisis existencial en el equipo de psicólogos que colaboran en el proyecto juntos por la vida del DIF estatal de Aguascalientes". Un enfoque sociocultural

**IMPACTO SOCIAL (señalar el impacto logrado):** Se pretende que con base a la experiencia y a los resultados alcanzados por el estudio se aporten algunos elementos con la finalidad de que se elaboren propuestas de intervención y así, el contexto resulte ser más amable en lo que se refiere a la construcción del sentido de la existencia.

INDICAR	SI	NO	N.A. (NO APLICA)	SEGÚN CORRESPONDA:
<i>Elementos para la revisión académica del trabajo de tesis o trabajo práctico:</i>				
SI				El trabajo es congruente con las LGAC del programa de posgrado
SI				La problemática fue abordada desde un enfoque multidisciplinario
SI				Existe coherencia, continuidad y orden lógico del tema central con cada apartado
SI				Los resultados del trabajo dan respuesta a las preguntas de investigación o a la problemática que aborda
SI				Los resultados presentados en el trabajo son de gran relevancia científica, tecnológica o profesional según el área
SI				El trabajo demuestra más de una aportación original al conocimiento de su área
SI				Las aportaciones responden a los problemas prioritarios del país
SI				Generó transferencia del conocimiento o tecnológica
SI				Cumple con la ética para la investigación (reporte de la herramienta antiplagio)
<i>El egresado cumple con lo siguiente:</i>				
SI				Cumple con lo señalado por el Reglamento General de Docencia
SI				Cumple con los requisitos señalados en el plan de estudios (créditos curriculares, optativos, actividades complementarias, estancia, predoctoral, etc)
SI				Cuenta con los votos aprobatorios del comité tutorial, en caso de los posgrados profesionales si tiene solo tutor podrá liberar solo el tutor
SI				Cuenta con la carta de satisfacción del Usuario
SI				Coincide con el título y objetivo registrado
SI				Tiene congruencia con cuerpos académicos
SI				Tiene el CVU del Conacyt actualizado
SI				Tiene el artículo aceptado o publicado y cumple con los requisitos institucionales (en caso que proceda)
<i>En caso de Tesis por artículos científicos publicados</i>				
N.A.				Aceptación o Publicación de los artículos según el nivel del programa
N.A.				El estudiante es el primer autor
N.A.				El autor de correspondencia es el Tutor del Núcleo Académico Básico
N.A.				En los artículos se ven reflejados los objetivos de la tesis, ya que son producto de este trabajo de investigación.
N.A.				Los artículos integran los capítulos de la tesis y se presentan en el idioma en que fueron publicados
N.A.				La aceptación o publicación de los artículos en revistas indexadas de alto impacto

Con base a estos criterios, se autoriza se continúen con los trámites de titulación y programación del examen de grado: Sí  No

**FIRMAS**

**Elaboró:**  
 \* NOMBRE Y FIRMA DEL CONSEJERO SEGÚN LA LGAC DE ADSCRIPCIÓN: P. A. Dr. María Rebeca Padilla de la Torre

NOMBRE Y FIRMA DEL SECRETARIO TÉCNICO: Dr. Rodrigo Alejandro de la O Torres

\* En caso de conflicto de intereses, firmará un revisor miembro del NAB de la LGAC correspondiente distinto al tutor o miembro del Comité tutorial, asignado por el Decano

**Revisó:**  
 NOMBRE Y FIRMA DEL SECRETARIO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO: Alf. Dr. Alfredo López Ferreira

**Autorizó:**  
 NOMBRE Y FIRMA DEL DECANO: Mtra. María Zapopan Tejeda Caldera

**Nota: procede el trámite para el Depto. de Apoyo al Posgrado**  
 En cumplimiento con el Art. 105C del Reglamento General de Docencia que a la letra señala entre las funciones del Consejo Académico: .... Cuidar la eficiencia terminal del programa de posgrado y el Art. 105F las funciones del Secretario Técnico, llevar el seguimiento de los alumnos.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE AGUASCALIENTES

CALEI-  
DOSCOPIO

  
<https://revistas.uaa.mx>

**MTRA. MARIA ANGELICA GONZALEZ MARTINEZ  
P R E S E N T E .-**

Apreciable Mtra.

Por este medio quiero notificarle de la aceptación de su manuscrito “La construcción del sentido de vida a través del análisis existencial en el equipo de psicólogos que colaboran en el proyecto Juntos por la Vida del DIF estatal Aguascalientes. un enfoque sociocultural”, para su publicación en el número 51 de *Caleidoscopio - Revista Semestral de Ciencias Sociales y Humanidades*.

Agradeciendo su interés en publicar en nuestra revista, le envío saludos cordiales.

**A T E N T A M E N T E**

*Se Lumen Proferre*

Aguascalientes, Ags., 13 de November de 2024

  
Dr. Miguel Angel Sahagún Padilla  
Director de Caleidoscopio

## AGRADECIMIENTOS

Han pasado un poco más de tres años desde que comencé a cumplir un sueño, el cual consistía en indagar sobre la manera en la que las personas construyen el sentido de sus vidas y cómo hacen para resolver sus crisis existenciales. Finalmente, se cierra este ciclo y se abren un mundo de posibilidades para dar continuidad a esta indagación y llevar a tanta gente como sea posible la posibilidad de que sus vidas se colmen de sentido. Quiero dejar por escrito que los conocimientos adquiridos, la capacidad de reflexividad y las experiencias vividas me enriquecen enormemente como persona. Gracias a todas las personas que hicieron posible esta vivencia.

Agradezco a mi familia por su apoyo incondicional y su entusiasmo que siempre me brindaron durante este tiempo en el que, en muchas ocasiones, no pude estar con ellos por cumplir este sueño. Gracias Jesús, Angélica, Michelle Sophie, Pilar, Tere, Jorge, Isabel, Daniel, Lupita, Santiago, Gerardo, Juan Pablo y Emilio por su generosidad.

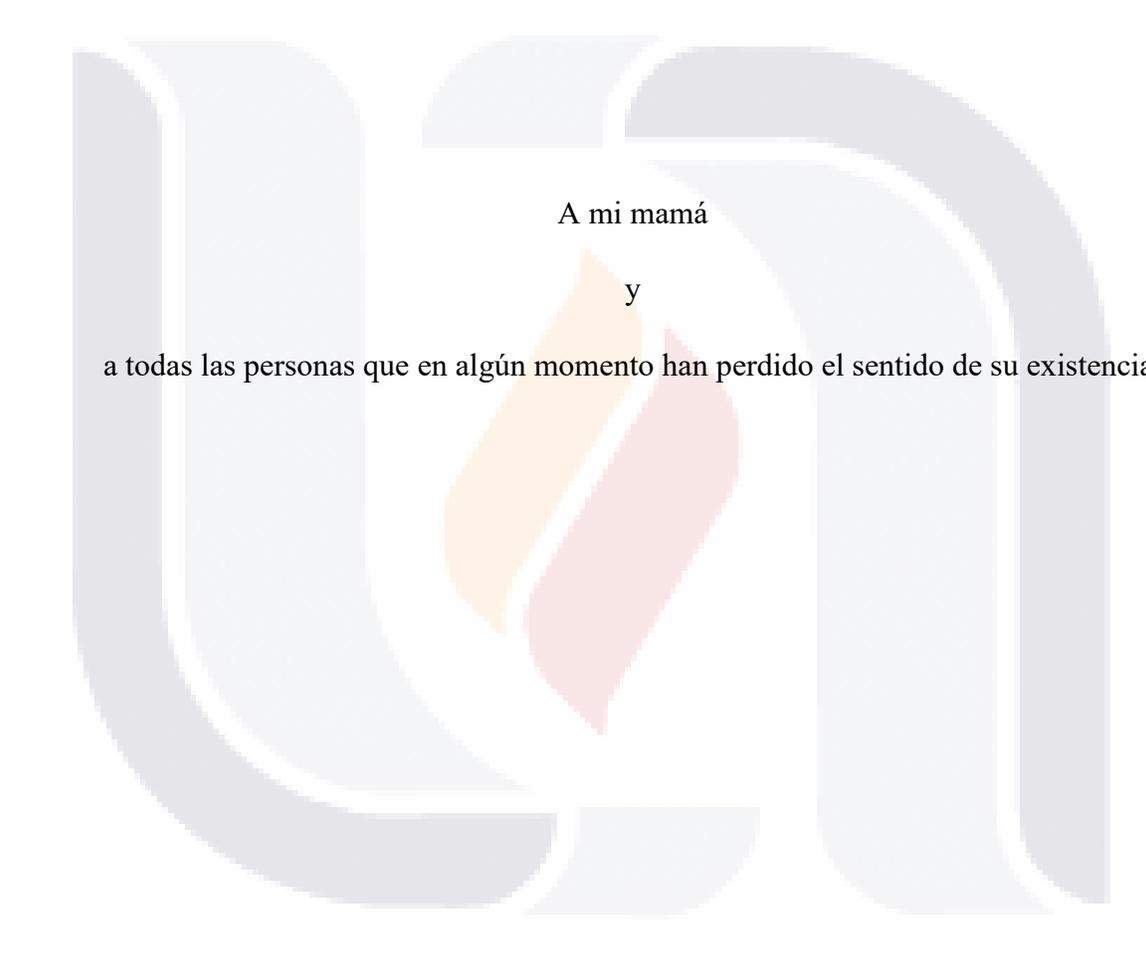
Gracias a mis tutores y tutoras por su invaluable dedicación, por sus orientaciones siempre acertadas y su paciencia: Dr. Salvador Camacho Sandoval, Dra. Miriam Iliana Veliz Salazar, Dr. Enrique Luján Salazar y Dra. Silvia Bénard Calva.

Agradezco profundamente al DIF Estatal Aguascalientes la confianza y el apoyo que recibí para la realización de esta investigación. Quiero hacer una mención especial a la invaluable contribución de los psicólogos quienes depositaron en mí su confianza, su afecto y por el respeto que demostraron tener por este trabajo de investigación.

Agradezco, asimismo, a mis profesores y profesoras del Doctorado en Estudios Socioculturales por compartir sus conocimientos y su experiencia con tanta generosidad, así como a mis compañeros y compañeras del posgrado por sus consejos, bromas y compañía.

Finalmente, mi agradecimiento a la Universidad Autónoma de Aguascalientes y al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología por hacer posible la realización de esta investigación.

**DEDICATORIA**



A mi mamá

y

a todas las personas que en algún momento han perdido el sentido de su existencia.

**ÍNDICE GENERAL**

<b>RESUMEN</b>	3
<b>ABSTRACT</b>	4
<b>INTRODUCCIÓN</b>	5
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>Planteamiento del problema de investigación</b>	13
I.1 Objeto de estudio.....	14
I.2 Planteamiento de las preguntas de investigación.....	18
I.3 Objetivo general y objetivos particulares.....	18
I.4 Justificación.....	19
I.5 Estado del arte.....	26
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>Marco referencial</b>	37
II.1 María Angélica.....	38
II.2 La muerte sale al encuentro.....	44
II.3 El sufrimiento se instala en el cuerpo.....	48
II.4 Un libro de Viktor Frankl llega a mis manos.....	50
II.5 Nunca es tarde para aprender.....	55
II.6 Una maestra ante el sentido de su existencia.....	56
II.7 Mis soliloquios.....	58
<b>CAPÍTULO III</b>	
<b>Marco Teórico</b>	77
III.1 El Existencialismo y la pregunta sobre el sentido de la existencia.....	78
III.1.1 Karl Jaspers.....	82
III. 2 Emmanuel Mounier: El carácter relacional y trascendente de la persona..	91
III.3 El existencialismo y la psicología humanista.....	99
III.4 Viktor Frankl y la búsqueda del sentido existencial.....	101
III.4.1 El ser de la persona.....	104
III.4.2 La dimensión espiritual.....	106
III.4.3 La persona un ser consciente y responsable.....	117
III.4.4 La libertad en la antropología filosófica de Viktor Frankl.....	122
III.4.5 El sentido de la vida.....	121
III.4.6 Dimensión axiológica.....	127
III.4.7 Análisis existencial y logoterapia.....	136
III. 5 El contexto de una sociedad de consumo que se opone a la realización del sentido existencial.....	139
III.5.1 Los tiempos líquidos de Zygmunt Bauman y su oposición a la realización de los valores de vivencia y creación.....	140

III.5.2 Byung-Chul Han: La sociedad paliativa y la oposición a la realización de valores de actitud.....	155
III.6 Análisis integrador del marco teórico.....	164
<b>Capítulo IV</b>	
<b>Diseño metodológico</b>	169
IV.1 Tipo de diseño.....	170
IV.2 Sujetos de estudio y su contexto.....	178
IV.3 Instrumentos de obtención de la información.....	184
IV.3.1 Interpretación de la narrativa Autoetnográfica.....	184
IV.3.2 Conocimientos significativos del curso “El sentido de la vida en Viktor Frankl”.....	186
IV.3.3 Cuestionario del curso “El sentido de la vida en Viktor Frankl”..	187
IV.3.4 Prueba PIL propósito de la existencia.....	190
IV.3.5 Categorías de análisis y guía de entrevista a profundidad.....	193
IV.4 Procedimiento.....	215
IV. 5 Consideraciones éticas.....	216
<b>Capítulo V</b>	
<b>Estrategias de análisis e interpretación</b>	218
V.1 Análisis interpretativo de los resultados autoetnográficos.....	219
V.2 Análisis de los conocimientos significativos del curso “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl”.....	224
V.3 Análisis de resultados del cuestionario sobre el curso “El sentido de la Vida en Viktor Frankl”.....	230
V.4 Análisis de resultados de la prueba: “Orientación hacia el sentido” (PIL)..	240
V.5 Análisis interpretativo de las entrevistas a profundidad.....	241
<b>Capítulo VI</b>	
<b>Discusión de los resultados</b>	262
<b>Capítulo VII</b>	
<b>Conclusiones y recomendaciones</b>	276
<b>REFERENCIAS</b>	297

## RESUMEN

El cuidado de la salud mental de los psicólogos es relevante para su bienestar personal y el de sus usuarios, este estudio de tipo cualitativo tuvo el objetivo de comprender el cuestionamiento por el sentido de la existencia, su búsqueda y construcción, en un equipo de terapeutas que colaboran en el programa “Juntos por la Vida” de una institución pública de Aguascalientes. La investigación está basada en la teoría de Viktor Frankl sobre el sentido de la existencia. A través del diseño de estudio de caso, se utilizaron las técnicas de autoetnografía, encuesta y entrevistas a profundidad para interpretar sus experiencias sobre el sentido de vida por medio de un análisis descriptivo y fenomenológico. El análisis existencial les hizo valorar que la reflexión filosófica es parte fundamental de la vida de la persona y la que facilita el descubrimiento de los valores que llevan a la trascendencia. Los resultados muestran que la construcción del sentido de la existencia de los psicólogos se relaciona con el trabajo que desempeñan, que consiste en dar acompañamiento socio-emocional a estudiantes de secundaria en planteles que se ubican en zonas vulnerables. La construcción del sentido existencial se da de manera intuitiva, sin referentes teóricos; sin embargo, se encontró una relación con las rutas que propone Frankl a partir de los valores de vivencia, creación y actitud. Como fruto de sus reflexiones asumieron que una adecuada construcción del sentido existencial los fortalece como agentes de cambio.

**Palabras clave:** Sentido existencial; vacío existencial; valores de creación; valores de vivencia; valores de actitud; responsabilidad.

**ABSTRACT**

The mental health care of psychologists is relevant to their personal well-being and that of their users, this qualitative study aimed to understand the questioning of the meaning of existence, its search and construction, in a team of therapists who collaborate in the "Together for Life" program of a public institution in Aguascalientes. The research is based on Viktor Frankl's theory of the meaning of existence. Through the case study design, autoethnography, survey and in-depth interviews techniques were used to interpret their experiences about the meaning of life through a descriptive and phenomenological analysis. The existential analysis made them appreciate that philosophical reflection is a fundamental part of the person's life and that which facilitates the discovery of the values that lead to transcendence. The results show that the construction of the meaning of existence of psychologists is related to the work they perform, which consists of providing socio-emotional accompaniment to high school students in schools that are located in vulnerable areas. The construction of existential meaning occurs intuitively, without theoretical references; however, a relationship was found with the routes proposed by Frankl based on the values of experience, creation and attitude. As a result of their reflections, they assumed that an adequate construction of the existential meaning strengthens them as agents of change.

Keywords: Existential meaning; existential emptiness; creation values; values of experience; attitudinal values; responsibility.

## INTRODUCCIÓN

¿Tiene sentido mi vida? ¿Cómo significo mis vivencias? ¿Tengo propósitos que quiero cumplir o solo navego como un barco a la deriva en este viaje que es mi vida? ¿Soy una persona capaz de conectar profundamente con los demás? ¿O me ocurre lo contrario? Pienso que la vida no tiene sentido, usualmente estoy aburrido, la apatía, la ansiedad y la angustia me dominan. Estas preguntas son preguntas de carácter existencial. Los filósofos existencialistas aseveran que todo ser humano se las plantea, en algún punto del camino debido a que la finitud de la vida misma conduce al cuestionamiento sobre su sentido.

El tema central del estudio se enfoca hacia el esclarecimiento del fenómeno que implica la manera en la que se da la construcción del sentido de la existencia en el equipo de psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida” del DIF Estatal de Aguascalientes en el contexto actual. El programa tiene como propósito brindar acompañamiento socio-emocional a estudiantes de secundaria con la finalidad de hacer realidad la inclusión de estos grupos vulnerables al tejido social, ofreciendo igualdad de oportunidades y justicia social. Los planteles se encuentran ubicados en las zonas más pobres y violentas de la comunidad hidrocálida; por lo tanto, la labor de los psicólogos es ardua y desgastante dado que el entorno no es propicio para el desarrollo humano y para la construcción del sentido de la existencia.

Para este fin, se considera necesario conocer cuáles y cómo los referentes sociales y culturales influyen en la misión de construir su sentido de vida.

Construir el sentido de la existencia es fundamental para todo ser humano, asegura el Dr. Viktor E. Frankl (2004), dado que considera que este acto emana como una necesidad imperante desde su misma esencia, por lo tanto, se considera una fuerza primaria y no solamente una racionalización secundaria de los impulsos instintivos. El sentido de la vida es único y específico para cada persona y este ha de ser descubierto por el individuo, es decir, la búsqueda más que nada implica la construcción del mismo, en el día a día, a través de la reflexión y de la férrea voluntad por lograr esta misión de vida. Así, la persona irá decidiendo desde una libertad responsable su proyecto de vida, y, a la par, construyendo su identidad y cumpliendo su misión de vida a la luz del sentido.

La motivación que guió mis pasos hacia el tema del sentido de la existencia hunde sus raíces en la historia de cómo mi mamá, a raíz de la muerte de mi papá, fue perdiendo las ganas de vivir, cayendo en un estado depresivo que culminó con la somatización de un cáncer y luego con su muerte. El suceso me llevó a indagar sobre las posibles causas que propician la pérdida del sentido existencial y las vías que existen para recuperarlo mediante el estudio de la teoría del Dr. Viktor E. Frankl y con ello vino la reflexión, los cuestionamientos, la necesidad de contrastar su propuesta con teorías opuestas a su pensamiento; finalmente, llegué a la metacognición de cómo fue mi proceso de aprendizaje ante la pregunta existencial por el sentido. El proceso anterior se presenta a través de una narrativa autoetnográfica como antecedente del estudio empírico.

A continuación, surgió el propósito de compartir mis conocimientos mediante un curso para que, a partir de la reflexividad, mis alumnos universitarios tomaran conciencia de que la construcción del sentido de la existencia es una misión de vida para todo ser humano, el curso posteriormente lo fui dando a otras personas fuera de la universidad. A lo que luego

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

se sumó el propósito de indagar en forma empírica cómo es que otras personas viven el fenómeno del descubrimiento y la construcción del sentido de sus vidas.

A partir de las anteriores decisiones he acompañado a muchas otras personas en su propio camino del descubrimiento del sentido de la vida, haciéndoles ver que éste se construye en el día a día, con actos sencillos propios del quehacer humano; sin embargo, hay que notar que existe una enorme diferencia entre realizarlos de manera consciente y lúcida, armando la urdimbre en la que se va tejiendo el sentido de la vida presente y último de la existencia, a cuando sólo se navega por la vida en modo automático, permitiendo que las estructuras sociales, culturales, las circunstancias de la vida o la voluntad de otras personas decidan por nosotros el rumbo de nuestro proyecto de vida.

La justificación del proyecto desde la pertinencia social establece como objetivo: Concientizar a los padres de familia, a las instituciones educativas: profesores y psicólogos o a cualquier otra instancia que quiera intervenir con el fin de solucionar la problemática de una vida carente de sentido y como consecuencia los dolorosos rompimientos internos; es decir, que se comprenda que la construcción del sentido de vida no debe dejarse al azar, conocer que existen vías para lograr esta misión de vida y con base a la reflexión saber usar las facultades operativas que guían a la persona hacia el área del sentido existencial y a mantenerse dentro de ésta a pesar de las circunstancias que la vida va presentando. El estudio contribuye a visualizar el fenómeno desde el ángulo de la dinámica interior de la persona, así como del entorno en el que se desenvuelve.

En lo que se refiere a la postura del marco teórico como herramienta analítica, se establecen previamente cuatro elementos esenciales en los Estudios Socioculturales: 1) concebir a la cultura como poder y el poder de la cultura; 2) incorporar un enfoque interdisciplinario y

transdisciplinario; 3) estructurar un encuadre que busque una contextualización profunda, reconociendo que los resultados no van a explicar el problema de investigación para que este sea resuelto de forma genérica en otros casos; 4) aportar fundamentos con la finalidad de que se elaboren propuestas de intervención que mejoren los ambientes en lo que las personas viven y se desarrollan.

El primer elemento establece que la cultura es una de las expresiones de la autoridad, una de las más amables quizás, pero que, aunque ostente este atributo, no deja de ser una de las formas más duraderas y eficaces de ejercer el poder. En el presente estudio, siguiendo a Geertz (2003), “la cultura denota un sistema de concepciones heredadas y expresadas en formas simbólicas por medios con los cuales los hombres comunican, perpetúan y desarrollan su conocimiento y sus actitudes frente a la vida” (p. 88). A partir de esta conceptualización, se asume que el contexto cultural y social ejerce una influencia significativa sobre las personas con respecto al fenómeno que esta investigación estudia. El cuestionamiento que se deriva es sobre la manera en que algunos simbolismos influyen en la construcción del sentido de la existencia.

En un primer acercamiento al contexto actual, encontramos que en la era postindustrial la economía toma un lugar de liderazgo preponderante, el colectivo imaginario de la sociedad de la abundancia y el bienestar asume que la felicidad y la realización de la persona están en función de la satisfacción de las necesidades materiales y la acumulación de bienes.

Hemos estado soñando durante demasiado tiempo un sueño del cual estamos ahora despertando: el sueño relativo a que basta con mejorar la situación socioeconómica de la gente para que todo marche perfectamente y todos sean felices. Más lo cierto es que, una vez apaciguada la lucha por la supervivencia, surge la pregunta siguiente: ¿sobrevivir,

para qué? Hoy día hay cada vez más personas que tienen medios de vidas suficientes, pero para las que ésta carece de sentido (Frankl, 2020, p. 21).

En las líneas anteriores queda manifiesto cuál es el horizonte hacia el que apunta el ideal de vida de la sociedad de consumo; sin embargo, Frankl, con base en su experiencia y diversos estudios empíricos, observa que el ser humano puede encontrar el sentido de su existencia, aún en condiciones de pobreza, vulnerabilidad, represión y adversidad.

Con referencia al segundo elemento a considerar dentro del ámbito de los Estudios Socioculturales, se asume la condición de que el estudio está estructurado de manera interdisciplinaria y transdisciplinaria con el propósito de lograr una reflexión que se nutra desde la escucha de las diferentes voces. La visión conjunta que se eligió para construir el objeto de estudio se establece desde la filosofía, la psicología y la educación en su vertiente de la formación humana.

El tercer elemento hace referencia a que los estudios socioculturales no pretenden establecer resultados totalizantes en lo que se refiere a otros contextos distintos al que fueron referidos. En este punto, la presente indagación se circunscribe únicamente a un referente local que es el estado de Aguascalientes y a los sujetos de estudio que son el equipo de psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida”.

Con referencia al cuarto elemento, se tiene la pretensión de que con base a la experiencia y a los resultados alcanzados se aporten fundamentos que expliquen el fenómeno, con la finalidad de que se elaboren propuestas de intervención y así, a través de estrategias generadas a partir del conocimiento, las personas sean más capaces de dar mejores soluciones a la problemática de la construcción del sentido existencial; y así, propiciar que el contexto sea más amable con respecto al fenómeno.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Anthony Giddens (1995) afirma que el conocimiento tiene la capacidad de darle herramientas al agente para que esté lo suficientemente empoderado ante las estructuras sociales y el ambiente cultural; es decir, que éstas no sean las que se impongan y determinen su proyecto de vida, sin un consentimiento consciente; y que, además, el sujeto sea capaz de modificar las estructuras con el propósito de adecuar el entorno para que sea un ámbito de desarrollo humano que propicie el respeto a la dignidad de la persona. Su teoría de la estructuración reconoce que a las puertas del siglo XXI la naturaleza de la modernidad con sus instituciones cada vez más complejas y más problemáticas se entretrejen con la vida del individuo y esto plantea un problema sociológico.

Un primer eje analítico estudia el contexto actual en el que se pretende construir el sentido de la existencia. Al respecto, encontramos que en la actualidad se aspira a que la persona ejerza su libertad, a vivir acorde a su propia cosmovisión, a definir sus principios éticos y su jerarquía de valores, así como a tomar decisiones haciéndose responsable de sus actos. En concreto, la nueva consigna que trae consigo la modernidad es la de autodirigirse con responsabilidad con el fin de construir el propio proyecto de vida y, a la par, participar en la conformación de las estructuras sociales mediante el diálogo, la inclusión, la tolerancia y la democracia. De acuerdo a esta utopía, las personas deberían estar siendo capaces de expandir su capacidad de agencia.

Paradójicamente, cuando se explora la realidad con base en estadísticas, observación y datos empíricos, queda manifiesto que las tasas de alcoholismo, drogadicción, criminalidad, violencia y suicidio, sobre todo en la población joven, presentan una tendencia constante y pronunciada al alza en México y en el mundo. Las preguntas que surgen son: ¿Cómo podemos explicar esta paradoja? ¿Se relacionan estas conductas con la

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

falta de sentido de la existencia? ¿Por qué las personas están eligiendo distintas vías de escape para evadir la realidad que tanto las lastima?

El segundo eje analítico se sustenta desde la perspectiva de la teoría del Dr. Viktor E. Frankl, en concreto desde la Ontología, la Antropología Filosófica y la Psicología con el propósito de esclarecer preguntas como: ¿Quién es la persona? ¿Es la persona un ser libre? ¿Con qué facultades cuenta para poder construir el sentido de su vida? ¿Hasta dónde está facultada para no dejarse determinar por las estructuras sociales? ¿Cuáles valores humanos pueden dar luz a la persona en la búsqueda del sentido de su existencia?

La estructura de la tesis se conforma de la siguiente manera, en el primer capítulo se define el problema de investigación, comenzando por el objeto de estudio con sus alcances y sus limitaciones para después establecer la pregunta central de investigación y otras preguntas que de forma satelital la circundan para lograr un mayor esclarecimiento del fenómeno; a continuación, se encuentran el objetivo general y los particulares, después, se presenta la justificación que propone como pertinente y necesario el estudio y finalmente el estado del arte. En el segundo capítulo está el marco referencial desde una narrativa autoetnográfica, en la que comparto experiencias que me llevaron al estudio de la logoterapia y el análisis existencial del Dr. Viktor E. Frankl. Dentro de este mismo capítulo se presenta una narrativa en la que se expone la manera en la que fui estudiando los temas, para luego pasar a la reflexión de los mismos. El tercer capítulo contiene el marco teórico que da fundamento al estudio. En él se presentan las siguientes secciones: postura del existencialismo con relación a la pregunta sobre el sentido de la vida; planteamiento que hace el Personalismo Comunitario sobre el carácter relacional y trascendente del ser humano; la teoría del Dr. Frankl sustentada desde la antropología y la ontología de la persona; rasgos más

importantes de la sociedad de consumo, los cuales fungen como obstáculos para la construcción del sentido de la existencia desde la perspectiva de Karl Jaspers, Emmanuel Mounier, Zygmunt Bauman y Byung-Chul Han. El cuarto capítulo presenta el diseño metodológico del estudio, por lo que se aborda el tipo de diseño, el perfil de los sujetos de estudio, los instrumentos para la obtención de la información, el procedimiento y las estrategias de análisis. El capítulo cinco y el seis presentan el análisis de los resultados y la discusión de los mismos respectivamente. Finalmente, en el capítulo siete se exponen las conclusiones y algunas recomendaciones que se consideran pertinentes.



**CAPÍTULO I**

**Planteamiento del Problema de Investigación**

“Existe una necesidad apremiante de mostrar cómo las prácticas de investigación cualitativa pueden ayudar a cambiar al mundo de manera positiva. Es necesario seguir participando en la promesa pedagógica, teórica y práctica de la investigación cualitativa como forma de práctica de la democrática radical.”

Norman K. Denzin.

## I.1 Objeto de estudio

El paradigma al que se acoge el presente estudio es aquel que la investigación social ha adoptado a partir de los últimos años y que, en contraposición con el paradigma del positivismo, se presenta desde una perspectiva interpretativa. La construcción del objeto de estudio desde este enfoque se construye en torno al eje epistemológico en el que una pregunta eje de investigación funge como componente central del objeto de estudio y la lógica que acompaña al estudio es la del *descubrimiento*.

El descubrimiento se caracteriza por contener “todas aquellas cuestiones relacionadas con razones y motivos de los desequilibrios, rupturas, contraindicaciones, insatisfacciones y conflictos en que se involucra el sujeto cognoscente” (Becerra, 1994, p. 19); lo cual significa que el investigador desconoce *a priori* la problemática que al final su estudio revelará. En concreto, afirma Becerra (1994), “la pregunta de investigación es el desconocimiento de algún asunto de interés” (p. 27).

La construcción del objeto de estudio de esta investigación responde a la modalidad: *pensando en tensión*, mediante la cual el investigador considera “la interacción de una perspectiva teórica en un contexto empírico específico” (Patiño y Padilla, 2011, p. 168). En este estudio, el *análisis existencial* del Dr. Frankl hizo posible, en un primer momento, en mi persona, la introspección, la observación, el análisis y el diagnóstico de la manera en la que yo iba construyendo mi propio sentido de vida, para después observar cómo mis

alumnos universitarios lo hacían. El proceso se dio de tal forma que de la teoría se pasaba a la observación de los datos empíricos y de los hechos, y de vuelta a la revisión de la teoría, y así sucesivamente, hasta que el conocimiento sobre las categorías de análisis resultaba más claro. Dichas categorías significadas en la experiencia de cada individuo y expresadas desde su propia subjetividad.

Con el fin de lograr la construcción del objeto de estudio se estableció como teoría principal el *análisis existencial* desde la perspectiva del Dr. Viktor E. Frankl, con su propio planteamiento antropológico y ontológico.

A partir de la teoría de Frankl se postulan ocho categorías de análisis: 1) *sentido de la vida*, el cual se visualiza como un problema exclusivo del ser humano y una cuestión a resolver por cada individuo de manera subjetiva. Se concibe, desde esta perspectiva, que la persona debe desplegar, a partir de su voluntad de sentido, un enorme afán por lograr este acometido encontrando una o varias misiones de vida y actuando responsablemente ante sus requerimientos o demandas; 2) *vacío existencial*, este término es la cara opuesta del sentido, su sintomatología se detecta por la carencia de objetivos, aburrimiento, sensación de falta de sentido y de propósitos. La frustración existencial se esconde detrás de diferentes máscaras, como pueden ser adicciones a sustancias que actúan como estupefacientes, el trabajo como adicción, compras compulsivas, deportes extremos y trastornos alimentarios, pudiendo culminar con el suicidio. Otro de los rasgos característicos del sinsentido es cuando el individuo acelera el ritmo de su vida sin contar con un propósito definido en el horizonte de su porvenir; 3) los *valores de creación*, los cuales representan una de las vías para transitar hacia el área del sentido existencial, dado que es una oportunidad para que la persona se enlace con su comunidad (trascendencia).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Su valor radica en que la persona da un sentido a su trabajo por el hecho de otorgar un servicio a los demás facilitando la realización humana, además, la persona vive su unicidad y su irrepetibilidad por la manera muy particular en que realiza la obra; 4) los *valores de vivencia* como segunda vía, representa la vivencia de un ser humano en su unicidad y su peculiaridad por lo que se da una actitud de gratitud por la existencia de ese otro ser humano, adicionalmente, se otorga un mayor valor a la vida y al mundo. Frankl afirma que la existencia es autotranscendencia y que este acto se da gracias a la esencia espiritual de la persona; 5) los *valores de actitud* son la tercera vía, y establecen que el dolor y el sufrimiento templan el carácter de la persona y la hacen más fuerte, de esta manera una tragedia humana puede convertirse en un triunfo personal, la razón estriba en que se crea una tensión interna que genera la energía para pasar del ser al deber ser. Por el contrario, huir de la realidad y refugiarse en la embriaguez equivale a creer que de este modo se borra el motivo que origina el sufrimiento, y, por ende, la persona no transita por el proceso de duelo con la finalidad de llegar a la aceptación; 6) *dimensión espiritual* de la persona como fenómeno específicamente humano, lo cual significa que la persona tiene la capacidad de salir de sí misma para ir al encuentro del otro, por lo que Frankl afirma que la existencia acontece en el espíritu; 7) la *libertad* es otra categoría y significa que la persona puede decidir qué actitud tomar ante lo irremisible, implica liberarse de las fuerzas del destino y esforzarse en la construcción del propio proyecto de vida, el pasado representa un acicate provocando actos responsables a través de la experiencia; 8) la *responsabilidad* significa que la persona debe dar una respuesta ante los cuestionamientos que la vida le plantea, lo más importante es encontrar el sentido del deber a partir del sentido concreto de la vida de un ser único e irrepetible con vista a la finitud, ya que la muerte es ineludible.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

A través del pensamiento de Karl Jaspers, Emmanuel Mounier, Carlos Días, Zygmunt Bauman y Byung Chul Han se estudian las características de aquellos elementos sociales y culturales que oponen resistencia a la realización del sentido dado que, como se ha comentado con anterioridad, el contexto en el que se desenvuelve el sujeto es una variable clave en la construcción del sentido de la existencia.

En concreto, el objeto de estudio de esta tesis enmarca mi proceso de aprendizaje a través del análisis existencial y mi propia construcción del sentido de vida, como antecedente del estudio; posteriormente, el fenómeno se estudia en el equipo de ochenta y dos psicólogos que colaboran en el DIF Estatal de Aguascalientes con el programa “Juntos por la Vida”, quienes se desarrollan en un contexto social y cultural local que influye sobre la cosmovisión que los sujetos de estudio tienen sobre el sentido de la vida y su construcción.

Como puede apreciarse, la persona es nuestro sujeto de estudio, más no en sentido genérico, lo significativo será lograr responder a la pregunta por el sentido con la propia voz de un individuo; es decir, desde la subjetividad del grupo de psicólogos que necesitan sostenerse dentro del área del sentido existencial para así lograr la realización de sus propias vidas; y, además, colaborar profesionalmente con la finalidad de que los adolescentes de las zonas más pobres, violentas y vulnerables logren el mismo propósito.

Los alcances del estudio se sitúan en la dinámica de las vidas de los sujetos de estudio, en sus propias dubitaciones, sus propios encuentros y desencuentros; aunque, inevitablemente los psicólogos por su labor constantemente piensan en los adolescentes que atienden. Esto último puede atribuirse a que perciben su labor profesional no solo como la fuente que genera ingresos para su sostenimiento, sino como una vocación que viene a ser parte esencial de su propia realización personal.

## **I.2 Planteamiento de las preguntas de investigación**

Las preguntas de investigación se generan tanto desde una perspectiva empírica como teórica, ambas se entrelazan entre sí y en el devenir alumbran nuevas preguntas.

Pregunta central de investigación:

¿Cómo construyen, significan y/o resignifican el sentido de sus vidas los psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida” y cómo influyen estos procesos en sus intervenciones con los estudiantes de secundaria a los que acompañan?

Preguntas satelitales de investigación:

1. ¿Cómo han resuelto sus crisis de sentido los psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida”?
2. ¿De qué manera el *análisis existencial* suscitó reflexiones profundas y acciones concretas en torno al sentido de la vida de los psicólogos?
3. ¿Cuáles y de qué manera los referentes sociales y culturales influyen en la construcción o pérdida del sentido existencial en los psicólogos?
4. ¿El *análisis existencial* de sus propias vidas propició en los psicólogos algún cambio con relación a su labor de acompañamiento a los adolescentes de las secundarias en las que laboran?

## **I.3 Objetivo general y objetivos particulares**

Objetivo general: Comprender cómo construyen, significan y/o resignifican el sentido de sus vidas los psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida” y cómo

influyen estos procesos en sus intervenciones con los estudiantes de secundaria a los que acompañan.

Objetivos particulares:

1. Comprender cómo han resuelto sus crisis de sentido los psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida”.
2. Analizar de qué manera el *análisis existencial* suscitó reflexiones profundas y acciones concretas en torno al sentido de la vida de los psicólogos.
3. Valorar cuáles y cómo los referentes sociales y culturales influyen en la construcción o pérdida del sentido existencial en los psicólogos.
4. Inferir la incidencia que el *análisis existencial* de sus propias vidas propició en los psicólogos algún cambio con relación a su labor de acompañamiento con los adolescentes de las secundarias en las que laboran.

#### **I.4 Justificación**

La pertinencia social del presente estudio se finca en la labor que realiza el equipo de psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida” del DIF estatal de Aguascalientes. El programa tiene el propósito de que los psicólogos den acompañamiento socio-emocional a adolescentes que cursan la secundaria en planteles que se ubican dentro de las áreas de mayor riesgo en el estado con la finalidad de lograr un mayor y más sano desarrollo integral y la inserción al tejido social.

El trabajo de acompañamiento que realiza este grupo de psicólogos a los estudiantes del nivel de secundaria en las zonas más pobres, violentas y marginadas del estado, representa

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

un gran desafío para ellos, dado que, cada día, deben enfrentarse a situaciones que degradan al ser humano y se oponen a un desarrollo armónico de la personalidad. Uno de los factores a destacar es que las condiciones de pobreza y marginación no parecen tener una solución, ni siquiera a largo plazo, dadas las estructuras políticas, sociales y culturales que caracterizan al estado.

La marginación y la falta de oportunidades se han establecido como un pesado bloque que parece inamovible, por lo tanto, el trabajo de los psicólogos tiende a ser desgastante, genera mucha tensión, y, en variadas ocasiones, resulta infructuoso. Se pudiera decir que ellos laboran dentro de un círculo vicioso que no permite a los adolescentes una salida natural hacia mejores circunstancias de vida; así las cosas, los estudiantes caen víctimas de la desesperanza y, por ende, en ocasiones, buscan la salida a través de la violencia, estupefacientes y el suicidio.

Con el objetivo de complementar su formación profesional, en el programa se incluye el tema sobre el sentido de la vida desde la perspectiva del Dr. Viktor E. Frankl con la finalidad de orientarlos en sus procesos de búsqueda y construcción del sentido de sus vidas, atendiendo a: 1) sus necesidades personales y a sus propias crisis existenciales, 2) las difíciles circunstancias habituales de su trabajo y 3) los estragos de la pandemia. Las tres vertientes habían logrado mellar la resistencia anímica de los integrantes del equipo.

Para contextualizar el programa “Juntos por la Vida” se presentan algunos datos que ayudan a visualizar la realidad con mayor claridad. Se reconoce que en Aguascalientes existen brechas sociales y desigualdades en lo que se refiere a la disposición de servicios básicos. Según el CENEVAL, entre el 2008 y el 2018, el 1.2% de la población sufre de pobreza extrema. Esta problemática no es mayor, en comparación con otras entidades, pero

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

existe (Actualización del PED 2016-2022, 2020, p. 17) En lo que se refiere al porcentaje de la población que vive en estado de pobreza, según la fuente antes referida, es del 26.18%, situando al estado en el quinto lugar a nivel nacional. (Actualización del PED 2016-2022, 2020, p. 17). Esta fuente concluye que “es necesaria la inclusión de aquellos grupos vulnerables: niños, jóvenes, mujeres, discapacitados y adultos mayores. La ciudad y su infraestructura, equipamiento y servicios deben apuntar al desarrollo y bienestar de ellos, y ofrecer igualdad de oportunidades que velen por su bienestar.” (PED, 2017, p. 51)

El papel que juega el DIF estatal es relevante porque tiene la misión de hacer realidad la inclusión de grupos vulnerables dentro del tejido social y ofrecer igualdad de oportunidades. Para atender dicha misión fue que se creó el programa “Juntos por la Vida”, siendo que los psicólogos que operan el programa son la clave esencial para su realización.

Este estudio aporta un mayor conocimiento sobre el fenómeno en cuestión, tomándose en cuenta que no se encontró ningún estudio en la localidad y en el país que enfoque el tema desde esta perspectiva. La investigación puede servir al sector educativo para replantear estrategias que atiendan cuestiones de carácter existencial en los centros educativos.

En la actualidad, responder a preguntas existenciales que son connaturales al ser humano se ha ido problematizando dadas las características del entorno social y cultural. El estado de Aguascalientes se caracteriza por tener una fuerte influencia que proviene de los Estados Unidos de Norteamérica, dada la vecindad con este país, sobre todo, en lo que se refiere a los parámetros de una sociedad de consumo, a lo que se suma el número de personas que emigran a este mismo país con el fin de buscar mejores oportunidades de trabajo. Ambas vertientes influyen de manera significativa en el ideal de vida al que se aspira y en los patrones de consumo de la población local. Así se puede apreciar un choque de culturas:

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

por un lado, se impone la pobreza y la vulnerabilidad que caracteriza al entorno local, nacional y latinoamericano y, por otro, el deseo de consumir, de tener una variedad de bienes materiales para hacer que la vida sea más placentera. El dilema interior que se da dentro de la persona puede llevarla a confrontar un choque de valores, que puede convertirse en una neurosis noógena que, si se hace patológica, conduce al vacío existencial.

La razón por la que se eligió a este grupo de psicólogos como sujetos de estudio obedeció a la intención de producir un efecto multiplicador. Por lo tanto, afirmamos que, en la medida en la que los psicólogos estén más orientados hacia un sentido de vida pleno, tendrán más herramientas personales y profesionales para apoyar a los adolescentes en su propia lucha por el sentido. Cabe recordar que el estudio se limita al equipo de psicólogos y que no se extiende a los adolescentes.

En cuanto a lo que se refiere a la justificación de los fundamentos epistemológicos sobre los que se estructura esta investigación, partimos del reconocimiento de que la Filosofía guarda una estrecha relación con la concepción que tienen las personas del mundo.

A ningún hombre, en cuanto ser consciente, puede faltarle una representación de su contorno vital. El hombre no está en el mundo en un sentido meramente topográfico. Su estar en el mundo es, fundamentalmente, un estar humano, esto es, *ante él*. El hombre no se limita a ser tenido o cobijado por el mundo, sino que, a su vez tiene a éste de una cierta manera: como *objeto total* (Millán, 1962, p. 54).

La concepción del mundo que cada uno tiene de manera subjetiva no hace que su pensar sea racional; sino que, solo expresa su propia experiencia de vida y un determinado grado de conocimiento de su entorno. La tesis asume que “la filosofía no es una simple expresión de la personal subjetividad del filósofo” (Millán, 1962, p. 55); sino que, por el contrario:

“La filosofía es una concepción del universo, la concepción del universo que se adquiere en el ejercicio de un poder cognoscitivo, la razón humana, de valor trascendente. Sólo nuestra razón puede proporcionarnos –por medios naturales, se entiende- una verdadera, rigurosa concepción del mundo” (Millán, 1992, p. 56). El Realismo, desde esta perspectiva afirma que el ser humano posee la capacidad de reflexionar sobre sí mismo y sobre su relación con aquello que lo circunda. Así mismo, se afirma la existencia objetiva de un mundo material y de los universales o ideas abstractas; es decir, se admite que existen cuestionamientos sobre qué es lo que existe y cómo es que la persona percibe la realidad a través de sus sentidos. “Lo que define al realismo natural es la afirmación de que se da también, y primordialmente, una captación inmediata de lo transubjetivo. Este conocimiento está exigido por la veracidad de las potencias cognoscitivas denominadas *sentidos externos y entendimiento*” (Millán, 1992, p. 479).

En cuanto a la justificación teórica, se establece que la reflexión en torno al fenómeno de la construcción del sentido de la existencia se hace principalmente desde tres ángulos: la filosofía, la psicología y la educación. El primer ángulo se encuadra desde la antropología filosófica y la ontología que propone el *análisis existencial* del Dr. Viktor E. Frankl con el objetivo de esclarecer de manera explícita las respuestas a las preguntas: ¿Quién es la persona? ¿Cuáles dimensiones conforman su ser? ¿Cuál es el sentido de su existencia? ¿Cómo se construye el sentido de la existencia?

De forma adyacente, dado que la persona vive inmersa en un contexto, se considera pertinente incluir desde la mirada de la filosofía y de la sociología, algunas reflexiones y análisis que han propuesto distintos pensadores, en tanto que estudiosos de las características que perfilan nuestro mundo social y cultural. Una de las corrientes del

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

pensamiento que ha influido predominantemente en la forma de pensar, decir y actuar, a partir del siglo XX, es el *existencialismo*, razón por la cual el objeto de estudio se enfoca desde esta cosmovisión. A raíz de las pérdidas humanas y materiales que generaron las dos primeras guerras mundiales, las personas contemplan con horror la devastación que sufrió Europa y se cuestionan en medio del sufrimiento sobre el sentido de sus existencias. Frankl vivió en esa época, sufriendo en carne propia los horrores del holocausto, a partir de su experiencia de vida y la de otras personas el postula su teoría sobre el sentido de la vida. Si bien, él estructura su propuesta desde la psiquiatría, considera que es necesario construir la logoterapia sobre los cimientos del análisis existencial, que él mismo formula a partir de sus estudios filosóficos. El propósito del análisis existencial es esclarecer quién es la persona, su constitución ontológica y por qué cabe afirmar que la búsqueda de sentido es connatural al ser humano.

Los postulados que estructuran y problematizan la construcción del sentido de la existencia en este trabajo de investigación asumen, de acuerdo con el pensamiento de Frankl, que: 1) Es connatural a la persona actuar desde un determinado paradigma filosófico o cosmovisión y que este influye sobre su manera de pensar, decir y actuar, aunque la persona no tenga clara su postura. Las diferentes cosmovisiones se manifiestan a través de múltiples y variadas maneras como reflejo de la cultura, la religión, las tradiciones y los cánones sociales. Los podemos encontrar en la cotidianidad de la vida diaria, en las directrices de la educación, la música, el cine, el discurso político, la literatura, la pintura, en las tradiciones y en un sinfín de representaciones del pensamiento; es decir, no es necesario adentrarse en el estudio formal de la filosofía para filosofar. 2) Las preguntas existenciales son connaturales a la persona, en el sentido de que éstas se plantean y se resuelven desde

la subjetividad; es decir, acorde a la manera de ser única e irrepetible de cada individuo y a las circunstancias a las que se va enfrentando a lo largo de su vida. 3) La construcción del sentido recibe una influencia directa desde el contexto en el que la persona vive y se desarrolla. Sin embargo, hay que notar que Frankl afirma que, sin importar cómo sean las características del contexto, aún en las peores circunstancias, todo ser humano tiene la necesidad y la capacidad de encontrar el sentido de su vida; es decir, se puede comprender mejor con la afirmación: *la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia*. 4) La persona puede tener conciencia o no de la existencia de las estructuras sociales y de sus dinámicas; sin embargo, aunque no se tenga una clara conciencia de estos procesos, estos están ahí e influyen en la forma de pensar y de actuar de la persona. 5) La persona puede preservar su libertad a pesar de las estructuras sociales y ella misma puede ser un agente de cambio para su entorno. La vida del sujeto se da dentro de una dinámica de interrelaciones, siendo estos espacios en los que el ser humano forja su identidad y, a la par, construye el sentido de su vida.

El tercer ángulo desde el cual se enfoca el presente estudio es desde la perspectiva de la educación, en concreto, desde el campo específico de la *formación humana*. Se entiende que este campo tiene la encomienda de proponer estrategias para propiciar el desarrollo de actitudes y valores en el educando, los cuales facilitan su proceso de maduración y el logro de una vida plena, así como su inserción en la vida social. En el presente estudio se considera que la madurez en el ser humano se alcanza en la medida en la que el individuo va acrecentando su capacidad de asumir conscientemente sus decisiones con responsabilidad y compromiso.

Al asumir que es connatural al ser humano, al cuestionarse sobre el sentido de su existencia, es necesario problematizar de qué manera los adultos que están al cargo de la formación humana de los adolescentes deben coadyuvar en esta misión de vida. La tesis se instrumenta con base en el análisis existencial, como se ha mencionado con anterioridad, por lo que cabe destacar la importancia de la formación del individuo tomando como principal eje la conciencia de responsabilidad.

Otra de las perspectivas desde las que se orienta el estudio es el de la psicología. La teoría del Dr. Viktor E. Frankl es la que da estructura a la indagación. Y sobre esta base se cuestiona a un grupo de psicólogos para que expresen la manera en la que ellos se preguntan, buscan respuestas y construyen el sentido de sus vidas. Cabe hacer la aclaración de que el objetivo del estudio no es hacer intervenciones clínicas con ellos, sino que, mediante las reflexiones que son suscitadas por medio del análisis existencial, los sujetos de estudio planteen sus propias preguntas existenciales, encuentren sus propias respuestas y comprendan que el encuentro del sentido no debe dejarse a merced de los paradigmas sociales, culturales o simplemente al azar.

### **I.5 Estado del Arte**

A continuación, presentamos un análisis de estudios que giran en torno al problema de investigación, con la finalidad de hacer una valoración sobre lo que éstos aportan al campo del conocimiento y cómo pueden enriquecer la perspectiva del propio estudio.

Un primer estudio se titula: “Influencia de la sintomatología depresiva y el vacío existencial en la sintomatología de ansiedad generalizada en universitarios de Lima.” fue realizado por

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Luis M. León S. en el año 2019, en la universidad de Lima, Perú. Su objetivo fue justamente lo que se describe en el título. Éste se diseñó como un estudio no experimental de corte transversal, de nivel básico con alcance explicativo y enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 512 universitarios de ambos sexos de varias facultades. El tipo de muestreo fue probabilístico estratificado. Los instrumentos usados fueron el inventario de depresión de Beck (BDI II), el Test de propósito en la vida (PIL) y la escala del trastorno de ansiedad generalizada (GAD-7). Se llegó a la conclusión de que la sintomatología depresiva y el vacío existencial predisponen la probabilidad de desarrollar sintomatología de ansiedad generalizada en los universitarios estudiados, ya que las exigencias académicas y el desarrollo de metas pueden generar angustia, tristeza, vacío existencia, lo que, a su vez, ocasiona el riesgo de deserción académica y la afeción del equilibrio biopsicosocial. Esta investigación, aunque no persigue los mismos objetivos de la que en este estudio se pretende investigar, nos da luz sobre la manera en que se dio la relación de las variables que están directamente relacionadas con el problema existencial de la falta de sentido. Se utiliza el PIL, como uno de los instrumentos de evaluación.

Una segunda investigación titulada “Jóvenes y subjetividad negada: Apuntes para pensar la intervención socioeducativa sobre prácticas autolesivas y suicidio”, fue realizado por Carina V. Kaplan y Ezequiel Szapu, y publicado en marzo del año 2019 en Argentina, por parte de la Universidad de Buenos Aires. El estudio utiliza un enfoque sociológico. Según este trabajo, en la población joven la violencia auto-infligida y el suicidio representan modos de procesar su emotividad ante la necesidad por encontrar lazos entre sus existencias individuales y sociales. También se encontró que la carencia de recursos materiales y culturales entre los jóvenes traen consigo sentimientos de exclusión y una sensación de

vacío existencial. Los jóvenes necesitan construir perspectivas de futuro, tener un grupo de pertenencia y dotar de sentido a su vida. Ante el peso de una mirada que desvaloriza, excluye y condena a la soledad, la crisis vital deviene de una identidad que se encuentra en constante tensión entre los deseos y sus posibilidades de realización.

Se presenta un tercer estudio, titulado “Educación para sentido de vida y valores: percepción de universitarios a partir del libro “El hombre en busca de sentido” de Viktor Frankl”. La autoría corresponde a David Moisés Barreto Dos Santos, y fue publicado en el año 2019. El investigador parte del supuesto de que la sensación de vacío y falta de sentido en la vida se ha extendido en la sociedad contemporánea, especialmente en la juventud. Por consiguiente, se hace necesaria una educación que promueva el desarrollo personal ancorado en el sentido de la vida, que es comprendido aquí como la motivación primaria del ser humano. Se considera que una estrategia pertinente es el uso de expresiones literarias. El objetivo del estudio es describir y discutir la percepción de jóvenes universitarios de ingeniería de computación en relación a la lectura del libro “El hombre en busca de sentido” de Viktor Frankl. Los informes producidos por los estudiantes fueron investigados con base en el análisis de contenido. En general, los resultados demuestran que los estudiantes se dieron cuenta de la importancia de sentido en la vida en su cotidiano y en la superación de dificultades, igualmente la libertad y la responsabilidad que el ser humano tiene para elegir posibilidades significativas o, en su defecto, no hacerlo.

Un cuarto estudio se titula “El Sentido de la Vida: Factor protector de Ansiedad y Depresión”, y fue realizado por Milagros Armas Arráez y Antonio López Castedo, publicado en 2018 y estructurado con un enfoque cuantitativo. El estudio parte del supuesto de que en la actualidad la persona vive de prisa, busca placeres efímeros, presenta un

comportamiento dirigido al consumo de bienes, con lo cual los valores han pasado a un segundo plano; por lo tanto, estas conductas han generado psicopatías como la ansiedad y la depresión debido a la presencia de un vacío existencial. Las prácticas sociales y culturales han de facilitar el encuentro del sentido existencial. El estudio observa las diferencias en torno al sentido de la vida en función de variables como: sexo, edad, nivel de estudios, lugar de residencia, clase social, religión y su práctica, la experiencia vicaria de la muerte, la vivencia propia cercana a la muerte; en una muestra de pacientes con ansiedad y depresión. El objetivo del estudio fue medir el constructo “sentido de la vida” y estimar su influencia en los trastornos de ansiedad y depresión a través del test PIL. Los resultados mostraron que el bienestar personal, la satisfacción con la vida, la vida cargada de sentido nos protege de la ansiedad y la depresión.

Un quinto estudio, titulado “Autoestima y sentido de la vida en estudiantes universitarios”, fue realizado por Yoel Smedema y Ma. Nieves Barahona Esteban en el año 2018. La investigación tiene como objetivo evidenciar el grado de asociación entre la autoestima y el sentido de vida, así como el peso modulador de la variable sexo. Se utilizaron dos instrumentos estandarizados para la evaluación empírica de los constructos: la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y el Purpose in life test (PIL), estas pruebas fueron aplicadas a una muestra de 106 universitarios que estaban dentro de un rango de edad de entre 18 y 26 años. Los resultados encontrados indican que, en cuanto al género, no aparecen diferencias significativas en relación con los niveles de autoestima, como tampoco en el sentido de la vida. En relación a los niveles de autoestima y sentido de la vida se encontró una correlación positiva significativa entre ambos indicadores, siendo la

autoestima sana una condición necesaria, aunque no suficiente, para la presencia del sentido vital.

Un sexto estudio se titula “Resiliencia, ansiedad y sentido de la vida en estudiantes universitarios”, y fue realizado en el 2018 por Yoel Smedema y Ma. Paz Franco Módenes. El trabajo tiene como objetivo hacer evidente el grado de asociación entre la resiliencia, la ansiedad y el sentido de la vida, así como constatar la diferencia entre estas variables en dos grupos de edad y conocer la influencia de la variable sexo. Se utilizaron tres instrumentos estandarizados para la evaluación empírica de los constructos: la escala de resiliencia de Connor y Davidson (CD-RISC), el Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI) y el Purpose-In-Life Test (PIL). Dichas pruebas fueron aplicadas a una muestra de 215 estudiantes universitarios con un rango de edad entre 18 y 31 años. Los resultados encontrados indican que, en cuanto al género, no aparecen diferencias significativas en relación a ninguna de las variables objeto de estudio. En relación a los niveles de resiliencia y sentido de la vida, se encontró una correlación positiva significativa entre ambos indicadores, así como una relación negativa entre la ansiedad y las otras dos variables investigadas.

Un séptimo estudio se titula: “Sentido de la vida y afectividad negativa en pacientes con ansiedad y depresión”, y fue realizado por Milagros Armas Arráez en el año 2016. El estudio parte del supuesto de que el sentido de la vida potencia los valores y una actitud positiva en las personas, por lo que, por ende, estos dos factores proporcionan el bienestar necesario que evita la ansiedad y la depresión. En contraposición, una actitud negativa que denota ansiedad, depresión y obsesión ante la muerte, podría disminuir el sentido de la vida en los pacientes con ansiedad y depresión. El estudio tiene como objetivo observar las

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

diferencias en torno al sentido de la vida y la afectividad negativa en función de las siguientes variables: sexo, edad, nivel de estudios, lugar de residencia, la religión y su práctica, la experiencia vicaria de la muerte, la exposición propia a un hecho traumático cercano a la muerte; en una muestra clínica de pacientes con ansiedad y depresión. Operativamente, se trata de observar como el sentido de la vida y la afectividad negativa, influyen en los trastornos de ansiedad y depresión, evaluando ambos constructos con cuatro instrumentos: Purpose In Life Test (PIL), Death Anxiety Scale (DAS), Death Depression Scale-Revised (DDS-R), Death Obsession Scale (DOS). Los resultados encontrados mostraron que los pacientes con ansiedad tienen más sentido de la vida y más afectividad negativa, rasgo en el que también coinciden las mujeres. Varias son las diferencias encontradas en las variables independientes asignadas (características sociodemográficas, experiencias vitales, práctica religiosa, entre otras), que pueden explicar la afectividad negativa y el sentido de la vida. La relación inversa entre de ambas se pone de manifiesto, ya que a menor sentido de la vida mayor afectividad negativa; por lo que el bienestar personal, la satisfacción con la vida y la vida cargada de sentido evita el malestar ante la muerte y lleva a la aceptación vital como un camino hacia la muerte. La focalización en el sufrimiento conlleva, en la población clínica analizada, a sentirse más alejados de la felicidad auténtica y de la libertad, la cual sirve de antidepresivo natural ante las dificultades de la vida, evitando depresiones y formando la base de la propia resiliencia.

El octavo estudio se titula: “Sentido de la vida y afectividad negativa en pacientes con ansiedad y depresión”. En este trabajo, el sentido de la vida potencia los valores en las personas y una actitud positiva, que las lleva a conseguir el bienestar necesario, para evitar tener ansiedad y depresión. Por otro lado, una actitud negativa acompañada de ansiedad,

depresión y obsesión ante la muerte, podría disminuir el sentido de la vida en los pacientes con ansiedad y depresión. Este estudio observa las diferencias en torno al sentido de la vida y la afectividad negativa en función de distintas variables: sexo, edad, nivel de estudios, lugar de residencia, la religión y su práctica, la experiencia vicaria de la muerte, la exposición propia a un hecho traumático cercano a la muerte; en una muestra clínica de pacientes con ansiedad y depresión. Operativamente, se trata de observar cómo el sentido de la vida y la afectividad negativa influyen en los trastornos de ansiedad y depresión, evaluando ambos constructos con cuatro instrumentos: PIL (Purpose In Life), DAS (Death Anxiety Scale), DDS-R (Death Depression Scale-Revised) y DOS (Death Obsession Scale). Los resultados muestran que los pacientes con ansiedad tienen más sentido de la vida y más afectividad negativa, rasgo en el que también coinciden las mujeres. Varias son las diferencias encontradas en las variables independientes asignadas (características sociodemográficas, experiencias vitales, práctica religiosa, entre otras), que pueden explicar la afectividad negativa y el sentido de la vida. La relación inversa entre de ambas se pone de manifiesto ya que, a menor sentido de la vida, mayor afectividad negativa. Por lo que el bienestar personal, la satisfacción con la vida, la vida cargada de sentido evita el malestar ante la muerte y lleva a la aceptación vital como un camino hacia la muerte. La focalización en el sufrimiento conlleva, en la población clínica analizada, a sentirse más alejados de la felicidad auténtica y de la libertad que sirve de antidepresivo natural ante las dificultades de la vida, evitando depresiones y formando la base de la propia resiliencia.

Un noveno estudio se titula: "La crisis del vacío existencial desde la depresión hacia la liberación. Una forma de expresión de la violencia social estructural, destructiva y aniquilante", de Leonardo M. Daroni S. y fue publicado en el año 2014. Esta investigación

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

analiza el problema del vacío existencial desde la óptica de las políticas de la economía de mercado que se da en el marco de la globalización. Su objetivo fue analizar el momento histórico actual y las causas de la conducta suicida y la depresión como forma de expresión ante las políticas de globalización y la axiología posmoderna con la finalidad de elaborar una propuesta que logre mejorar la calidad de vida y la promoción de la salud de la comunidad. La hipótesis planteada se definió de la siguiente manera: “Se asume que las políticas de globalización (las prácticas del mercado, las formas de control social, políticas de calidad, etc.) provocan en la persona un complejo proceso en donde ésta se construye como un objeto, mediante este proceso se da la pérdida del sentido de su vida”. Las nuevas enfermedades contemporáneas surgen como parte de este proceso: adicciones, trastornos alimentarios, depresión, violencia generalizada y violencia en varias de sus manifestaciones. A nivel social, se observa que los lazos sociales se van rompiendo, así como la confianza, mientras que en el entorno se da la injusticia, impunidad y falta de conductas éticas.

Un décimo estudio tiene la autoría de Lucía Merino Malillos y se titula: “El sentido de vida en los jóvenes: redes sociales, relaciones significativas y actividades de ocio”, el cual es un segmento de un estudio mayor: “Significado sociológico del colectivo joven y análisis de su sentido de vida”, que dirige el Grupo de Investigación PSICOSOC y que fue publicado en el año 2011. Este estudio vincula las perspectivas de la psicología (enfoque existencial) y el de la sociología (enfoque cognitivo) con el concepto de <<sentido de vida>> que predomina en la mente de los jóvenes en la actualidad. ¿Cómo perciben los jóvenes el sentido de sus vidas? Para profundizar en la construcción social del sentido de vida en la juventud, se analizó la relación con las diferentes actividades que desarrollan. Asimismo,

se pretendió averiguar qué referentes sociales y culturales son sus fuentes de sentido. El marco teórico de referencia fue fundamentado en el pensamiento del Dr. Viktor E. Frankl, como representante de la psicología humanista existencial. La afirmación antropológica fundamental se expresa como: “Convertirse en persona significa, en efecto, asumir la propia existencia con responsabilidad y proyectarla libremente en el mundo.” La primera cuestión fue indagar la posible relación entre el uso de las redes sociales como actividad de ocio y la frustración existencial. Seguida por la pregunta: ¿Son las relaciones sociales más significativas, con los amigos y la familia, una fuente de sentido para los jóvenes? La última cuestión hace referencia al uso dual del tiempo que realiza la juventud estudiada en relación a las actividades socializadoras e individualistas y su sentido de vida. Los resultados mostraron que el sentido de vida disminuye en la medida en la que aumenta el tiempo de exposición a las redes sociales y a actividades en la computadora y que las fuentes prioritarias del sentido de vida en la juventud son la familia y los amigos.

Un undécimo estudio es de la autoría de Fátima Rufo Oviedo y José Navarro Góngora, y se titula: “Abuso de alcohol y sentido de la vida en universitarios de Salamanca”. Su objetivo general: Conocer el comportamiento en consumo de alcohol y otras drogas de los jóvenes universitarios de Salamanca. Especialmente si manifiestan consumos abusivos de alcohol. Y en particular: 1) Conocer el comportamiento de dichos universitarios en relación con la variable “sentido de la vida”, es decir, si los universitarios han logrado tener un propósito o sentido por el cual merece la pena vivir o por el contrario sienten un vacío existencial por la falta de sentido en sus vidas; 2) analizar si existe relación entre el consumo de alcohol y el sentido de la vida. Lo más importante fue analizar cómo se relacionan dichas variables en una muestra universitaria (enfoque psicológico). Para

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

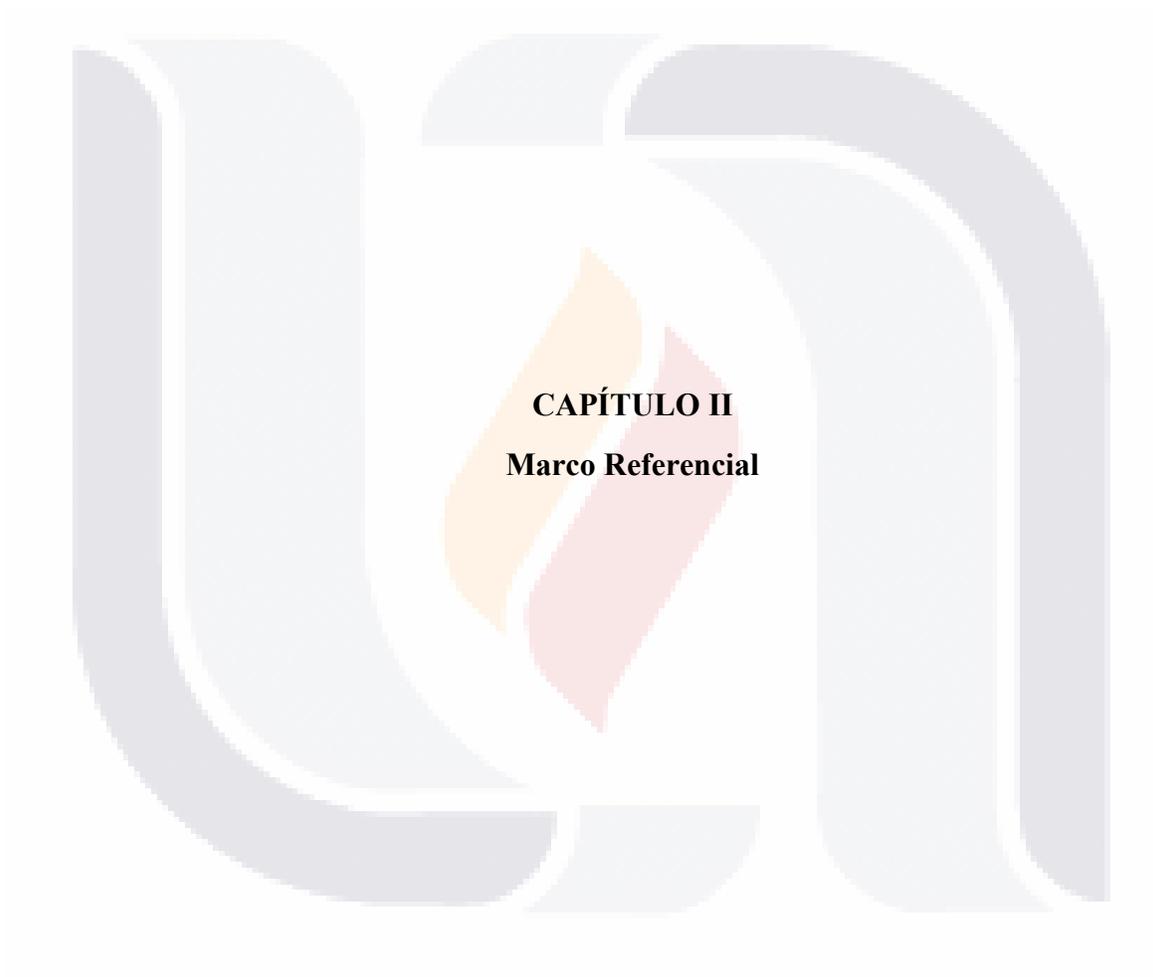
objetivar la variable <<sentido de la vida>> se usó el cuestionario PIL en su versión en español, el cual tiene como objetivo detectar el “vacío existencial” provocado por la falta de “sentido en la vida”.

Un undécimo segundo estudio se titula: “Sentido de la vida y desesperanza: un estudio empírico”, y fue realizado por Joaquín García-Alandete *et al* en Colombia y publicado en 2008. Su objetivo general fue indagar qué relación existe entre el sentido de la vida y la desesperanza. El marco teórico está fundamentado en los escritos del Dr. Viktor E. Frankl, en tanto que afirma que la desesperanza es igual al sufrimiento que carece de sentido. Se utilizó el “Purpose in Life Test” (PIL) para las mediciones. Los resultados que se presentan indican que: 1) La mayoría de sujetos que se encuentran en un nivel nulo-mínimo de desesperanza son aquellos que, a su vez, se hallan en situación de logro de sentido (49,34% del total). 2) La mayoría de sujetos que se encuentran en un nivel leve de desesperanza son aquellos que, a su vez, se hallan en situación de logro-indefinición respecto al sentido de la vida (28,81% del total). 3) La mayoría de sujetos que se encuentran en un nivel moderado de desesperanza son aquellos que, a su vez, se hallan en situación de vacío existencial (2,65% del total). 4) La totalidad de sujetos que se encuentran en un nivel alto de desesperanza se hallan en situación de vacío existencial (0,66% del total).

Un undécimo tercero estudio se titula: “El sentido de vida en estudiantes universitarios mexicanos con alto desempeño académico en una universidad privada”, cuyos autores son María de Lourdes Francke Ramm y Rodolfo Bello Nachón. Sus objetivos fueron: 1) Valorar el “Sentido de Vida” en estudiantes mexicanos que cuentan con algún tipo de beca académica en el ITESM; 2) Explorar los resultados en relación a variables personales, académicas, profesionales y familiares; 3) Comparar los resultados de la investigación con

los resultados de un estudio previo realizado en una universidad mexicana; y 4) Analizar las características psicométricas del instrumento utilizado. El estudio se realizó en la ciudad de Monterrey, N. L. en el año de 2005. Los sujetos de estudio fueron estudiantes becados en el ITESM, de un universo de 4,582 alumnos se eligió una muestra por conveniencia de 1,515 de ellos, representando el 31%, siendo que cursaban 34 carreras diferentes. El instrumento que se utilizó fue el PIL de Crumbaugh y Maholick. Se encontró que un 78.9% de los estudiantes becados muestra un adecuado sentido de vida, un 13.4% se ubica en la zona de indefinición y un 7.7% muestra falta de sentido.

En síntesis, observamos que la mayoría de los anteriores estudios muestran que: 1) El instrumento de evaluación PIL (Purpose In Life Test) es una prueba que los investigadores utilizan frecuentemente con el fin de medir el nivel de sentido de vida de la persona en el momento de realizar la medición, esto se atribuye a que es una prueba estandarizada que brinda un alto nivel de confiabilidad al investigador. 2) Cuando se relacionan distintas variables, como la depresión y la ansiedad con el nivel de sentido de vida se ha encontrado que este ayuda a potenciar una visión positiva sobre la vida y la muerte brindando paz y una mayor resiliencia a quienes transitan por situaciones difíciles. 3) Se pudo observar que los resultados de los estudios que analizan el contexto social y cultural demuestran que dichos contextos influyen significativamente en que a la persona se le facilite o se le obstaculice la construcción del sentido de sus vidas. 4) Se aprecia que las relaciones familiares, de amistad y sociales tienen una importante incidencia en el nivel de autoestima de la persona y en el sentido que otorga a su vida. 5) Entre los estudios revisados no se encontró ninguno de corte cualitativo que pretenda describir los procesos internos de cómo la persona busca, encuentra y construye su sentido de vida.



**CAPÍTULO II**  
**Marco Referencial**

“Al hombre se le puede arrebatar todo, salvo una cosa: la elección de la actitud personal que debe adoptar frente al destino para decidir su propio camino.”

Viktor Frankl

## II.1 María Angélica

¿Cómo poder imaginar que una persona tan entrañable, que ha estado presente durante toda tu vida, con todo su ser, contigo, para ti y para los demás, en un momento dado, ante una contingencia estremecedora de la vida, poco a poco, se vaya distanciando mental y emocionalmente, aunque físicamente siga estando presente?

El principal problema fue que el proceso sucedió de forma paulatina, a cuenta gotas, no te das cuenta, el día viene y va, con sus prisas y sus ajetreos; y, cuando notas la diferencia de los cambios en la persona que amas, la distancia es tan grande y la situación tan grave y confusa que solo te quedas paralizada, la confusión se apodera de ti y no atinas, ni siquiera a dimensionar el problema, mucho menos a pensar que pueda existir una solución.

Cuando la vida te ha dado una madre con una gran fortaleza, das por hecho que ella ha sido dotada con un blindaje tan especial que ningún viento será capaz de derrocarla. La has visto enfrentar tantos retos, tantas batallas y de tan variados calibres, que simplemente, en automático, solo esperas que le suceda lo que les sucedía a esos juguetes que teníamos de niños, llamados “bobos”, los cuales eran unos inflables de plástico que en su base tenían arena, de tal manera que el juego consistía en agarrarlo a guantadas, con el impacto de los golpes se caía y casi de inmediato se reincorporaba por sí mismo, es decir, regresaba a su posición original. El nuestro, mío y de mis hermanos, tenía la figura de un payaso. Ahora que lo recuerdo, me pregunto si este era un juguete educativo que pretendía inculcarte,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

desde pequeño, el que, ante los golpes de la vida, se vale caerse, pero inmediatamente había que levantarte, recomponerse y volver a dar la pelea, en automático, sin ninguna reflexión que mediara en el proceso.

Aunque pensándolo mejor, creo que esta interpretación con relación al juguete es fruto de mi imaginación debido a la educación que recibí desde niña. Recuerdo que mis papás, a mis hermanos y a mí, constantemente, nos repetían frases que iban echando raíces en lo más profundo de nuestro ser: “en la vida debemos ser muy, muy fuertes”, “para atrás, ni para agarrar vuelo”, “no llores, la gente débil no llega muy lejos”, “mejor no te caigas, porque, de todas maneras, te vas a tener que volver a levantar, y será doble el trabajo”, y otras frases que contenían mensajes similares.

Estos mensajes eran, a su vez, el eco de la voz de mi abuela materna, quien fue como mi segunda madre. Sin duda alguna, mi mamá y mi abuela eran mujeres que pareciera que habían venido a esta vida a cumplir con la consigna de ganar todas las batallas y no dejarse vencer por nada, ni por nadie, en el cumplimiento de sus propósitos que giraban en torno a formar familias unidas y funcionales. Y, además, debían de criar a sus hijos con ese mismo ímpetu, con esa misma fortaleza que las caracterizaba. ¡Dos robles bien plantados!

También pervive en mi memoria, como un ejemplo contundente de la fortaleza tan grande que tenía mi mamá, cuando en una ocasión, ella sufrió un accidente. Yo tenía quince años, en plena adolescencia, con ganas de comerme al mundo, descubriendo la vida y conquistándola a mi manera. Ese día, asistimos a un festival deportivo que a fines de ciclo escolar se celebraba en el colegio al que iban mis hermanos.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Mi mamá se sentó en las graderías preparadas para tal ocasión, mis hermanos estaban en las canchas, con sus profesores y compañeros, yo andaba con mis amigas de un lado para otro. De repente, se escuchó un ruido estridente, desconocido, no podías identificar de dónde provenía, luego, un crujir de la madera y el fierro juntos, finalmente, gritos, muchos gritos, gritos de angustia y de dolor. Creo que todos los presentes nos quedamos cimbrados por el horror, sin entender lo que sucedía... Finalmente nos dimos cuenta de que una gran sección de las graderías había colapsado, antes de caer se bambolearon de un lado para el otro, hasta que cayeron con un fuerte estruendo. Todo en cuestión de segundos. La pierna izquierda de mi mamá quedó atrapada bajo los fierros retorcidos, las maderas y el peso de las personas. No solo ella sufrió los estragos del accidente, fueron muchas las víctimas, aunque no hubo pérdida de vidas humanas.

Viví la desesperación de no saber bien a bien lo que estaba ocurriendo, me abrumaba la sensación que causa el miedo, ese que paraliza al cuerpo y a la mente. La gente gritaba, estábamos todos muy asustados, en los primeros momentos, nadie sabía qué hacer, ni los alcances que tendría en los asistentes el colapso de las graderías.

Yo volteaba de un lado para otro, mi mayor deseo era encontrar a mi mamá, saber que estaba bien. Mi mirada se puso borrosa, veía sin ver, todo aparecía como entre brumas. Mis oídos también estaban aturdidos, solo podía escuchar un silbido dentro de ellos. Yo la había visto de lejos, hacía un rato, pero en ese momento, no me era posible ubicar el lugar con exactitud. La angustia de buscar a mi mamá entre tanta gente causaba que mi corazón latiera fuertemente, además, experimentaba una sensación de contractura en la boca del estómago y las piernas las sentían débiles y, a la vez, como paralizadas. Quería llorar, pero no podía. El tiempo parecía que se hubiera detenido. Había mucha confusión. Yo quería

encontrarla, sin embargo, mi cuerpo no respondía, creo que lo que me detenía era el presentimiento de que algo malo le había sucedido. Tenía miedo.

Mi papá, por algún motivo, no había podido asistir al evento, por lo tanto, asumí la responsabilidad del problema, mientras que se le pudiera dar aviso a él. Mucha gente empezó a ayudar a los heridos. Alguien me avisó que mi mamá ya había sido llevada a la ambulancia, solo estaban esperando por un familiar para poder llevarla al hospital, por lo que salí corriendo y finalmente pude llegar con ella.

Mi mamá estaba consciente, solo me dijo “no te preocupes, no me pasó nada”. Después, en el camino, mi mente solo se enfocó en el terrible sonido de las ambulancias y en el fuerte latir de mi corazón. Mi mamá acusaba un pronunciado rictus de dolor en su cara, se notaba que estaba tratando de disimular su dolor y su miedo. Sonreía, mientras que repetía constantemente “estoy bien”, “¿y tus hermanos, en dónde están?”, “¿ya le avisaron a tu papá?” Finalmente, ambas descansamos cuando al llegar al hospital vimos que mi papá ya estaba ahí esperándonos para hacerse cargo de la situación. Él le preguntó “¿qué te pasó?”, a lo que ella respondió: “nada, estoy bien, solo me duele el tobillo”.

Lo que siguió fue un año terriblemente doloroso y agotador. En concreto, el tendón de su pie izquierdo se había trozado casi por completo y la piel se había perdido, la carne estaba expuesta, esto sería algo muy difícil de sanar. El médico dijo que hubiera sido mejor varias fracturas de hueso, porque el tendón no se reconstruye fácilmente por lo que el proceso de sanación sería un calvario.

¡Y sí que lo fue! Ella fue sometida a varias operaciones, de las que surgieron infecciones, intentos de injertos, con una técnica y con otra, ¡y nada! el tendón no se reconstituía y los

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

injertos de piel no encarnaban sobre la herida. El médico que la atendía hizo un esfuerzo más para lograr la sanación, su propósito era que el injerto pegara gracias a que el área dañada tuviera contacto directo con la parte de piel viva que se pretendía injertar. Por lo tanto, ideó una posición en la que ella sufría una terrible incomodidad por lo forzada que esta resultaba, y así permaneció inmovilizada en la cama durante más de un mes.

En ese lapso de tiempo, nunca la oímos quejarse, siempre estuvo con una actitud positiva y una sonrisa en su semblante, aunque en el fondo estaba presente, constantemente, un rictus de dolor. Ahora que pienso y reflexiono en torno a su actitud positiva, creo que ella no lo hacía estoicamente, creo que, de alguna manera, su fortaleza y su esfuerzo estaban siendo orientados a dar un sentido profundo a su dolor.

A la luz de mis reflexiones, hoy en día, me doy cuenta de que este evento me hizo seguir aprendiendo la lección de aguantar en las adversidades y no mostrar mis sentimientos de dolor, que ser fuertes consistía, sobre todo, en callar y soportar. Analizando mi historia de vida, comprendo que fui replicando la lección y que iba siguiendo el mismo patrón de conducta. Disimular, disimular, disimular. Hasta que, gracias a la teoría de Frankl, he aprendido a canalizar el dolor y el sufrimiento, al encontrar un sentido.

Observando los sucesos del pasado, desde el lugar en el que hoy me encuentro, estos eventos me llevan a preguntarme si madurar en gran medida consiste en reconocer que el dolor y el sufrimiento son connaturales a la naturaleza humana, y que, por lo tanto, es necesario aceptarlo y sublimarlo, tal como lo propone Frankl.

No se trata de aguantarlo, se trata de aliviarlo, dentro de lo posible. Aferrarse o buscar el dolor solo denota una actitud masoquista, sublimarlo significa darle sentido. Por otro lado,

pienso que ha llegado la hora de matizar la lección, porque si bien la parte de sublimar el dolor, reconocerlo como algo que se puede tornar valioso es positivo, encierra un valor, lo que no resulta tan humano es esconder el dolor, se trata de comprender que podemos mostrar nuestra vulnerabilidad para así dar la oportunidad de que otras personas, nuestros seres queridos, principalmente, nos muestren su misericordia y permitamos que se acerquen con amor, que nos acaricien, que nos abracen y nos consuelen.

El hecho fue que ver a mi mamá, a diario, en esa posición, sin quejarse, sin derramar ni una sola lágrima, al menos delante de nosotros y sin tener la certeza de que se fuera a lograr el objetivo de sanación, fue una de las pruebas más duras que la vida me ha presentado y, sin embargo, una de las lecciones más valiosas que he recibido.

A mis quince años, aprendí a inyectar a mi mamá pues ella requería de dos inyecciones diarias, una por la mañana y otra por la tarde. Un día, con muy buen sentido del humor, mi mamá me dijo: “trae una naranja porque te voy a enseñar a inyectar” y después de dar unos pocos pinchazos a la naranja, me dijo “ahora sí, ponme la inyección a mí”. “¡Noooo! Qué miedo -le respondí-, tú me has dicho que las agujas con el antibiótico se tapan”. “Pues si se tapa, lo vuelves a intentar hasta que puedas, así que, entre más rápido aprendas mejor”, agregó. Esta fue otra gran lección que abonó a mi proceso de maduración, perder el miedo de intentar hacer algo nuevo.

La batalla que mi mamá tuvo que afrontar en ese momento era recuperar su salud. Solo en esta época y cuando murió mi abuela paterna vi a mi papá llorar, y creo que sus lágrimas eran por el sufrimiento que le causaba ver a mi mamá en ese estado de postración, por la impotencia y la incertidumbre que él experimentaba. ¿Cuál fue el desenlace? El injerto no encarnó, no en ese intento. El médico propuso cortar la pierna y si no se aceptaba esa

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

opción, él se retiraría del caso; y así lo hizo. De ahí siguió un largo peregrinar con otros médicos, en otras ciudades, hasta que finalmente, después de muchas intervenciones quirúrgicas y tratamientos, la herida sanó, quedando grandes cicatrices en sus piernas.

Durante todo este tiempo, desde su cama, mi mamá no dejó su responsabilidad con relación a la organización de la casa, yo me convertí en su mano derecha, aunque la batuta siempre la llevaba ella. Por las tardes, ella ayudaba a mis hermanos con sus tareas, siempre estuvo dentro de sus prioridades la educación de sus hijos. Constantemente, hablaba con todos nosotros de cosas importantes de la vida, orientándonos con mucho amor.

## **II.2 La muerte sale al encuentro**

Pasó el tiempo, casi quince años, era el año de 1989 cuando, de forma inesperada mi papá murió de un derrame cerebral masivo a la edad de cincuenta y seis años. Yo, la mayor de la familia, tenía treinta años, estaba casada, tenía tres hijas y venía la cuarta en camino. Tres de mis hermanos también ya estaban casados, teniendo a sus niños y pronto se casaría el menor de los cinco.

Mis papás, justo en los momentos anteriores al deceso de mi papá, estaban en una edad en la que gozaban de buena salud, eran fuertes en muchos sentidos, tenían proyectos importantes por realizar, podían disfrutar de todo aquello que habían sembrado en la vida. Ellos tenían un matrimonio que, como diría Joan Manuel Serrat, fue madurando “golpe a golpe y verso a verso”; tenían una buena posición social y económica, amigos, lo que se dice amigos, pocos, pero entrañables; y, sobre todo, pienso que la experiencia más valiosa, era la de estar disfrutando la llegada de los nietos.

Al morir mi papá, en los primeros días, como es de suponer, todos fuimos experimentando nuestro propio duelo, cada quien a su manera. Unos estábamos en la negación, otros en la ira o en la racionalización. Así, en el ir y venir del duelo, todos, de alguna manera, habíamos oído decir que normalmente este duraría aproximadamente un año. Pienso que todos, de alguna manera, aceptamos este lapso de tiempo como un pacto no tangible, entonces, creo que dejamos de preocuparnos por el estado anímico de los demás, porque supuestamente a finales de julio de 1990, todos estaríamos bien, es decir, en la fase de aceptación. No sabíamos que éstas eran “reglas” instituidas por el sentido común; ahora sé, gracias al planteamiento de la Tanatología de Elisabeth Kübler-Ross, que el proceso de duelo tiene varias fases y que se presentan de manera distinta en cada persona; y, que el tiempo de duración varía en cada caso. Además, que no todos los duelos desembocan en la fase final, que es la “aceptación”.

En los primeros meses, mi mamá estaba muy triste como era de esperar, pero iba fluyendo, podríamos decir que tres pasos para adelante y de repente uno o dos para atrás. Pero, en algún punto del camino la fórmula cambió y entonces, fue un paso para adelante y dos o tres para atrás. Yo no me di cuenta de que la fórmula había cambiado y que este cambio tendría serias repercusiones.

No recuerdo exactamente en qué momento nos fuimos dando cuenta de que mi mamá se había quedado estancada en su proceso de duelo. He tratado de hacer memoria, y creo que solo asumí, en automático, que todos íbamos fluyendo, cada quien, a su manera, de forma correcta, sin detenerme a reflexionar, en realidad, cómo estaba ella. Ahora me doy cuenta de que mi atención estaba centrada, además de ella, en mis ocupaciones diarias, en mi matrimonio, mis cuatro hijas y el trabajo. Aunque los hijos sí estábamos al pendiente de

ella, pues la visitábamos y tratábamos de distraerla y consolarla, ninguno de nosotros tuvimos la agudeza de una mirada que verdaderamente hiciera contacto con lo más íntimo de su ser, no nos dimos cuenta de que su duelo no estaba fluyendo adecuadamente.

Cuando el estado anímico de mi mamá se hizo patente, en sentido negativo, sucedía, por ejemplo, que cuando le hablabas, aunque parecía que te escuchaba, no era así, ya que cuando le hacías una pregunta relativa al tema, en realidad no sabía de lo que se estaba tratando el asunto; cuando la llamabas “mamá”, “mamá”, parecía regresar desde muy, muy lejos, pero su mirada, de alguna manera, seguía ausente. Creo que ella se refugió en un mundo paralelo, porque su mundo había perdido el sentido, debido a la muerte de su esposo.

Algunos de los síntomas eran que ella dejó de levantarse a su hora habitual, era como si quisiera seguir dormida para evadir el sufrimiento; descuidó su arreglo personal, en el que tanto se esmeraba antes; empezó a ser indiferente lo que comía, siendo que antes la comida era algo que disfrutaba al máximo, dicho sea de paso, ella siempre fue una extraordinaria cocinera; y, lo más delicado, dejó de interactuar activamente con sus hijos y sus nietos, sus papás, sus hermanos y sus amigas. Vivía como en un estado de ensoñación, estaba, sin estar.

Llegó el momento en el que, como en un secreto a voces, todos empezamos a percibir y a murmurar que de seguro ella padecía una profunda depresión. Al hablar de este tema con mi mamá, ella lo negaba, decía “no se preocupen esto es pasajero”, “ya pronto se me va a pasar...”, “pronto estaré bien...”, “solo estoy triste, extraño mucho a su papá...”. En esta etapa era también muy notorio su decaimiento físico.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

En lo personal, creí que era una fase connatural al proceso de duelo, nunca, ni por un momento, sospeché que ya había caído en aguas pantanosas de las que sería muy difícil salir, y menos sin el apoyo profesional adecuado. En este punto, acuso que me aletargué debido a mi ignorancia. No vi venir que en realidad su salud física, emocional y mental estaban ya muy comprometidas. Lo que prevalecía en mi mente era que su comportamiento era “normal” dentro de un proceso de duelo, yo no tenía el ojo avizor para darme cuenta que ya había cruzado esa línea tan fina entre el proceso de duelo y la pérdida del sentido de la existencia; es decir, muy probablemente ella estaba ya dentro del vacío existencial.

Ante la insistencia de sus hijas e hijos, un poco más adelante aceptó un tratamiento psiquiátrico, este tipo de atención médica era algo nuevo en la familia, todos ignorábamos qué implicaba en realidad, qué variantes existían, qué repercusiones o efectos secundarios podían tener los medicamentos, solo confiamos en la fortaleza de mi mamá y en el médico que la iba a tratar. En este sentido, ahora creo que todos confiamos sin conocer las dimensiones de la problemática, nos conformamos con las respuestas del médico, sin indagar más a fondo sobre los efectos de medicamentos tan fuertes para el sistema humano.

Las repuestas del médico ante los interrogantes de: “¿Por qué mi mamá no reacciona?” “¿Por qué permanece en ese estado de somnolencia?” “¿Por qué mantiene esa actitud de desapego a la vida?” “¿Por qué, en general, está sin estar? A lo que el médico contestaba: “Es natural, estamos tratando de encontrar los medicamentos y las dosis adecuadas”. “Su mamá va bien, la pérdida ha sido muy grande e inesperada, pronto la tendrán de regreso”. El problema era que estábamos jugando en contra del tiempo.

La primera receta que le dio el médico constaba de varios medicamentos, algunos eran antidepresivos y otros ansiolíticos. El tiempo seguía pasando y su estado anímico, lejos de

mejorar, empeoraba. Frente a ello, el doctor aumentaba la dosis de los medicamentos, era impresionante ver toda esa variedad de formas, colores y tamaños de las pastillas pasar de su mano a su boca. Y luego, otra vez, el estado de aturdimiento, de evasión, de somnolencia, de resignación, un estar sin estar. Ya casi nada era capaz de captar su atención, de motivarla, de ponerla otra vez en pie de lucha; quizás, solo un poco, sus nietos.

### **II.3 El sufrimiento se instala en el cuerpo**

Justo cuatro años después de la muerte de mi papá, uno de esos días de verano en los que hace mucho calor debido a que había llovido poco y la sensación de resequeidad parecía obstruir la respiración, llegué a mi casa, que estaba al lado de la de mi mamá, recuerdo que era mediodía cuando el sol está en lo más alto. Justo en ese momento, ella también iba llegando a su casa, me llamó, nos encontramos en medio de las dos casas y me dijo “mira esta bolita que me salió en el cuello, tócala”. Efectivamente, se palpaba una bola, como del tamaño de una canica, entonces agregó “también tengo otra un poco más abajo, está más chiquita”. En ese momento, yo sentí cómo se me helaba la sangre en medio de un día tan caluroso, las piernas se me aflojaron, el estómago parecía dar vueltas, el corazón me empezó a latir muy fuerte, presentí que la presencia de estas dos bolitas iba a convertirse en un problema mayor. Como respuesta a sus enseñanzas, mi reacción fue inmediata, “recomponete, pensé, hay que disimular el agobio, el miedo y la preocupación”. Había que tomar la actitud de “no pasa nada, todo bajo control”, lección que continuamente habíamos aprendido por parte de mi papá.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Inmediatamente, acudimos con el médico de la familia, él había tratado a mis papás desde hacía varios años. Él nos indicó que mi mamá necesitaba una revisión por parte de un oncólogo. Entonces, nos reunimos todos, mi mamá, mis hermanos y yo para decidir con qué oncólogo acudiríamos. Mi mamá fue quien tomó la decisión, eligió al mismo oncólogo que había tratado algunos años atrás a mi abuelo materno. Él tuvo cáncer, pero después de cumplir al pie de la letra su tratamiento, salió adelante sin ningún problema, a partir de que entró en estado de remisión, nunca volvió a presentar células cancerosas en su organismo, murió casi de noventa y nueve años.

Y así lo hicimos, la acompañamos mi hermana y yo a Houston, Texas, para que le hicieran la revisión pertinente. Después de mandar a hacer una biopsia, el médico, nos citó un día primero de julio, fecha en la que mi mamá cumplía cincuenta y cuatro años, para darnos los resultados, y así, sin más ni más, nos dijo que los tumores en los ganglios linfáticos eran malignos. Después agregó, dirigiéndose a mi mamá “no se preocupe señora, este tipo de cáncer es justamente del mismo tipo del que tuvo su papá y está en una de sus primeras fases, todo saldrá bien”. Este diagnóstico, aunque negativo, nos dio mucha esperanza, pues el caso de mi abuelo había tenido un final feliz. De ahí siguió el tratamiento con quimioterapia y luego con radiaciones.

Una vez dada de alta y ya de regreso en Aguascalientes, empezaron a aparecer diversos síntomas, como una inflamación muy prominente de su vientre. Nuestro médico familiar nos advirtió que esa acumulación de líquido se debía a lo que exudan los tumores cancerosos, por lo que era necesario hacer un escaneo general para cerciorarnos de que en realidad el cáncer estaba en etapa de remisión. Por lo que decidimos volver a Houston para realizar dicho chequeo, el médico de Houston aseguró que todo estaba bien...

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

A los cuatro meses, contra todo pronóstico, mi mamá había muerto.

Vuelvo un poco más atrás en la historia. Cuando mi mamá fue diagnosticada con cáncer todos estábamos abatidos, solo habían transcurrido cuatro años desde el fallecimiento de mi papá y, ahora, a sus cincuenta y cuatro años, estábamos en peligro de perderla a ella. Dentro de un estado de tensión y sobresalto inicial, en el clima familiar fue prevaleciendo una actitud de esperanza, confiábamos en que ella daría la pelea en contra de la enfermedad. No sé si en este punto del camino, fueron los mecanismos de defensa los que se ocuparon de hacernos creer que la enfermedad no podría vencer a una mujer otrora tan sana y tan fuerte.

#### **II.4 Un libro de Viktor Frankl llega a mis manos**

En esos días, en los que recién mi mamá había sido diagnosticada con cáncer, Rocío, una amiga a quien aprecio mucho por ser una mujer fuerte, juiciosa, de muy dulces sentimientos y además psicóloga, me fue a visitar para infundirme valor y decirme que deseaba de todo corazón que mi mamá se reestableciera muy pronto. Ella también fue a regalarle a mi mamá el libro del Dr. Viktor E. Frankl, titulado *El Hombre en Busca de Sentido*.

Yo no había leído ninguna obra de este autor, ni sabía de su existencia. Mi mente estaba tan abstraída con la noticia del cáncer de mi mamá que la verdad no presté mayor atención al libro. Simplemente, le di las gracias y guardé el libro para entregárselo a mi mamá. Por la tarde se lo llevé, le dije que Rocío mi amiga se lo regalaba; “dile a Rocío que gracias”, me dijo y lo dejó sobre su buró. Yo, inmediatamente, me di cuenta de que no le interesó, su indiferencia hacia el libro fue fácil de percibir. Ante este hecho, vale hacer mención de

que mi mamá siempre fue una excelente lectora, por lo que cabía suponer que era algo que debería haber llamado su atención. Pasaron varios días, quizás algunas semanas, y yo veía que el libro permanecía intacto, aun con su envoltura, en el mismo lugar. Un día le pregunté que por qué no lo había empezado a leer y me contestó “porque no tengo ganas de leer”. Se lo pedí prestado, comencé a leerlo y fue en ese momento cuando comenzó mi encuentro con Viktor Frankl, quien, hasta la fecha, ha sido uno de mis grandes maestros y compañeros de vida.

La primera vez que lo leí me enfrasqué en su contenido, siguiendo la historia del preso número 119.104, una historia de las tantas que habían sucedido como consecuencia del nazismo. Me di cuenta de que, sin proponérmelo, mi mente volvía recurrentemente a pensar sobre las distintas vivencias de Frankl y sus compañeros de cautiverio en circunstancias tan inhumanas dentro del campo de concentración. Las historias de vida ahí plasmadas, verdaderamente dejaban ver al lector el atentado tan brutal en contra de la dignidad del ser humano. Resultaba difícil comprender cómo esto ocurrió en pleno siglo XX.

En ese momento, no asocié esta narrativa con la historia que estábamos viviendo con mi mamá. Hasta que poco a poco, gracias a la reflexión, fui comprendiendo una cosa, luego la otra, me fui dando cuenta de que lo que este libro contenía no hacía referencia a una sola persona, en determinada situación y circunstancias; y entonces, empecé a intuir que había algo en esta historia que en esencia nos pertenecía a todos. De repente, como quien recibe un rayo de luz, caí en la cuenta de que las observaciones, experiencias y enseñanzas del Dr. Frankl trascendían las vallas electrificadas del campo de concentración. Ahora comprendo que, en ese momento, tuve una epifanía.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Viktor Frankl vivió los horrores del holocausto en carne propia. Él es un testimonio viviente de su propia teoría. Su tesis no se construyó al amparo de proyecciones provenientes de sus estudios médicos, sino que quedó cimentada con base a sus vivencias y a la observación disciplinada, metódica y científica acerca del tema sobre el sentido. ¿Qué es lo que realmente mueve la voluntad del ser humano? se preguntó.

Frankl observó en los campos de concentración dos clases de personas: aquellas que perdieron la esperanza y sucumbieron ante tanto dolor y sufrimiento; y los que, de manera contraria, caminaron de pie con la cabeza en alto, conservando su dignidad, sin perder la esperanza; es decir, lograron conservar el sentido de sus existencias a pesar de las vicisitudes de la vida. Antes estas dos maneras de vivir, prácticamente las mismas experiencias, él se preguntó qué era lo que los hacía comportarse y reaccionar de manera tan distinta. ¿Qué movía la voluntad de los unos y los otros? ¿Por qué unos sí pudieron conservar el sentido de sus vidas, a pesar de los horrores que estaban padeciendo? Y dado caso, ¿cuál era su principal sostén?

Fui trasladando estos cuestionamientos al caso de mi mamá. ¿Por qué mi mamá cayó en un estado depresivo del que no pudo salir, siendo una mujer tan fuerte? ¿Por qué no había servido la atención psiquiátrica que recibió...? si ella había seguido las indicaciones de su médico paso a paso. ¿Por qué otras personas eran capaces de llevar adelante sus duelos y llegar a la fase de aceptación? ¿Cómo fue que ella sucumbió ante las depresiones y las somatizó en un cáncer? En mi camino en la búsqueda de respuestas aprendí que el Dr. Frankl propone la existencia de diferentes tipos de psicosis, que los psiquiatras son los especialistas que deben estar capacitados para determinar la naturaleza de las depresiones; y así, remitir a cada paciente a la terapia adecuada.

La depresión es un tipo de psicosis, si esta hunde sus raíces en la experiencia de la falta de sentido existencial, se llama *neurosis noógena* y debería ser atendida por logoterapeutas. Ellos no son capaces de devolver el sentido a sus pacientes, pero sí están capacitados para “describir las formas en las que el proceso de percepción de sentido es realizado por ‘el hombre o la mujer de la calle’” (Frankl, 1994, p. 35). Los logoterapeutas hacen ver a sus pacientes que son tres los valores que iluminan el camino hacia el sentido: Valores de creación, valores de vivencia, valores de actitud. Estos tres valores fundan la estructura axiológica tripartita que propone Frankl en su teoría.

En el caso de mi mamá, con referencia a los valores de actitud, le pasó que, en el momento de la fatalidad que se presentó de repente, sin previo aviso, mi papá siendo un hombre maduro, pero no viejo, había muerto. Ella ante lo inesperado perdió aquellas energías físicas, emocionales, mentales y espirituales que requería para sobrellevar el duelo. Ella, en su momento y, todos los seres humanos necesitamos tener en lo más profundo de nuestro ser la firme convicción de que *la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia*. Encontré que el Dr. Frankl afirmó que esta convicción no necesita de una clara formulación conceptual, sino de la convicción de permanecer en una lucha continua por lograr una vida orientada hacia la trascendencia.

Al respecto, pienso, como fruto de la reflexión, que en esta época en la que nos ha tocado vivir no se facilita el encuentro y la permanencia dentro del área del sentido existencial. Por lo tanto, nuestro ser debe encontrar convicciones profundas y, a la par, adquirir el hábito de la reflexión, ambas cosas alertarán nuestra antena que nos orientará en la búsqueda del sentido. Nadamos en contra de la corriente, se imponen ante nosotros valores

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

materiales, que, si bien son capaces de darnos una buena calidad de vida, llevado este afán al extremo, nos distrae de los valores más profundos y trascendentes.

Al ir analizando el caso de mi mamá, contrastándolo con la teoría de Frankl, fui comprendiendo que lo más probable es que a ella se le atendió con una terapia y medicamentos que no fueron los adecuados.

Frente al tratamiento meramente farmacológico o meramente conductual, la logoterapia reacciona porque no considera al ser humano un mero mecanismo, un automatismo ni considera la terapia como una acción mecánica de reparación. Por ello, afirma Frankl que: “Solamente si nos abrimos a una dimensión superior, la dimensión humana con sus fenómenos específicamente humanos; sólo si seguimos a la persona humana en esta dimensión, es posible captar su unicidad, así como su humanidad” (Frankl, 2003c, p.18).

Ahora que me he adentrado en el estudio de esta teoría, pienso que mi mamá lo que necesitó fue un acompañamiento desde la logoterapia y el análisis existencial con el fin de recuperar el sentido de su vida y la tanatología de Elisabeth Kübler-Ross, que facilitara un tránsito adecuado por cada una de las fases del proceso de su duelo.

Asumir, simplemente por sentido común que los duelos duran aproximadamente un año y que toda persona finalmente llega a la fase de aceptación fue un error que yo cometí por ignorancia, no me siento culpable por ello, dado que en ese momento no tenía los conocimientos para comprender lo que en realidad le estaba sucediendo. Por este motivo, asumí la responsabilidad de aprender más sobre este tema y compartir mis conocimientos con otras personas con el propósito de que nadie más padeciera o muriera por no haber recibido la terapia adecuada. ¡De haberlo sabido antes!

## II.5 Nunca es tarde para aprender

El no haberlo sabido antes, desgraciadamente, me privó de la posibilidad de ayudarla a encontrar un acompañamiento más adecuado para su padecimiento. Aún ahora, pasados tantos años, lo lamento profundamente; sin embargo, pienso sinceramente que no he vivido en ningún momento con sentimientos de culpa, lo cual sería una tortura muy difícil de sobrellevar; por lo tanto, asumí que lo indicado era hacerme responsable del aprendizaje que esta experiencia aportó a mi vida.

Mi incursión en el tema del sentido de la existencia me ha dado la oportunidad de comprender, cada día con mayor claridad, la gama de posibilidades tan extensa que ofrecen estos conceptos, que al ponerlos en práctica en la vida diaria proporcionan nuevos horizontes para la realización del sentido. Estoy consciente de que el camino que yo he recorrido no es el único que puede llevar a una persona a encontrar el sentido de su vida, mi propósito es compartirlo y seguir indagando cuáles otras vías ofrecen esta misma opción, analizando si estas son complementarias, de tal manera que yo pueda ir integrando nuevos conocimientos a los antes adquiridos, para así poderlos ofrecer a través de mis cursos. Pienso que la construcción del curso seguirá siendo un proceso continuo que no terminará; es decir, es un proyecto vivo y dinámico, abierto a otras miradas y a otras voces.

Hace unos días, alguien me preguntó: “¿Angélica, no estás llevando auestas con este compromiso una carga muy pesada?” La pregunta me dio la oportunidad de reflexionar. Y mi respuesta es: ¡No! ¡Todo lo contrario! Este camino me ha dado, con mucha generosidad, la oportunidad de aligerar la carga de mis problemas existenciales, al ver la vida con mayor claridad, a valorar todo aquello que me rodea y a mí misma con amor, a no tomarme los eventos difíciles tan a la tremenda, sino con la convicción de que en la vida, existen

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

ocasiones en que todo va bien, pero que los imprevistos son también parte esencial del viaje y que, finalmente, lo importante es llegar a la aceptación de aquello que es irremisible con una actitud positiva, y así buscar nuevos horizontes de realización. Puedo afirmar que mi persona se ha ido transformando a la luz de las palabras de Frankl, y que ahora puedo decir con toda convicción: ¡La vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia!

## **II.6 Una maestra ante el sentido de su existencia**

Acto seguido, pasé por un profundo proceso de reflexión en torno al tema del sentido existencial y me fui preparando para llevar a las aulas el tema del sentido de la existencia. Comencé a estudiar de manera autodidacta algunas de las obras científicas del Dr. Frankl; en la medida en la que fui leyendo y estudiando sus libros, iba haciendo un enorme esfuerzo por comprender los términos propios de la logoterapia y del análisis existencial. Si no los comprendía buscaba su significado y retomaba la lectura una y otra vez, hasta que poco a poco los fui descifrando; además, encontré varias entrevistas que se le hicieron a Frankl y así pude escuchar de viva voz lo que él ofrecía al mundo desde la “Tercera Escuela de Psiquiatría”. Descubrí que había un horizonte con mucha riqueza humana que podía aplicar en mi vida y proyectarlos hacia el ámbito de la educación. Esta era la parte que a mí más me atraía, en concreto, me refiero a la temática que se relacionaba con los sustentos de la antropología filosófica y la ontología que Frankl proponía para fundamentar la logoterapia y el análisis existencial.

Esta perspectiva me interesó mucho por lo que le había sucedido a mi mamá, y que, a mí en lo personal, me había conmocionado tanto; además, por mi formación académica y mi

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

trabajo como docente en el área de Humanidades. Finalmente, mi persona y la maestra convivían en una unidad que era inseparable. Pensé que algunos de estos conocimientos podían ser parte del programa que la universidad ofrecía, siempre y cuando se presentaran a los alumnos en forma vivencial.

La educación vivencial es considerada, desde el punto de vista de la Pedagogía, como una metodología por medio de la cual el alumno reflexiona sobre sus propias experiencias; es decir, el objetivo es que los alumnos aprendieran de sus experiencias.

Más tarde tuve la oportunidad de formalizar mis estudios con el “Diplomado en Análisis Existencial y Logoterapia”, que fue impartido por la “Sociedad Mexicana de Análisis Existencial y Logoterapia, A. C.”.

Fue en ese entonces cuando me di cuenta de que había nacido en mí una imperiosa necesidad de descubrir y comprender con mayor profundidad lo que la teoría de Frankl implicaba en la vida diaria, en la sencillez de la cotidianidad y que sus alcances no son privativos de la terapia. No era necesario caer en el vacío existencial para hacer uso de estas herramientas. Pude ir corroborando que mi intuición me estaba llevando por caminos que ofrecían la posibilidad de ir transitando desde la comprensión de una cosmovisión llena de luz y esperanza. La realidad era que en el fondo de mi ser subyacía el afán de que nadie más viviera lo que había vivido mi mamá. La excusa de ¡Haberlo sabido antes! no era válida, muchas vidas podrían perderse o quedarse atascadas en el pantano del sinsentido. De este modo fui tomando conciencia de actuar desde el ámbito de la responsabilidad y del compromiso, y no desde la culpa y el miedo.

En sintonía con Frankl, yo pensaba que lo propio de nuestros tiempos era una gran tendencia a la inmersión en una cultura en la que no abundaban las oportunidades para el encuentro del sentido. “La gran enfermedad de nuestro tiempo es la carencia de objetivos, el aburrimiento, la falta de sentido y de propósitos” (Frankl, 1994, p. 23). A lo que se suma la siguiente afirmación de Frankl (2003c) al considerar que el ritmo acelerado de la vida, en la actualidad, es sólo un intento de autocuración de la frustración existencial. La pregunta que venía recurrentemente a mi mente era: ¿A dónde nos está llevando esta loca carrera que no permite casi ningún instante para aquellas reflexiones que se relacionan con preguntas sobre el sentido de nuestras existencias?

## **II.7 Mis soliloquios**

Durante el recorrido que yo iba haciendo en este camino de descubrimiento y aprendizaje fui también encontrando que dentro de la rama de la filosofía existencial llamada “Personalismo Comunitario”<sup>1</sup> existían fundamentos antropológicos y ontológicos que daban sustento, fortalecían y aclaraban lo propuesto por Frankl. A la par, encontré que había filósofos dentro del marco del existencialismo, como Jean Paul Sartre<sup>2</sup> y Albert Camus<sup>3</sup>, que contradecían radicalmente la postura de Frankl.

Los libros de Camus dejaron una profunda huella en mí, al leer *El Extranjero* y *El Mito de Sísifo*, y también *La náusea* de Sartre. Estos filósofos daban otro enfoque distinto sobre el

---

<sup>1</sup> Los fundamentos del Personalismo Comunitario se presentan en la sección del marco teórico.

<sup>2</sup> Jean Paul Sartre (1905-1980) fue filósofo, dramaturgo, escritor, novelista, crítico literario y activista político. Es considerado uno de los máximos exponentes del Existencialismo. Los principales conceptos en lo que se centra su pensamiento son el de la libertad y la responsabilidad personal.

<sup>3</sup> Albert Camus (1913-1960) fue novelista, ensayista, dramaturgo, filósofo y periodista francés.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sentido de la existencia en el ser humano; por lo tanto, yo había llegado al punto en el que era necesario hacer un alto en el camino. Fueron tiempos dedicados al estudio, la reflexión, el análisis y, sobre todo, a la introspección. Simplemente, no podía llevar estos temas a las aulas, si yo no había aún resuelto mi dilema sobre si existe o no un sentido en la vida del ser humano.

En la tarea de escribir mi tesis doctoral, desde una mirada autoetnográfica, decidí releer las obras de Camus y Sartre, con el propósito de refrescar la memoria y de recordar con mayor claridad los sentimientos, las emociones, las enseñanzas y las reflexiones que promovieron en mi interior y que me llevaron a decidir cuál sería mi propia postura.

La visión de Camus sobre el sentido de la vida propone que el individuo debe comprender y aceptar el absurdo de su existencia. Su pensamiento presenta el influjo de Nietzsche y de Schopenhauer, en el cual se hace patente la idea de que la vida es trágica, precisamente porque es absurda. La vida es insignificante, solo tiene el valor que cada uno de nosotros le demos, ésta es solamente una sucesión de acontecimientos inútiles, los cuales no tienen significado. Los actos que realizamos los seres humanos son solamente producto de la costumbre, los realizamos solamente por inercia, pero sin un propósito.

Cuando leí el libro *El Extranjero*, hace algunos años, me encontré con que el protagonista de la obra, Meursault, representaba la encarnación de la filosofía del absurdo. La obra comienza con una narración que el mismo personaje hace con relación a la muerte de su madre. Durante el transcurso de los acontecimientos de la historia, pude observar que el personaje va haciendo una descripción de los hechos y de su entorno muy detallada, describe los paisajes, los lugares y cómo veía a los que habían sido compañeros de su madre en los últimos días de su vida en un asilo. Al respecto, dice: “Se mostraban abatidos, tristes

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y silenciosos” (Camus, 2021, p. 20). Lo que llamó mi atención, en este punto, fue el hermetismo y la poca sensibilidad que Meursault guardaba con relación a un hecho, que para la mayoría de los seres humanos sería doloroso e incluso desgarrador. La expresión de sus sentimientos es vana, somera y nostálgica, esta brota desde su interior, pero no se declara como propia, sino que la manifiesta reflejada en el exterior.

A través de las líneas de cipreses que aproximaban las colinas al cielo, de aquella tierra rojiza y verde, de aquellas casas, pocas y bien dibujadas, comprendía a mi madre. La tarde, en esta región, debía de ser como una tregua melancólica. Hoy, el sol desbordante que hacía estremecer el paisaje, lo tornaba inhumano y deprimente (Camus, 2021, p. 25-26).

La pregunta que vino a mi mente fue: ¿Por qué Meursault era tan indiferente ante la muerte de su madre? Retomé la lectura pensando que más adelante se daría a conocer la razón de tal indiferencia. Lo que encontré fue que no solo era una persona indiferente ante la muerte de su madre, sino que en general presentaba una indiferencia y una apatía ante los acontecimientos de su vida. Por ejemplo, él salía con una chica llamada María, se divertían, se deseaban sexualmente y compartían algunos momentos agradables, intercambiaban sus puntos de vista sobre algunas cuestiones de la vida y reían. En múltiples ocasiones ella le preguntaba a Meursault si la amaba, a lo que él contestaba que no. También le preguntaba si quería casarse con ella, a lo que él contesta “si tú quieres, yo no tengo inconveniente”, y ella agregaba, una vez más, “pero, ¿me amas?”, “no, ya te dije que no”, reiteraba él. Con esta actitud del personaje pude observar, una vez más, que no solo le fue indiferente la muerte de su madre, sino que en general la apatía imperaba en su vida.

El tercer evento, el más difícil de comprender para mí fue cuando Meursault asesina a un hombre, y que después del evento no muestra ni el más mínimo cargo de conciencia, ni el

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

ánimo de defenderse ante los tribunales. Ante la pregunta del juez de si lamentaba haber asesinado a un hombre, el personaje responde, reflexionando, “más que pena verdadera siento cierto aburrimiento”. Casi al final de la narración, el joven Meursault afirma que “Ni siquiera estaba seguro de estar vivo, puesto que vivía como un muerto” (Camus, 2021, p. 156). Esta frase me impactó mucho y me sigue impactando ahora que vuelvo a releer esta obra. Finalmente, el personaje fue ejecutado por el crimen cometido; unos momentos antes de que lo llevaran al lugar en donde la sentencia sería cumplida, su reflexión fue: “En ese momento y en el límite de la noche, aullaron las sirenas. Anunciaban partidas hacia un mundo que ahora me era para siempre indiferente” (Camus, 2021, p. 158).

Encontré que esta cosmovisión me provocaba y me sigue provocando sentimientos de tristeza. Se presentaba ante mí un paisaje sombrío, con nubes negras sobre mi persona, sin una esperanza en el porvenir. Y estos sentimientos se manifestaban, y se siguen manifestando a través de un dolor agudo en la boca de mi estómago, siento como si la sangre me fluyera lento, una pesadez sobre mi cabeza, incluso viene a mí una sensación de debilidad en piernas y brazos. ¡No! Definitivamente, yo no concebía así la vida, para mí la vida es un preciosísimo don, un cúmulo de oportunidades para lograr la realización personal, si bien sé que hay días aciagos, días en los que se pierde la esperanza, días en los que no quieres estar en pie de lucha... Sé también que, al menos en mi caso, ha habido muchos más días llenos de luz, pues en ellos he sentido en lo más profundo de mi ser que, si así lo decido, puedo encender el poder de obstinación de mi espíritu.

En la novela *La Náusea* de Jean Paul Sartre<sup>4</sup>, me encontré con la narración de las difíciles experiencias de un joven llamado Antoine Roquentin. Su percepción de la vida le llevaba a pensar que ésta, en realidad, no es más que un absurdo. La apatía y la soledad eran quienes constantemente lo acompañaban en su camino. Ante la costumbre de otras personas de vivir en comunidad, Antoine declara: “Yo vivo solo. Jamás hablo con nadie, no recibo nada, no doy nada” (Sartre, 2019, p. 11); aunque, de alguna manera se da cuenta de que ese estado de aislamiento puede llevarlo a ser una persona perturbada, de difícil trato, incluso, convertirse en algo parecido a un personaje que deambula por las calles y que causaba miedo a los niños. “Me gustaría hablar con alguien de lo que sucede, antes de que sea muy tarde, antes de causar miedo a los pequeños” (Sartre, 2019, p.14).

El personaje observa a las demás personas que confluyen a su alrededor, en los cafés, en las calles del pueblo y en la biblioteca, mientras se centra en la historia que escribe sobre la vida del marqués de Robellón. Una de sus aficiones era escuchar las conversaciones de los demás y observar cómo actúan. Lo cierto es que vive en constante conflicto con todo lo que ocurre a su alrededor. La náusea aparece en diferentes circunstancias, una de ellas se presenta cuando se da cuenta de que lo que él en realidad está haciendo es tratar de justificar su existencia por medio de la escritura de su libro histórico. Sartre nos deja ver que, para él, el pasado es un concepto vacío, sin sentido, y que es una manera de eludir el presente, simplemente porque la vida carece de sentido. El personaje abandona su obra y decide dedicarse a vivir solo en el presente.

---

<sup>4</sup> *La Náusea* es la primera novela filosófica de Jean Paul Sartre, y ha sido considerada una obra que representa fielmente al existencialismo, toda vez que tiene como objetivo cuestionar el sentido de la existencia en el ser humano.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Su sentimiento de que la vida carece de sentido lo atribuye a que, para él, la vida es una concatenación de hechos aleatorios sin una relación, justo como en un juego de barajas, ya que puede salir una o la otra, pero en sí, aunque la persona la dote de algún sentido, en realidad no lo tiene. La vida con su sinsentido provoca la angustia existencial en el ser humano.

Al creer que la vida no tiene sentido, el personaje piensa en suicidarse; sin embargo, este acto tampoco tendría sentido debido a que también es un acto aleatorio y esto daría como resultado que la muerte fuera superflua. Así, el concepto de contingencia prevalece durante toda la trama de la historia, ningún objeto o ser con vida justifican su existencia. Por este motivo la “nada” es lo que sostiene lo existente. El ser humano está arrojado al mundo sin una misión que cumplir, sin un propósito, sin un sentido.

En contraposición al pensamiento de Sartre y de Camus, la lectura del libro de León Tolstói<sup>5</sup>, *La muerte de Iván Ilich*, me ayudó a reflexionar sobre la posibilidad de que todo ser humano lleva dentro de sí, en lo más profundo de su ser, el interrogante sobre el sentido de su existencia. La respuesta que cada uno da puede ser afirmativa o negativa, el hecho es que el cuestionamiento está ahí latente en el interior de la persona. Me encontré con que Tolstói describe con mucha profundidad el anterior cuestionamiento. El libro está basado en una historia real, el personaje Iván Ilich murió siendo un hombre joven de una enfermedad que le causaba terribles dolores físicos que solo se calmaban con opio y con morfina, pero en realidad el sufrimiento más agudo que él padecía era el moral.

---

<sup>5</sup> León Tolstói (1828-1910) fue un gran novelista ruso, considerado como uno de los novelistas más destacados de la literatura mundial.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Iván Ilich, en la etapa terminal de su enfermedad, empieza a cuestionarse sobre el sentido que su vida había tenido y, tras un proceso de negación y rechazo. Concluye que su vida solo había tenido sentido en su la etapa de la infancia y que, poco a poco, lo había ido perdiendo, que, en lugar de ir ascendiendo hacia la cumbre de la plenitud de su vida, lo que había hecho era ir cada día en descenso. Cuando el personaje llega a darse cuenta de este hecho, también reconoce que está en un punto del camino en el que no hay retorno: “¿Mi vida, en realidad, no tuvo sentido?” “¿Cómo es posible que esto haya ocurrido?”, se cuestionaba. Si él siempre había cuidado hasta el más mínimo detalle para que su vida fuera “decorosa”; es decir, acorde a los estándares sociales del nivel de vida que él había decidido alcanzar. Él consideraba que había puesto toda su inteligencia y su voluntad en el empeño de ascender en la escala económica y social. Antes de esta crisis final, él consideraba que había cumplido con sus obligaciones, la vida familiar la había sobrellevado de la mejor manera posible, aunque había llegado al grado en el que casi no soportaba a su mujer; que había labrado una carrera profesional impecable y que se divertía de manera agradable; además de que su carácter era muy alegre e ingenioso. “en general, su vida transcurría como, según su parecer, debía ser: cómoda, agradable y decorosa” (Tolstoi, p. 37). Sin embargo, persistía el interrogante sobre el sentido..., y encontraba que: “¡No hay explicación! Sufrimiento, muerte... ¿Por qué?” (Tolstoi, p. 83).

Pero si es así –se dijo–, si salgo de la vida con la conciencia de haber destruido todo lo que me fue dado, y es imposible rectificarlo, ¿entonces qué?” Se volvió de espaldas y empezó de nuevo a pasar revista a toda su vida. Por la mañana cuando había visto primero a su criado, luego a su mujer, más tarde a su hija y por último al médico, cada una de las palabras de ellos, cada uno de sus movimientos le confirmaron la horrible verdad que se le había revelado durante la noche. En esas palabras y esos movimientos se vio a sí mismo, vio todo aquello para lo que había vivido, y vio claramente que no debía haber sido así, que todo ello había sido una enorme y horrible superchería que le había ocultado

la vida y la muerte. La conciencia de ello multiplicó por diez sus dolores físicos. Gemía y se agitaba, y tiraba de su ropa, que parecía sofocarle y oprimirle. Y por eso los odiaba a todos. (Tolstoi, p. 86-87)

Transitando a través de las fases del proceso de su crisis existencial, en Iván resonaban cuestionamientos profundos. “Iván Ilich vio que se moría y su desesperación era continua. En el fondo de su ser sabía que se estaba muriendo, pero no solo no se habituaba a esta idea, sino que sencillamente no la comprendía ni podía comprenderla” (Tolstoi, p. 57).

Ante los tortuosos pensamientos del personaje, yo misma me planteé mi postura con relación a mi propia muerte, y encontré que efectivamente mi ser se negaba a aceptar este hecho que es inminente, que resulta ser la verdad más contundente de la vida. Y sí, efectivamente, algo dentro de mí se negaba a aceptar esta realidad. ¡Yo tampoco quería morir! No podía ni quería imaginar mi cuerpo inerte, me negaba a aceptar que la vida seguiría su curso sin mí, que mis hijas se quedaran sin su madre, yo sabía del sufrimiento que había padecido por la muerte de mis padres. Y aunque ya habían pasado varios años de su partida, me seguía doliendo su ausencia, los extrañaba, los necesitaba cerca de mí.

Otro aspecto de la narrativa que llamó mi atención, fue cuando Ilich habla sobre la negación de su vulnerabilidad. Pude darme cuenta de que en las relaciones humanas está establecido, quizás no de manera tácita, que la persona que padece dolores o sufrimientos debe disimularlos en aras de no perder su dignidad o bien para no dar molestias a los demás o para no causarles tristeza. De la misma manera, quienes rodean al paciente disimulan la gravedad del asunto, lo minimizan, lo ignoran, con la falsa idea de que esto hará más tolerable el asunto para todos. Entonces, me di cuenta que así habíamos actuado en mi familia, con el padecimiento de mi mamá, recordé cómo ella se ponía una armadura de acero para no dejar ver su dolor y el resto de la familia simplemente seguía la actuación.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Desde esta mi nueva perspectiva, considero que, en términos generales, nuestra sociedad y cultura tiene que replantearse mediante una profunda reflexión hasta dónde nos hemos deshumanizado, perdiendo nuestra capacidad de ser compasivos con los demás y con nosotros mismos. Me pregunto: ¿Por qué valoramos excesivamente el presentarnos ante los demás como seres débiles, inquebrantables o vulnerables?

Iván Ilich se daba cuenta de que ahora su vida y su padecimiento giraba en torno a la mentira, que las relaciones familiares eran solamente una representación teatral, igualmente sucedía con los médicos que lo atendían: negación, negación, negación.

Además de esas mentiras, o causa de ellas, lo que más torturaba a Iván Ilich era que nadie se compadeciera de él como él quería. En algunos instantes, después de prolongados sufrimientos, lo que más anhelaba —aunque le habría dado vergüenza confesarlo—era que alguien le tuviera lástima como se le tiene lástima a un niño enfermo. Quería que lo acariciaran, que lo besaran, que lloraran por él, como se acaricia y consuela a un niño. (Tolstoi, p. 66)

Pero en vez de expresar claramente su sentir, Ilich lo que hacía era adoptar un semblante serio, severo y profundo. Estas actuaciones, estas mentiras por parte de todos lo que estaban viviendo y padeciendo la enfermedad del personaje, hacían que cada día se fueran envenenado más y más sus últimos días. Ante esta narrativa, recordé cada vez con más claridad, cómo, un día antes de que mi mamá muriera, me pidió que, por favor, le diera un masaje en sus piernas porque le dolían mucho, pienso que además del dolor, ella sentía una gran necesidad de contacto físico, de caricias, estaba a punto de partir...

Las reflexiones que iba teniendo a la luz de mis estudios y de lecturas en torno al tema del sentido, me llevaron a plantearme, con toda seriedad, la pregunta central que yo debía contestar desde mi interior con toda honestidad y como fruto de la reflexividad: ¿La vida

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

tiene sentido? o más específicamente: ¿Mi vida tiene sentido? Encontrar las respuestas implicaba hacer un análisis de mi propia existencia. Tenía que ser capaz de contestar a las preguntas del ¿por qué?, el ¿para qué?, el ¿cómo?, y el ¿cuándo?, con referencia al sentido de mi vida. Las respuestas deberían dar como fruto además de una orientación clara hacia el sentido, un compromiso de vida que se manifestara no solo con palabras, sino, con actos congruentes.

A partir de que se concretaran estas y otras respuestas de carácter existencial, yo debería tomar una postura porque simplemente no podía vivir en medio de la dubitación y de la inseguridad. Mi respuesta, finalmente, fue contundente, la vida para mí, más allá de las teorías, tenía sentido. Sería mi tarea descubrirlo e ir a su encuentro; a la par, que iría forjando un compromiso conmigo misma de ser congruente, de dar un testimonio de vida. En ese momento, yo no podía saber qué me deparaba el futuro, aun así, el pacto conmigo misma y mi firme propósito fue que dentro de lo humanamente posible tenía que sostenerme en esta postura que había sido fruto de la reflexividad. Efectivamente no sabía que vendrían pérdidas humanas y económicas que trastocarían el estilo de mi anterior vida, lo cierto es que la moneda ya estaba echada al aire.

Recuerdo que el proceso por el que pasé al tratar de dar respuesta a las preguntas sobre el sentido de mi vida resultaba, en algunas ocasiones, exhaustivo, no fue una tarea fácil adentrarme en lo más profundo de mi ser, elaborar respuestas que después al salir a la luz no resultan ser tan claras, que, a veces, eran contradictorias entre el pensar, el decir y el actuar. Y que, sobre todo, avanzar en este proceso implicaba la decisión de ser congruente. Además, tomé conciencia que mi propio análisis existencial se estaba dando gracias a los lineamientos de la teoría de Frankl, sin sus orientaciones; reconozco que me habría perdido

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

en el camino, que los ejes de análisis eran imprescindibles en la búsqueda de respuestas a las preguntas existenciales; por lo tanto, se reforzó en mi la idea que justificaba el llevar a otras personas el curso sobre el análisis existencial del Dr. Frankl.

Las preguntas fundamentales que debían estructurar el curso y la reflexión de los participantes se concretaban en el por qué, el cuándo, el cómo y el para qué. La pregunta por las causas, es decir el por qué, teóricamente ya tenía un grado importante de avance por mis estudios y mis reflexiones. Ahora, la tarea consistía en dimensionarlo dentro del ámbito de mi vida personal, si en realidad mi vida tenía sentido; es decir, la pregunta, en concreto era: ¿Mi vida tiene sentido? En un primer momento la respuesta que salía desde mi interior era afirmativa, un sí casi automático. Sin embargo, la respuesta profunda y contundente que yo buscaba tenía que elaborarse con mayor detenimiento, había que ir la construyendo sobre la base de las preguntas restantes, de manera reflexiva, sopesando detalladamente sus implicaciones y significados. Había llegado el momento de bordar fino.

A continuación, traté de resolver el problema del cuándo: ¿En este momento mi vida tiene sentido? Descubrí que sí, que mi vida tenía sentido y que este lo iba descubriendo a través de un proceso que consistía en ir tomando una mayor conciencia sobre mí misma, sobre mis propias creencias, sobre la confrontación con lo que se me había inculcado a través de la educación familiar versus lo que yo había aceptado como valores propios, había que desechar lo que no sentía como propio. Fue un tiempo en el que entendí que debía ser yo misma, que este proceso se trataba de rescatar mi propia identidad y vivir con autenticidad.

En el momento en el que contesté afirmativamente, que di un sí al sentido de mi existencia, seguía el cuestionamiento del *para qué*. Una de las respuestas que vinieron, casi de inmediato, a mi mente fue que tenía ante mí la tarea de la construcción de mi matrimonio,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sabía que éste no iba a madurar por sus propias fuerzas, que, en este caso, se aplicaba el antiguo adagio latino acuñado por Horacio del *carpe diem*, si quería lograr mi propósito de sacar adelante mi proyecto familiar, había que *aprovechar el día, cultivarlo*, no dejarlo a la deriva en manos de la suerte o del destino. Mi desempeño como madre de cinco hijas en plena etapa de descubrimiento de sí mismas y del mundo era otra de las labores que me mantenía dentro del área del sentido, así como mi desempeño como docente de jóvenes universitarios.

El *por qué* era una cuestión que se podía traducir como pregunta de la siguiente manera: ¿Por qué tiene sentido mi vida? Lo cual me llevaba a indagar sobre las causas del sentido. La respuesta me remitió a preguntarme cómo era que mi papel de esposa, madre, docente o amiga iban determinando mi identidad y, a la par, el sentido de mi existencia. Desde una perspectiva existencialista, la respuesta era que *la persona se realiza en la acción*; es decir, en la medida en que yo hacía los actos propios de mis diferentes roles mi identidad, mi personalidad se iban modelando acorde a las acciones.

Hubo un aprendizaje que fue muy significativo para mí, y que descubrí en el camino de estudio y comprensión del pensamiento de Frankl, en ese momento relacioné que la respuesta a la pregunta del *para qué* también incluía la epifanía, aquella en la que descubrí que la vida me presentaba la oportunidad de convertir la dolorosa experiencia de la muerte de mi mamá en un bien mayor; es decir, que su padecimiento y su muerte no quedarán en un estadio de lamentos, que el *para qué* representaba justamente que cumpliera con la misión de dar a conocer, a través de mis cursos sobre el sentido, toda esta teoría que podía, en algunos casos, evitar que otras personas padecieran un vacío existencial que, como en el caso de mi mamá, podía desembocar en la muerte.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Cabe aclarar que no solamente la respuesta a esta pregunta se remitía al caso de mi mamá, sino que cada vivencia brinda la oportunidad de cultivar algo bueno. También pude ver que muchas asociaciones civiles o fundaciones responden a este llamado hacia la trascendencia, por ejemplo, cuando alguien pierde a una persona amada víctima de cáncer u otra enfermedad y a continuación emprende la construcción de una institución para ayudar a otras personas a transitar de la mejor manera posible por su prueba de vida.

La pregunta por el *cómo*, que se plantea de la siguiente manera: ¿Cómo voy a dar sentido a mi vida? Fue relativamente fácil de contestar, aunque difícil de realizar, cada situación iba a requerir su propia resolución, no me podía anticipar al futuro, en su momento esto se iría resolviendo. Para este fin, se requería seguir ejercitando el uso de la “antena” interior que subyace en la conciencia y que se acompaña de la voluntad de sentido para lograr su plena realización. Lo que me quedó claro es que se necesitaban ir adquiriendo grandes virtudes como la prudencia, la fortaleza, la justicia, la empatía, la compasión, la capacidad de reflexión y muchas otras más.

Como conclusión de lo que significó y sigue significando el ejercicio de dar respuestas a estas preguntas existenciales, pues como dije anteriormente, este proceso termina solo el día de nuestra muerte dado que la vida es dinámica, nuestra identidad va cambiando, al igual que la de las personas que nos rodean, las situaciones que se van presentando, a veces, son totalmente inesperadas. En estos términos pude recordar las enseñanzas de Heráclito<sup>6</sup> y de Parménides<sup>7</sup>. En esta vida todo fluye y a la vez hay algo que permanece, afirmaban estos filósofos presocráticos, respectivamente.

---

<sup>6</sup> Heráclito de Éfeso (540 a. C.- 480 a. C.), filósofo griego perteneciente a la línea de los presocráticos.

<sup>7</sup> Parménides de Elea (540 a. C. – 470 a. C.), filósofo griego fundador de la ontología.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Algunos años más tarde, cuando yo ya estaba cursando el Doctorado en Estudios Socioculturales, encontré en una narración autoetnográfica que se presenta en el libro *Voces desde la diversidad* (2020), un referente que me pareció ser una descripción sincera, profunda y evocativa con relación a la forma en la que estas tres facultades operan en la vida de un ser humano. El escrito se titula “Una canción me trajo hasta aquí”, cuya autora, Sarymer Echeverría Muñoz, nos lleva a un recorrido por su historia de vida, en el cual solo menciona de paso, sin entrar en detalles, eventos muy dolorosos y violentos que vivió en su infancia, adolescencia y juventud.

El propósito fundamental de su narrativa es llevar al lector a conocer el proceso de sanación por el que ella pasó. El escrito comienza describiendo simbólicamente la situación que Sarymer experimentaba con relación a un estado de vida pleno de sentido.

Del otro lado de la ventana verde-azul se enmarca una menguante luna, sobre mi escritorio turquesa redacto estas líneas y de vez en cuando, por necesidad fisiológica, mi cuello gira para observar alrededor: las paredes gritan arte, exigen cumplir metas, recuerdan frases motivadoras, se llenan de fotografías de ídolos, de pizarras y agendas por cumplir, de colores pastel, texturas maderosas, de pinturas de Da Vinci, Botticelli, Van Gogh, de edad de juventud y ganas de seguir existiendo (Echeverría, 2020, p. 83).

Sin embargo, antes de llegar a este estado de plenitud existencial, Sarymer pasó por pruebas de vida muy dolorosas, las cuales pudieron haberla hundido en un estado de profundo vacío existencial. Estas pruebas a las que ella se refiere se caracterizaban por estar presentes “la incertidumbre, el miedo, el desamor... las ganas de huir” (Echeverría, 2020, p. 83). Las ganas de huir a las que ella hace referencia se canalizaban a través de conductas de evasión, que, en su caso, se dieron a través de la marihuana, los licores y los pensamientos suicidas.

Hace un tiempo esto no fue así, pero hoy suena el *jazz* libre de pecado, el aire está limpio de ese olor a mota mezclado con licores, de pensamientos suicidas, de sentimientos de

inferioridad, de traumas, de olores sucios de otros cuerpos, de sonidos obscenos de otras voces, de maldad, de abuso; ahora se respira humedad de jazmines y limoneros, calor de hogar, brisa de paz (Echeverría, 2020, p. 83-84).

Según la narración, en esta nueva fase de su vida, ella ya había logrado dejar atrás los estupefacientes, ya no los necesitaba porque en su interior imperaba un estado de paz interior. Yo relacioné la transición que ella logró con la capacidad que tiene el ser humano, según el pensamiento de Viktor Frankl, de superar la triada trágica: sufrimiento, culpa y muerte a través del poder de obstinación del espíritu.

Resulta evidente que Sarymer, a través de sus propias fuerzas, es decir, de su voluntad de sentido y gracias al método derivado de la propuesta de Strasberg, quien a su vez se basa en el método de Stanislavsky, supo superar sus males. El método del que ella habla es un procedimiento para que los alumnos de artes escénicas aprendan a actuar, aunque para ella fue una terapia a que la ayudó a superarse a sí misma. Cabe aclarar que este método no se encuentra dentro de las prácticas logoterapéuticas del Dr. Frankl; sin embargo, logró el propósito de llevarla a transitar de un estado de vacío existencial a un estado en donde imperaba el sentido de la existencia.

Volviendo a la narrativa de Sarymer, la cual estaba redactada, como dije antes, en un lenguaje simbólico que había que desentrañar de entre la música y la literatura, encontré que ella hacía la siguiente mención: “Entonces mi café se ha convertido en ese ‘Anís de Toro’ de la escena de Hemingway: soy Jig y todo me sabe a orozuz, la vida misma me sabe a orozuz” (Echeverría, 2020, p. 84). Esta analogía la comprendí cuando encontré que el sabor de esta raíz tiene un peculiar sabor dulce que resulta agradable al paladar. Sarymer afirma que en ese momento ella disfrutaba del sabor amargo y dulce a la vez de su café.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Mi pensamiento significó que esta analogía con el sabor dulce-amargo que la vida de todo ser humano tiene a través del tiempo, a veces, nos toca disfrutar de su dulzura, pero también, como afirma Frankl, padecer el dolor y el sufrimiento. En ocasiones, tocan a nuestras puertas estas pruebas que nos pueden hacer desfallecer, claudicar, o bien, que nos pueden llevar a un mayor estado de plenitud. Entender la vida desde este ángulo, según yo llegué a comprender, significa verla desde su justa dimensión.

El hecho más importante en esta historia, vista desde un ángulo logoterapéutico, es que la protagonista decidió en un punto de su vida no seguir victimizándose: “Esta no es una historia de debilidad, por el contrario, este es el relato de cómo encontré mi fuerza, esta es una carta de sanación” (Echeverría, 2020, p. 86). Sarymer encontró el camino hacia la sanación cuando estaba estudiando su maestría: “Ha pasado un año ya desde que empecé a estudiar la maestría en Arte; estoy a la mitad del camino –a la mitad de 730 días- y hoy me encuentro en un proceso importante de mi exploración artística en el que me descubrí y reafirmé como un ser fuerte” (Echeverría, 2020, p. 86).

Y al descubrir esta fortaleza que me ha acompañado durante toda mi vida y que por nada perderé, porque es lo que me ha convertido en la persona que soy hoy en día, también descubrí que mi cuerpo, mente y alma han transitado interminablemente entre el dolor y el miedo sin poder trazar un camino hacia la plenitud. Ese camino ha estado bloqueado al igual que mis emociones y no les ha permitido ir más allá del laberinto para saltar a la armonía del amor o lo que para mí es lo mismo: del arte (Echeverría, 2020, p. 86).

Al leer estas líneas, mi mente recordó que dentro del marco de la teoría de Frankl se resalta que el poder de obstinación del espíritu surge desde el inconsciente espiritual y que algunos de sus canales de expresión son precisamente: el amor y el arte. Así, Sarymer, sin proponérselo, en su escrito nos está dando un testimonio de vida que también ilustra una parte muy importante de conceptos fundamentales de la Logoterapia y del Análisis

Existencial. A la vez, ella reconoce en estas líneas su esencia personal que consiste en la unidad de cuerpo-mente-alma, tal y como el Dr. Frankl lo propone.

Con la finalidad de salir del laberinto, afirma la autora, “vislumbré una posibilidad de escape que no era posible sin el enfrentamiento con el bloqueo: me enfrenté a mí misma y salté la barda, conocí “El Método”. El autor Lee Strasberg propuso un método de actuación desde la recreación de la memoria emotiva-sensorial, un viaje hacia el interior de uno mismo para romper la barrera de acceso al inconsciente” (Echeverría, 2020, p. 86). Específicamente, este método parte de la relajación que es acompañada de movimientos corporales, voz y conciencia emocional con la finalidad de lograr una evocación activa.

Si analizamos el caso de Sarymer a la luz de los tres puntos antes expuestos, encontramos que ella, en el momento de generar su propia sanación, dejó de reprimir el sufrimiento de la imagen de conjunto de su vida. El Método le permitió anular los bloqueos emocionales. La aceptación de su realidad y el perdón jugaron un papel definitorio para su nueva condición. Además, ella tuvo la lucidez de rescatar el bien que subyacía en el fondo de su sufrimiento; y, finalmente, ella transitó a la tercera etapa: dirigió su mirada hacia otros espacios de libertad en los cuales realizar su existencia.

Sarymer logró salir victoriosa de su muy comprensible estado de tristeza, angustia y depresión. Sin embargo, pienso que este es un caso extraordinario, no es tan frecuente encontrar historias que nos proporcionen un testimonio de vida de triunfo sobre la adversidad. Actualmente, la voluntad de sentido se encuentra adormecida en nuestro ser, pienso que en gran medida porque estamos viviendo tiempos en los que se busca, ante todo, el placer, la comodidad y el atesoramiento de bienes materiales; por lo tanto, en palabras de Emmanuel Mounier, estamos permitiendo que nuestro espíritu languidezca.

Hoy en día, que continúo impartiendo cursos sobre el sentido de vida, me doy cuenta de que la propuesta de Frankl es una herramienta muy poderosa para que los participantes comprendan cuál es el sentido de sus vidas y hacer conciencia de que este no viene por sí mismo, sino que hay que esforzarse por encontrarlo. Cuando empiezan a comprender la propuesta de manera más profunda van descubriendo que estos conceptos pueden dar luz a sus proyectos de vida, al ejercicio de su libertad y a una mayor plenitud. La experiencia me ha dado la oportunidad de constatar que la teoría de Frankl ha logrado trascender el tiempo y las fronteras de lo ocurrido en los campos de concentración.

En síntesis, el proceso descrito con anterioridad en una narrativa autoetnográfica que sirve como antecedente al estudio, cumplió con el propósito de lograr una profunda observación y análisis de mis propios procesos interiores por medio de los cuales experimenté una pérdida irreparable con la muerte de mi mamá, la cual fue constantemente acompañada de la pregunta: ¿Por qué mi mamá no tuvo la fuerza suficiente para superar el cáncer?

Descubrir, observar y reflexionar sobre la crisis existencial de ella; y, por ende, la mía a la luz de los recuerdos; los conceptos teóricos del análisis existencial y la logoterapia de Viktor Frankl; el intercambio de ideas con mis alumnos universitarios; análisis literario de distintos textos; y otros factores que me indujeron a una profunda introspección sobre la cuestión del sentido de mi vida me llevaron a comprender los procesos mediante los cuales, se construye, significa y/o resignifica el sentido de la vida. A través de los procesos antes mencionados logré el cumplimiento del primer objetivo específico de la investigación en mi persona. Una vez que viví esta experiencia, obtuve una mayor capacidad de observar y comprender los procesos de los sujetos de estudio.

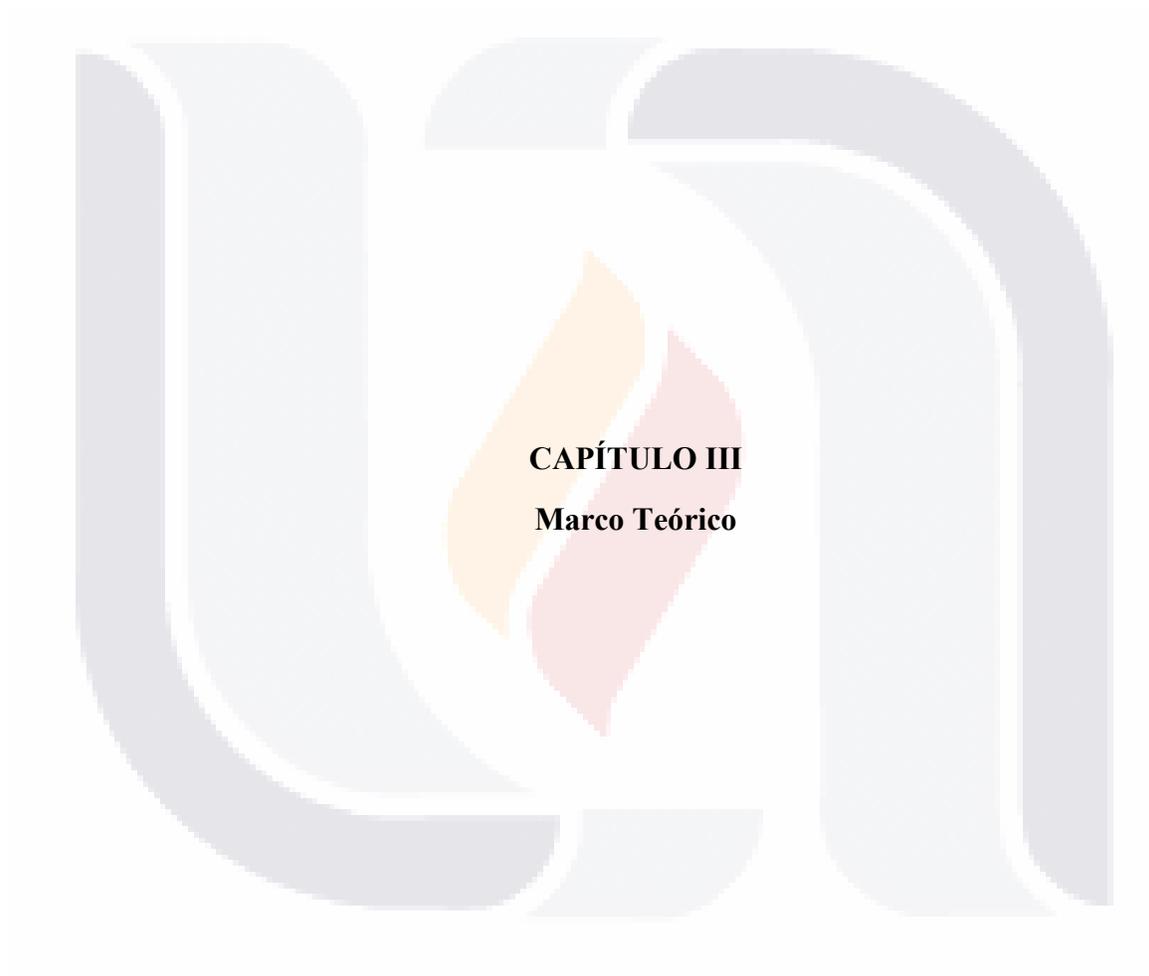
TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Como fruto de esta experiencia personal, pude advertir que en las entrevistas a profundidad era necesario dar el espacio para que los psicólogos pudieran incurrir en introspecciones profundas en las que se abrieran los canales para que aquello que subyacía en el nivel inconsciente subieran a la conciencia y así clarificar los procesos. Percibí que la técnica de la pregunta debía de ser manejada con asertividad y que debía cuidar dos aspectos: 1) no ser yo quien diera respuesta al dilema que se estaba fraguando en su interior, sino que había que esperar a que ellos mismos lo pudieran conectar y proyectar hacia el nivel consciente y, 2) el no poner mis propias palabras en sus narrativas cuando estuviera elaborando el análisis de los resultados.

A la par, pude comprender que los principales conceptos del análisis existencial de Frankl debían convertirse en categorías de análisis que fueran el punto de partida desde el cual se estableciera la guía de entrevista. De esta manera se facilitaría el cumplimiento del segundo objetivo: analizar de qué manera el análisis existencial suscitó reflexiones profundas y acciones concretas en torno al sentido de la vida de los psicólogos.

Con relación al cuarto objetivo: *Inferir la incidencia que el análisis existencial de sus propias vidas propició en los psicólogos algún cambio con relación a su labor de acompañamiento con los adolescentes de las secundarias en las que laboran.* La autoetnografía también abonó, dado que, pude poner en práctica la tarea de hacer mi propio análisis existencial y con la claridad adquirida se facilitó el acompañamiento, en este caso, de los psicólogos.

En términos generales, se puede resaltar que fue esencial el haber vivido la experiencia de experimentar en mi persona los objetivos que propone el estudio para así comprender la experiencia de los sujetos de estudio.



**CAPÍTULO III**  
**Marco Teórico**

“La existencia humana no puede, en realidad, carecer nunca de sentido: la vida del hombre conserva su sentido hasta el aliento final, hasta que exhala el último suspiro. Mientras el hombre conserva la conciencia, sigue siendo responsable frente a los valores de la vida, aunque éstos sean solamente los que llamamos de actitud”

Viktor Frankl

### **III.1 El Existencialismo y la pregunta sobre el sentido de la existencia**

El Existencialismo es el paradigma desde el cual se inspira y fundamenta la reflexión y el análisis filosófico del presente estudio. El propósito fundamental de esta corriente del pensamiento es reflexionar y estudiar al ser de la persona y su posicionamiento dentro del mundo. La mirada del Existencialismo no pretende abarcar, en términos generales a los seres humanos como un todo, sino que su punto de interés se posa en el individuo. Hace hincapié en la libertad como proceso en la toma de decisiones y en la responsabilidad de construir el propio proyecto de vida. La pregunta que funge como eje en el pensamiento existencialista cuestiona el sentido de la vida y reflexiona sobre las distintas respuestas. Esta vertiente del pensamiento surge con mucha fuerza a raíz de los estragos de las dos primeras guerras mundiales y prevalece hasta nuestros días, haciéndose presente en múltiples manifestaciones de la vida social y cultural. Sin embargo, es necesario tomar conciencia de que el Existencialismo con sus cuestionamientos sobre el sentido de la vida no solo pervive dentro de los límites de la filosofía, sino que traspasa sus propias fronteras y se instala en otros ámbitos: en la sociedad, la política, la cultura y en la ciencia, entre otros.

Frankl es considerado uno de los representantes más importante dentro del marco de referencia de las llamadas psicoterapias humanistas con un enfoque existencialista, las

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

cuales, se caracterizan por su preocupación en el logro del objetivo de superar los reduccionismos en los que habían incurrido otras escuelas psicoterapéuticas. Su orientación se enfoca hacia la comprensión de la forma en la que el ser humano construye su existencia y su modo de estar en el mundo. Su propósito es el de replantear la pregunta sobre el ser de la persona, con la finalidad de adecuar los tratamientos a la luz de una visión profunda e integral sobre la misma. Los fundamentos antropológicos y ontológicos de estas psicoterapias se sustentan a partir del Existencialismo y, en algunas ocasiones, se presentan de manera explícita o implícita en las teorías. En el caso de Viktor Frankl, estos fundamentos se exponen de manera explícita a través de su *análisis existencial*.

La influencia de Heidegger, uno de los principales precursores del Existencialismo, se reconoce en el trabajo de Viktor Frankl. Sin embargo, según Frankl, la propia filosofía existencial en sí misma no aporta con suficiencia las dimensiones propias de la persona. Con el fin de enmendar estas carencias, Frankl retoma la dimensión comunitaria de la persona, dado que considera que la construcción del sentido existencial está en función de la trascendencia que la persona llegue a lograr; es decir, el salir de sí misma para ir al encuentro de otro ser humano, de un proyecto de vida o del mundo.

La Filosofía de la Existencia o Existencialismo es una cosmovisión<sup>8</sup> que se conforma hundiéndose sus raíces de origen en el siglo XIX y se prolonga hacia la mitad del Siglo XX.

La época del existencialismo es una época de crisis: la crisis de aquel optimismo romántico que durante todo el siglo XIX y la primera década del XX garantizaba el sentido de la historia, en nombre de la Razón, lo Absoluto, la idea o la humanidad, fundamentaba valores estables y aseguraba un progreso seguro e imparable. El idealismo, el positivismo y el marxismo son filosofías optimistas que se jactan de haber captado el

---

<sup>8</sup> Se entiende por cosmovisión la manera en la que cada persona interpreta al mundo.

principio específico de la realidad y el sentido progresivo absoluto de la historia (Reale y Antiseri, 2002, p. 527).

El existencialismo tiene como propósito principal analizar el modo de ser de la persona en el mundo, afirma que la existencia precede a la esencia, pone su mirada filosófica sobre el sujeto como individuo y propone que la vida de la persona se va construyendo por medio de sus decisiones; por ende, pugna por liberar al ser humano de las determinaciones que pudieran ejercer las estructuras sociales, económicas, políticas y culturales. Y lo que es más importante, se pregunta por el sentido de la existencia. En concreto son tres los puntos que caracterizan a esta corriente del pensamiento: “1) la *centralidad de la existencia* como modo de ser del ente finito que es el hombre; 2) la *trascendencia del ser* (el mundo y/o Dios) con el cual se relaciona la existencia; 3) la *posibilidad* como modo de ser constitutivo de la existencia y, por lo tanto, como categoría insustituible para el análisis de la existencia misma” (Reale y Antiseri, 2002, p. 528).

Algunos de sus más connotados representantes son Søren Kierkegaard (1813-1855), Friedrich Nietzsche (1844-1900), Karl Jaspers (1883-1969), Martin Heidegger (1889-1976), Gabriel Marcel (1889-1973), Jean-Paul Sartre (1905-1980), Simone de Beauvoir (1908-1986) y Albert Camus (1913-1960), entre otros.

Dando un paso más adelante, y, teniendo como punto de partida el término *existencia*, encontramos que:

Además, la existencia es un modo de ser finito; es posibilidad, un “poder ser”. La existencia, justamente, no es una esencia, algo dado por naturaleza, una realidad predeterminada e inmodificable (...) El hombre, empero, será aquello que él haya decidido ser (...) La existencia es un “poder ser”, y por ello, es “incertidumbre, problematicidad, riesgo, decisión y empuje hacia adelante” (Reale y Antiseri, 2002, p. 528).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Las preguntas que vienen a continuación son: ¿Hacia dónde debe orientar su vida la persona? ¿Cuál propósito es el que mueve su voluntad? ¿Cuál es el punto en el horizonte que lo guía o lo orienta? A estas preguntas corresponden varias respuestas: uno mismo, el mundo, Dios, el sentido, la nada o la libertad.

El existencialismo se bifurca en distintas líneas del pensamiento que se van formando según las respuestas que se den a los distintos cuestionamientos. Y así, surge una rama más del pensamiento existencialista que se ha nombrado *personalismo comunitario*. Su génesis se da en Francia hacia la mitad del siglo XX y se considera que Emmanuel Mounier (1905-1950) da a luz esta nueva propuesta. La nueva orientación contiene algunos elementos esenciales del existencialismo; sin embargo, el personalismo comunitario se constituye en diversos aspectos de manera diferente y, consecuentemente, logra conformar su propia identidad y establecerse como otra cosmovisión distinta y en algunos aspectos complementaria al existencialismo.

Tanto el existencialismo, como el personalismo comunitario son escuelas del pensamiento filosófico que replantean cuestiones álgidas en torno a la condición humana como: la libertad y la responsabilidad, la situación de la persona ante el hecho de su propia muerte, la temporalidad de la vida, su fragilidad, su contingencia, el ser y la nada, el sentido y el sinsentido de la existencia. Como puede observarse los ejes de análisis son similares, sin embargo, las resoluciones son muy distintas.

Al respecto, bajo la mirada de estas cosmovisiones, encontramos que existen dos posturas opuestas en torno a la pregunta por el sentido de la vida del ser humano. La primera, dentro del Existencialismo de Jean Paul Sartre, quien afirma que la vida humana no tiene sentido bajo ninguna circunstancia; mientras que la segunda, derivada del Personalismo

Comunitario de Emmanuel Mounier, propone que la persona tiene la capacidad de construir el sentido de su existencia al hacer uso de su libertad, que, si bien no es absoluta, sí permite al ser humano tomar decisiones importantes con relación a la construcción de su proyecto de vida. La cosmovisión a la que se ampara y fundamenta el presente trabajo de investigación, es la que acepta que la vida tiene sentido y que es responsabilidad de cada ser humano buscarlo, encontrarlo y realizarlo.

### **III.1.1 Karl Jaspers**

Karl Jaspers (1883-1969) es considerado uno de los más grandes filósofos existencialistas alemanes junto con Martín Heidegger. Su libro *Psicología de las concepciones del mundo* utiliza el método fenomenológico para analizar los fenómenos psicopatológicos, es considerado como el primer libro escrito dentro del marco de la filosofía de la existencia. En su libro *La filosofía desde el punto de vista de la existencia*, el autor da respuesta a la pregunta sobre la orientación que la vida humana debe seguir en aras de lograr la trascendencia y la plenitud. Jaspers fue médico, por lo tanto, hombre de ciencia, concebía que “la filosofía y la ciencia no son posibles la una sin la otra”<sup>9</sup>; considera que la filosofía no otorga la clase de certeza en los conocimientos que la ciencia sí puede; es decir, que la certeza sea exactamente la misma para cualquier mente humana que tenga la capacidad de comprenderlos por su formación intelectual en el campo de especialización a la que correspondan.

---

<sup>9</sup> En este punto se puede observar la influencia de Karl Jaspers en Viktor Frankl, dado que el segundo elaboró su teoría sobre el sentido de la existencia humana fundamentando con base a la filosofía (análisis existencial) la logoterapia (psicología). Frankl también creía que las teorías deberían contener de manera explícita la concepción antropológica y ontológica que les daba fundamento.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Sin embargo, es importante tener en mente que la filosofía surge antes que cualquier conocimiento científico. ¿Qué es la filosofía? La esencia de la filosofía para Jaspers es la búsqueda de la verdad, no la posesión de ella. “Filosofía quiere decir: ir de camino. Sus preguntas son más esenciales que sus respuestas, y toda respuesta se convierte en una nueva pregunta” (Jaspers, 2022, p. 12). El propósito y el sentido del filosofar es otorgar a la persona que filosofa la plenitud en algunos momentos de su vida, no porque haya encontrado la certeza, sino porque el ser mismo se hace presente en la realización misma de su historia de vida.

Jaspers apunta tres motivos que dan origen a la filosofía: 1) el *asombro*, el cual da como resultado que la persona se plantee preguntas y se dirija al encuentro de las respuestas, que a su vez, constituyen el conocimiento; 2) la *duda* que nace del examen crítico de las respuestas encontradas; 3) *conmoción* de la conciencia al darse cuenta de que está perdida entre las cosas del mundo sin darse cuenta quién es en realidad como persona, cuáles son sus fines, cómo ejercer su libertad y cómo ser feliz. La clave es que la persona se llegue a dar cuenta de quién es, cuáles son las situaciones a las que se va enfrentando y cómo se relaciona con otros seres. Así, la persona se ve enfrentada a situaciones sencillas de la vida diaria, pero también a *situaciones límite*, las cuales son aquellas que se presentan en la vida del ser humano de manera irremisible, no se puede elegir salir de ellas y no pueden ser alteradas. “La conciencia de estas situaciones límite es, después del asombro y de la duda, el origen, más profundo aún, de la filosofía” (Jaspers, 2020, p. 20).

En la vida corriente huimos frecuentemente ante ellas cerrando los ojos y haciendo como si no existieran. Olvidamos que tenemos que morir, olvidamos nuestro ser culpable y nuestro estar entregados al acaso. Entonces sólo tenemos que habérnoslas con las situaciones concretas, que manejamos a nuestro gusto y a las que reaccionamos actuando

según planes en el mundo, impulsados por nuestros intereses vitales. A las situaciones límites reaccionamos, en cambio, ya velándolas, ya, cuando nos damos cuenta realmente de ellas, con la desesperación y con la reconstitución: llegamos a ser nosotros mismos en una transformación de la conciencia de nuestro ser (...) Nuestra ingenuidad toma el mundo por el ser pura y simplemente. Mientras somos felices, estamos jubilosos de nuestra fuerza, tenemos una confianza irreflexiva, no sabemos de otras cosas que las de nuestra inmediata circunstancia. En el dolor, en la flaqueza, en la impotencia nos desesperamos. Y una vez que hemos salido del trance y seguimos viviendo, nos dejamos deslizar de nuevo, olvidados de nosotros mismos, por la pendiente de la vida feliz (Jaspers, 2020, p. 20).

Ante las circunstancias adversas, la persona se vuelve prudente, por lo que busca la seguridad en el dominio de la naturaleza a través de la ciencia, la tecnología y en las estructuras sociales. Darse cuenta de que, aunque los conocimientos se multipliquen y, por ende, la ciencia y la tecnología progresen a un ritmo acelerado, no hay manera de acabar con la fatiga del trabajo, las enfermedades, la vejez y la muerte, lo que lleva a la persona a cuestionarse sobre si la ayuda mutua y la solidaridad pueden proveer espacios de mayor seguridad y, además, de justicia y paz. El caso es que, aunque se conquisten espacios de alta seguridad, la persona tarde o temprano se verá ante situaciones límite, y tendrá que resolver qué actitud tomar ante el fracaso. Jaspers señala dos formas de hacerlo: “En las situaciones límite, o bien hace su aparición la nada, o bien se hace sensible lo que realmente existe a pesar y por encima de todo lo evanescente del ser mundanal” (Jaspers, 2020, p. 23).

Aunada a los tres motivos que propician el filosofar humano: *asombro*, *duda* y *conmoción*, Jaspers afirma que en la actualidad hace falta agregar la *comunicación*. “Estos motivos resultan subordinados a una condición, la de la *comunicación* entre los hombres” (Jaspers, 2020, p. 24). La disolución de los canales de comunicación, en el sentido de que se han ido

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

perdiendo los vínculos profundamente humanos porque los seres humanos “cada vez se comprenden menos, se encuentran y se alejan corriendo unos de otros, mutuamente indiferentes, en el hecho de que ya no hay lealtad ni comunidad que sea incuestionable y digna de confianza” (Jaspers, 2020, p. 25). La persona, afirma Jaspers, solo puede existir en compañía de otra persona, en soledad pierde la oportunidad de interiorizar en el ser, la claridad del amor y la plenitud del reposo.

Una idea que funda el pensamiento filosófico y que como pregunta se expresa así: ¿Qué existe? trae a la mente del ser humano que hay muchas clases de entes, es decir, las cosas que existen en el mundo. Dando un paso más adelante, la filosofía se pregunta: ¿Qué es el ser del cuál brota todo lo que existe? En la historia del pensamiento existe una larga lista de respuestas a esta pregunta desde Tales de Mileto hasta nuestros días. “Vemos así una gran serie de ideas acerca del mundo que se ha bautizado con los nombres de materialismo (todo es materia y un proceso mecánico-natural), espiritualismo (todo es espíritu), hilozoísmo (el universo es una materia viviente y animada) y de otros puntos de vista” (Jaspers, 2020, p. 27-28). Cada una de las escuelas del pensamiento ha dado distintas respuestas que provienen de la intuición y de alguna forma de indagación, aunque ninguna se considera como una respuesta única y válida. Sin embargo, existe un común denominador entre ellas:

Todas interpretan el ser como algo que me hace frente como un objeto al cual me dirijo mentándolo. Este profenómeno de nuestra existencia consciente es tan natural para nosotros, que apenas advertimos lo que tiene de enigmático, porque no preguntamos en absoluto por él. Lo que pensamos, aquello de que hablamos, es siempre algo distinto de nosotros, es aquello a que nosotros, los sujetos, estamos dirigidos, como algo que nos hace frente, los objetos (Jaspers, 2020, p. 28).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Cuando la persona hace de sí misma el objeto de su pensamiento, se convierte en algo distinta de sí misma, afirma Jaspers, la persona sigue existiendo como un ser pensante, esta acción no puede llevarse de manera correcta dado que el sujeto no puede pensarse adecuadamente como objeto. La separación entre sujeto y objeto ocurre cuando estamos despiertos y estamos conscientes.

¿Qué puede significar este misterio, presente en todo momento, de la separación del sujeto y del objeto? se pregunta Jaspers. “Evidentemente, que el ser no puede ser en conjunto ni objeto ni sujeto, sino que tiene que ser lo *Circunvalente* que se manifiesta en esta separación” (Jaspers, 2020, p. 29). Lo que propone el filósofo es que el ser puro y simple, no puede ser un objeto. “Todo lo que viene a ser para mí un objeto se acerca a mí saliendo de lo Circunvalente, de lo que salgo yo también como sujeto (...) Lo Circunvalente permanece oscuro para mi conciencia. Sólo se torna claro por medio de los objetos, y tanto más claro cuanto más conscientes y luminosos se tornan los objetos mismos” (Jaspers, 2020, p. 29). Filosofar sobre lo Circunvalente significaría penetrar en el ser mismo.

Desde la metafísica de Jaspers, “lo Circunvalente, concebido como el ser mismo, se llama trascendencia (Dios): y el mundo, concebido como lo que somos nosotros mismos, la vida, la conciencia en general, el espíritu y la “existencia” (Jaspers, 2020, p. 32). La existencia es un término esencial en la filosofía de Jaspers, por lo que es necesario subrayar que esta representa lo que somos propiamente en nuestra historicidad.

La idea de la existencia de Dios, nos dice Jaspers, no ha sido probada, pero tampoco lo ha sido su inexistencia. “Las pruebas y sus refutaciones muestran sólo que un Dios probado no sería un Dios, sino una mera cosa en el mundo” (Jaspers, 2020, p.41). En occidente la idea de Dios tiene dos grandes raíces, la primera se encuentra en la tradición griega con el

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Dios desconocido, el cual fue descubierto por medio de la razón y, la segunda, en la tradición hebrea con el Dios vivo que fue revelado al pueblo judío. La realidad es que Dios solo puede ser aprehendido a través de la fe. “La teleología de lo viviente, la belleza de la naturaleza en todas sus formas, el orden del mundo en general se vuelve cada vez más misterioso a medida que progresa el conocimiento de hechos” (Jaspers, 2020, p. 42). Además, propone Jaspers, el mundo no está concluido, sino en constante transformación. El hecho que para este análisis lo que corresponde observar es que Dios no es ningún objeto ni del saber, ni de la experiencia sensible. La fe emerge no de la experiencia, sino de la libertad del ser humano. Llegado a este punto, Jaspers afirma que la libertad de la persona y Dios son inseparables.

Yo estoy cierto de mí. En medio de mi libertad no existo por mí mismo, sino que soy para mí un presente en ella, pues puedo dejar de ser para mí y no imponer mi ser libre. Cuando soy realmente yo mismo, estoy cierto de que no lo soy por obra de mí mismo. La más alta libertad se sabe en cuanto libertad respecto del mundo, la más profunda vinculación a la trascendencia. El ser libre del hombre es lo que llamamos su trascendencia (Jaspers, 2020, p. 44).

Trascender, desde esta óptica, significa aceptar la libertad de convertirme realmente en mí mismo, reconocer el milagro de ser yo, lo cual implica el reconocimiento de la existencia de Dios. No aceptar la libertad implica la inexistencia de Dios y me contento con la existencia de la naturaleza y de muchos dioses, afirma Jaspers.

Más adelante profundiza en la explicación del significado del concepto *existencia* cuando lo relaciona con el de *realización de lo incondicional*.

Acciones incondicionales tienen lugar en el amor, en la lucha, en el acometer altas empresas. Ahora bien, el signo distintivo de lo incondicional es que el obrar se funda en algo frente a lo cual es la vida en conjunto algo condicional y no lo último. En la

realización de lo incondicional se convierte la existencia, por decirlo así, en el material de la idea, del amor, de la lealtad. La existencia resulta incorporada a un sentido eterno, consumida, por decirlo así, y no libremente abandonada a la caprichosidad de la mera vida (Jaspers, 2020, p. 51).

La persona cuando se somete a lo incondicional por una causa mayor, por ejemplo, la solidaridad a sus compatriotas llega a poner su vida en peligro o incluso a morir por una causa justa. “La solidaridad se alzaba incondicional ante la vida condicionada para ella” (Jaspers, 2020, p. 51). En cambio, cuando la persona actúa a la luz de lo condicional, peleará solo por defender su propia vida y sus intereses. La diferencia estriba en que lo incondicional tienen su origen en mí mismo, sustentándose desde la intimidad con aquello, que, aunque esté en mí mismo, no apunta solo hacia mí mismo. “El requerimiento incondicional se me presenta como el requerimiento que hace mi verdadero yo a mi mera existencia” (Jaspers, 2020, p. 54). Lo incondicional es cuando se actúa desde lo que verdaderamente se quiere, se da mediante un salto a otra dimensión. En cambio, los requerimientos condicionales obedecen a una necesidad a la que puedo someterme externamente. La persona que actúa desde las razones de ser y las metas de su obrar permanece en el nivel de lo finito y lo condicional. Lo incondicional se establece si se cumplen tres proposiciones:

Primero: Lo incondicional no es una esencia, sino una resolución con la que me identifico yo mismo y que se vuelve clara con la reflexión sobre un fondo de inconcebible profundidad (...) Lo incondicional significa participación en lo eterno, en el ser. Por eso brota de ello la absoluta confianza y fidelidad (...) Segundo: lo incondicional existe realmente sólo en la fe partiendo de la cual se realiza y para la fe lo que ve (...) Tercera: Lo incondicional no tiene tiempo en el tiempo (Jaspers, 2020, p. 55-58).

Con las anteriores proposiciones queda circunscrito el concepto de incondicional en Karl Jaspers, sin embargo, su núcleo se hace patente en la oposición entre el bien y el mal. 1)

Relación moral entre el bien y el mal: El mal se hace patente cuando la persona vive mayormente entregada a sus inclinaciones e impulsos sensibles, al placer y a la dicha de este mundo; mala es la vida que se queda solamente en lo condicional, la vida que transcurre tal y como la de los animales. 2) La relación de la ética referida a los motivos. En cambio, la vida buena es aquella que orienta la condicional a lo moralmente válido y trasciende a lo incondicional. En este punto el filósofo advierte que podemos pasar toda una vida engañándonos sobre los motivos de nuestros actos, sin que realmente hayamos logrado penetrar a lo incondicional. 3) Relación metafísica como esencia de los motivos: El mal se manifiesta, asimismo, en la voluntad de destruir lo bueno que ya existe. Bueno es cuando desde lo incondicional se construye el amor y la voluntad de realidad. Jaspers hace notar que solamente en la unidad de esta triada: moral, ética y metafísica tiene lugar la realización de lo incondicional. Es por esta razón que San Agustín decía: “Ama y haz lo que quieras”, agrega el filósofo.

Sobre estas bases metafísicas, Jaspers construye su idea de persona y se pregunta: ¿Qué es el hombre? Con el fin de contestar a esta difícil pregunta, hace un primer acercamiento afirmando que la libertad, fuera de todo conocimiento objetivo, está presente como una inextirpable posibilidad.

De hecho, es el hombre accesible para sí mismo de un doble modo: como objeto de investigación y como “existencia” de una libertad inaccesible a toda investigación. En un caso hablamos del hombre como de un objeto; en el otro caso, de ese algo no objetivo que es el hombre y de que éste se interioriza cuando es propiamente consciente de sí mismo (Jaspers, 2020, p. 63).

La persona puede conocerse a sí misma en el origen de su pensar y en su obrar. La conciencia de su libertad surge cuando se da cuenta de los requerimientos que la vida pone ante ella y descubre que puede decir sí, pero también puede decir no.

En un segundo momento, explica Jaspers, cuando la persona encuentra la certeza de su libertad, al aprehenderse a sí misma se da cuenta de que es un ser referido a Dios, de que no se ha creado a sí misma. La persona no está sometida a las leyes de la naturaleza, tal como les ocurre a los animales. “Nosotros tenemos además libertad, mediante la cual nos decidimos y no estamos sometidos automáticamente a una ley natural, pero que tampoco la debemos a nosotros mismos, sino que nos encontramos brindados a nosotros mismos con ella” (Jaspers, 2020, p. 64). Cuando la persona hace conciencia de estas realidades se da cuenta de que cuando no ama, no sabe qué hacer, cuando decide a la luz de su libertad y elige darle sentido a su existencia se da la certeza de que no se debe a ella misma. “La existencia del hombre no transcurre como los procesos naturales. Pero su libertad clama por una dirección” (Jaspers, 2020, p. 67). ¿Cuál es la dirección última a la que debe apuntar la libertad humana? La dirección correcta es la trascendencia, es la condición para que la persona llegue a ser persona, para que llegue a ser sí misma.

Como se ha podido observar, el legado filosófico de Karl Jaspers es una clara muestra de la filosofía existencialista. Su obra se centra, principalmente, en la existencia de la persona como individuo, sus preocupaciones, sus dudas, sus asombros, sus conmociones y sus angustias y, además, en el cuestionamiento sobre el sentido de la propia vida. El concepto que aporta sobre la libertad, corresponde a la libertad individual, la cual ha de ser orientada hacia algún punto en el horizonte que la persona tiene que descubrir por sí misma por medio de la introspección. Cuando la persona logra situarse en el nivel de ser sí misma, cuando

llega a conocer la esencia de su ser, es cuando se fundan las decisiones, los compromisos, la elección de quién se quiere ser y la capacidad de trascendencia.

Jaspers abonó mucho en el campo de la psiquiatría al tratar de cambiar la mentalidad que en su época prevalecía en torno a las enfermedades mentales y desarrolló el *método biográfico* con el afán de descifrar los padecimientos de las personas con base en el conocimiento de sus biografías.

### **III.2 Emmanuel Mounier: El carácter relacional y trascendente de la persona**

Emmanuel Mounier (1905-1950) fue un filósofo francés a quien se le considera el padre del Personalismo Comunitario. Desde esta corriente del pensamiento, él afirma que el ser humano es un fin en sí mismo, por lo que su crítica a los sistemas económicos y políticos que prevalecían en ese momento histórico, el capitalismo y el comunismo, giraba en torno a aquellos factores que alienan a la persona.

El objetivo de introducir el Personalismo Comunitario de Emmanuel Mounier en el marco teórico de la tesis es analizar y establecer si existe una relación con la postura filosófica del análisis existencial de Viktor Frankl, quien hizo estudios profundos en Filosofía con el propósito de cimentar sólidamente la logoterapia. Frankl establece que el sentido de la existencia se construye sobre dos pilares: *la pregunta por el sentido y la trascendencia*. Mounier, desde su postura, propone que la persona funda su realización personal, la capacidad de ejercer su libertad y su felicidad en la *trascendencia*.

El propósito que persiguió Mounier fue el de llegar a descifrar la problemática social, económica, política y cultural, para así descubrir sus fortalezas y sus debilidades a través

de reflexiones profundas que emanaban del análisis teórico y su confrontación con la realidad. La crítica había de ser propositiva, por lo que existe la intención de construir un planteamiento que diera solución al fenómeno. Su principal enfoque fue la reivindicación de la dignidad de la persona.

Históricamente, desde la mirada de Mounier, la sociedad burguesa se gesta a partir del Renacimiento y se revela con mayor fuerza dentro del período de la Modernidad. El Renacimiento había surgido como una respuesta de rebeldía a la imposición de un mundo medieval con un sistema monárquico-feudal que en lo político, económico y social aprisionaba la libertad de las clases sociales pertenecientes al proletariado; y en lo espiritual, con una tendencia teocéntrica que dejaba poco espacio para la realización temporal de la persona.

El problema radica, según Mounier, en que, en el camino hacia la Modernidad con el proceso de industrialización, se dan las condiciones que llevan a una actitud fundamentalmente *individualista*, lo cual acarrea consigo consecuencias que impactan a todos los órdenes. En sentido negativo, el sistema capitalista incide en la definición de un perfil humano que según Mounier da vida a:

El hombre que ha perdido el sentido del *ser*, que no se mueve más que entre cosas, cosas utilizables, despojadas de su misterio. El hombre que ha perdido el amor; cristiano sin inquietud, incrédulo sin pasión, hace tambalear el universo de las virtudes en su loca carrera hacia el infinito, alrededor de un pequeño sistema de tranquilidad psicológica y social: dicha, salud, sentido común, equilibrio, placer de vivir y confort (Mounier, 2002, p. 377).

Los valores de la burguesía, afirma Mounier, se estructuran con base a tres ejes: el gozo del *placer* que proporciona confort y lujo, siendo el dinero el medio que puede hacer

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

posible la consecución de dichos deseos; la *vanidad* que proviene de una buena reputación cuando el éxito se ha logrado y que otorga al poseedor el reconocimiento social; y, el *poder* visto como la posibilidad de influir en la vida personal, familiar, social y política.

El burgués ha cambiado el *ser* por el *tener*; así, dentro de este esquema de vida, defiende a toda costa sus propiedades. Sin embargo, el resultado es que el burgués cae en una gran confusión, dado que en el trayecto acaba por no saber si es él quien posee a las cosas o son sus cosas las que lo poseen a él.

Asimismo, Mounier distingue dos figuras en el marco de la burguesía; la primera, representa al individuo que ya ha llegado a la cumbre del éxito y, aunque siempre estará insatisfecho, se jacta de su trayectoria y defiende sus privilegios individuales a toda costa; y el pequeño burgués, que se encuentra aún lejos de la cumbre y sueña desesperadamente por alcanzarla; en este caso, surgen sentimientos de envidia e inconformidad por la supuesta injusticia. En ambos casos, la esencia de los valores es la misma y como consecuencia se da una actitud egocéntrica.

El filósofo llega enseguida a un diagnóstico más delicado de la problemática, cuando reconoce que el ideal de vida orientado en gran medida al *tener* incide en el “divorcio entre el espíritu y la materia, entre el pensamiento y la acción”, lo cual lleva a una retractación del ser personal y al derrumbamiento masivo de la cultura.

Lo espiritual cercenado de sus amarras no es ya más que una pluma al viento vagando sobre un mundo brutal para vigilarlo y, a veces, distraerlo. “Espíritu” inflado de vacío, ligero y egoísta; “razón” orgullosa y perentoria, ciega al misterio de las existencias reales; juego exquisito y complicado de la “inteligencia”: de esta forma se ha creado una raza de hombres sordos al sufrimiento de los hombres, insensible a la dureza de los destinos, ciega ante las desgracias que no son desgracias íntimas (Mounier, 2002, p. 379).

La pregunta obligada en esta parte de la narrativa es: ¿qué entiende Mounier por “lo espiritual”? La espiritualidad de la que habla Mounier es, sobre todo, presencia y responsabilidad.

Dicha presencia, que significa estar activamente presentes en el ámbito de lo personal y lo familiar; además, en los diferentes ámbitos de las esferas públicas, nos exige una superación continua, para así dar lo mejor de nosotros mismos. Y, por otra parte, la responsabilidad, que mueve nuestra voluntad a realizar acciones concretas para solucionar problemas y lograr un mundo mejor para todos.

Resulta evidente que la inteligencia del burgués es una herramienta utilizada básicamente con el fin de diseñar estrategias para ejercer un poder casi absoluto sobre el orden del mundo material dirigido a acrecentar sus propias riquezas y a evitar el peligro de su pérdida, sin ningún cargo de conciencia ante la responsabilidad que implica la intervención. El afán que mueve al burgués es el de construir un mundo a la medida de sus intereses. La esterilidad del espíritu, apunta Mounier, es inminente.

Las consecuencias de la minimización de la vida espiritual de la persona trascienden las barreras de la psicología individual irrumpiendo en el ámbito de lo social. La fragmentación de la unidad constitutiva del hombre o la negación de su vocación fundamental traen consigo la dislocación de la vida comunitaria. Por lo tanto, el orden jurídico encargado de garantizar la justicia se convierte en una enorme red entretejida con normas, que no tienen otro fin que el de garantizar la salvaguarda de la propiedad privada y los intereses particulares de cada uno de los individuos. Los fines de la normatividad jurídica están ahora destinados a secundar los valores de la burguesía.

La evolución jurídica confirma en las costumbres lo que la evolución filosófica prepara en las ideas. Reviste de soberana dignidad a una especie de individuo abstracto, buen salvaje pacífico y paseante solitario, sin futuro, sin vínculos, sin espíritu, provisto de una libertad sin norte, ineficaz, juguete incordiante con el que no se debe molestar al vecino ni se sabe cómo emplear si no es para rodearse de una red de reivindicaciones que le inmovilizan con mayor seguridad aún en su aislamiento (Mounier, 2002, p. 381).

La sociedad burguesa no es otra cosa que la suma de individuos replegados en forma egoísta dentro del cerco de sus muy particulares intereses, con lo cual el ideal de comunidad no puede ser alcanzado. El acto que lleva a la trascendencia y al encuentro de un ser humano con otro ser humano requiere específicamente de un diálogo continuo inter e intrapersonal.

La trascendencia, como rasgo eminentemente humano, emana de la necesidad vital de expresar lo que se lleva en lo más profundo de la propia intimidad, así, la apreciación subjetiva tiene una validez incalculable porque está llamada a la reconstrucción del mundo y a la definición de la identidad personal. Por lo tanto, es fácil inferir que en una sociedad de individuos que solamente persiguen sus propios intereses la trascendencia es algo casi imposible de alcanzar.

La desarticulación de la comunidad se debe a que la persona no ha llegado a comprender su esencia espíritu-corpórea y como consecuencia su inminente vocación al amor; por lo que nos podemos preguntar si basta con una convivencia social regular para cumplir con la condición de pertenecer, de lograr la trascendencia y, por ende, la pertenencia a una comunidad y al desarrollo de las facultades que nos llevan a contraer un compromiso comunitario. Al respecto, Emmanuel Mounier hace una diferenciación entre lo que para él significa el concepto de *sociedad* y el de *comunidad*, la segunda tiene ciertamente horizontes mucho más amplios y ambiciosos en lo que a elevación de lo humano se refiere.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Una sociedad civil constituida por “el hombre anónimo del individualismo, sin pasado, sin vínculo, sin familia, sin medio, sin vocación, es un símbolo matemático prefabricado para juegos inhumanos” (Mounier, 2002, p. 94). Razón por la cual la sociedad se corrompe en su misma esencia, pues el núcleo del *yo* y el del *tú* están minados, simplemente no pueden cumplir con su misión que consiste en forjar lazos de solidaridad, empatía, respeto y amor.

Las relaciones quedarán en términos de contrato y se alcanzará en algunos casos ciertos niveles de justicia, el problema estriba en que “el contrato no pone en comunión a dos hombres; establece dos egoísmos, dos intereses, dos desconfianzas, dos astucias y los une en una paz armada” (Mounier, 2002, p. 99). Este tipo de relaciones no son dignas de la persona, quien solo se realiza a plenitud cuando se le llama por su nombre propio y se le interpela a través del amor.

En contraste, Mounier presenta su utopía de lo que debe ser el prototipo de una verdadera *comunidad total o personalista*, que puede también ser llamada una “*persona de personas*”.

En una perfecta comunidad personal cada persona se realizaría en la totalidad de una vocación continuamente fecunda, y la comunión del conjunto sería una vocación continuamente fecunda, y la comunión del conjunto sería una resultante de cada uno de los éxitos singulares. Contrariamente a lo que sucede en las sociedades vitales, cada uno sería *insustituible* y esencialmente querido para el orden del conjunto. Sólo el amor sería allí el vínculo, y no ninguna imposición, ningún interés vital o económico, ninguna institución extrínseca. Cada persona siendo allí promovida a los valores superiores que la realizan, encontraría en los valores superiores objetivos comunes, el lenguaje que la religaría a todas las demás (Mounier, 2002, p. 99).

Mounier propone que la persona es un ser espíritu-corpóreo por lo que todo se debe visualizar desde esta realidad, recomienda situar cada cosa en su exacta dimensión. En

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

cuyo caso, la economía tan venerada por el capitalismo, no es para él más que un medio al servicio de la persona para procurar “la exacta medida de bienes materiales necesarios para el desarrollo de cada uno”; la política debe ser *pluralista e incluyente*, ya que cada persona es un ser individual que tiene que vivir a plenitud su libertad acompañada por la responsabilidad, misma que se medirá en términos de su compromiso comunitario; es aquí en donde las asociaciones civiles juegan un papel fundamental, puesto que por medio de ellas la persona se relaciona con los demás, proyectando su propia visión del mundo y participando activamente en la conformación de nuevas realidades al poner en juego sus mejores talentos y su creatividad. Una vez que la persona descubre el profundo sentido de su vida y decide responder con la congruencia de sus acciones a este sistema de valores, el compromiso se establece independientemente de los mandatos morales.

Dichos valores no deben permanecer flotando en torno al hombre como entes que representan ideales inalcanzables, los valores deben encarnarse en la persona y manifestarse en las acciones cotidianas de la vida diaria, acciones que tienen que ver básicamente con las relaciones personales y el trabajo: *hacer y al hacer hacerse*.

Cuando la persona se orienta hacia los valores que la llevan a trascender, su vida será el testimonio vivo del sentido que da plenitud a la vida personal que se derrama impactando la vida de los demás y a la configuración del mundo. La trascendencia, desde esta perspectiva, es el valor de los valores.

La finalidad de la trascendencia es el punto que ahora conviene examinar para completar la definición del concepto. Mounier piensa que para que la vida de la persona tenga sentido y sus actos un significado profundo, el movimiento de creación personal ha de darse en

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

forma ascendente, enaltecer la esfera corpórea, dignificarla para que se funda con la espiritual, y unidas den consistencia y continuidad a la biografía de la persona.

Como la bicicleta o el avión sólo mantienen su equilibrio en movimiento y por encima de una cierta fuerza viva, el hombre no se mantiene de pie sino con un mínimo de fuerza ascensional. Al perder altura, no cae en cierta humanidad moderada, o como se dice, en el animal, sino muy por debajo del animal. Ningún ser vivo, salvo el hombre, ha inventado las crueldades y bajezas en que él se complace aún (Mounier, 2002, p. 733).

La libertad y la trascendencia son dos realidades que confluyen para la realización de la vocación, la cual constituye la esencia de la dignidad humana.

En forma más explícita, Mounier enumera cada uno de los pasos que se requieren seguir para asumir el compromiso comunitario: a) Tomar conciencia de mi indiferencia ante los problemas de los demás y tomar la decisión de querer cambiar; b) diferenciar entre los impulsos que me llevan a actuar instintiva e interesadamente, siguiendo una dirección egocéntrica, de aquellas que ponen en primer plano el bien del otro; c) adquirir el hábito de encontrar soluciones para los problemas y las carencias de la comunidad, de tal forma que implique el uso de la libertad; con todas sus consecuencias, las decisiones serán, riesgosas y el camino estará lleno de dificultades, pero al final se encontrarán resultados que enriquecerán la experiencia personal; d) discernir y decidir con base a las *actitudes rectoras*, el Personalismo Comunitario no aporta soluciones, ofrece un método de pensar y de vivir; e) meditar pausadamente, conocer y comprender bien antes de tomar alguna decisión y de actuar. En suma, el verdadero compromiso se dará cuando *la persona se comprometa en su totalidad*.

### III.3 El existencialismo y la psicología humanista

Con la finalidad de ubicar sus teorías, la logoterapia y el análisis existencial, dentro del marco de la Psicología Humanista, Frankl hace un análisis crítico cuestionando si en realidad se estaba alcanzando el propósito de que esta vertiente de la psicología hubiera alcanzado su propósito de humanización. A la par, piensa que es necesario encontrar los puntos de relación entre el Existencialismo y la Psicología Humanista.

Frankl (2020) señala que dentro del ámbito de la psicología resulta imprescindible que las psicoterapias fueran penetradas por la dimensión humana de los fenómenos humanos. El análisis que presenta gira en torno a cuatro conceptos: *encuentro* de Martin Buber (1878-1965); *lenguaje* de Karl Bühler (1879-1963); *referente intencional* de la fenomenología de Edmund Husserl (1859-1938) y Clemens Brentano (1778-1842); y, por último, Frankl aporta el suyo propio, la *autotrascendencia*.

Dentro del movimiento de la filosofía existencialista, refiere Frankl (2020), se ubica la figura de Martin Buber, quien introdujo el concepto *encuentro*, dicho término interpreta la existencia humana en términos de coexistencia; es decir, el encuentro se establece cuando se logra una relación entre el *yo* y el *tú*, conformando un *nosotros* en la interacción. Entendiendo que este nivel de relación solo puede establecerse entre los seres humanos.

Frankl considera que a la anterior aportación de Buber hace falta agregar una dimensión que no fue considerada, se trata del *lenguaje*, concepto que fue propuesto en la teoría de Karl Bühler. El lenguaje, desde esta perspectiva tiene una triple función:

En primer lugar, el lenguaje permite al que habla expresarse a sí mismo (es un vehículo de autoexpresión). En segundo lugar, el lenguaje es una apelación dirigida por el que habla a la persona a la cual habla. Y, en tercer lugar, el lenguaje representa siempre algo,

el “algo” acerca del cual se habla. Siempre que alguien se pone a hablar está a) expresándose a sí mismo, mientras b) se está dirigiendo a alguien distinto; sin embargo, a no ser que hable “de algo”, no está realmente justificado denominar *lenguaje* a este proceso (Frankl, 2020, p. 75).

A continuación, Frankl prosigue su análisis, argumentando que la comprensión a fondo de la comunicación interhumana e interpersonal requiere de la reflexión en torno a lo propuesto en la fenomenología de Husserl y Brentano. El concepto de *referente intencional* asevera que: “Todos los potenciales referentes intencionales, los objetos a los que se refiere el lenguaje, y los que son aludidos por dos sujetos entre sí, forman un todo estructurado, un mundo de “sentido”; este cosmos de sentidos es lo que podemos denominar, adecuadamente el *logos*.” (Frankl, 2020, p. 75-76) Por lo tanto, desde la óptica de Frankl, toda psicología que no apele al mundo del sentido, separa al ser humano de los referentes intencionales y da como resultado una psicología poco fértil en aras de lograr una perspectiva penetrada por los fenómenos humanos.

Con el fin de completar los cuatro pilares que sostienen el análisis crítico que propone Frankl, él mismo aporta el concepto de *autotrascendencia*. Con este término, designa “(...) el hecho de que “ser humano” significa básicamente referirse y dirigirse a algo distinto de uno mismo” (Frankl, 2020, p. 76). La expresión más profunda de la autotrascendencia, no solo es el *encuentro* a nivel humano, sino que implica un *encuentro* a nivel personal. “El encuentro, en el sentido amplio de término, nos hace darnos cuenta de la cualidad humana del otro, mientras que amarlo nos muestra más cerca de él: su cualidad esencial única” (Frankl, 2020, p. 77).

#### III.4 Viktor Frankl y la búsqueda del sentido de la existencia

El enfoque que se proyecta desde la perspectiva de la filosofía y la psicología para ser guía en la resolución del problema de investigación de la presente tesis, es fundamentalmente la teoría del Dr. Viktor E. Frankl desde la *Tercera Escuela Vienesa de Psiquiatría*. El autor afirma que la búsqueda del sentido de la existencia es connatural al ser humano y la dinámica que radicalmente mueve su voluntad, lo cual hace posible la realización personal y el logro de su plenitud.

Frankl considera que es fundamental la declaración explícita de los fundamentos ontológicos y antropológicos sobre los cuales se construye cualquier teoría, solo a partir de ellos se podrán comprender los conceptos clave que explican las distintas propuestas. Fiel a este pensamiento, presenta paralelamente a la logoterapia, los fundamentos filosóficos a través del análisis existencial. Resulta primordial definir quién es la persona y los estratos que conforman su ser, para después tratar de comprender la manera en la que se desarrolla y cómo se relaciona con otros seres humanos y con el mundo.

La logoterapia fundada por el médico psiquiatra y neurólogo Viktor E. Frankl, se puede ubicar desde dos perspectivas. La primera perspectiva es la clasificación que hace W. Soucek de las tres escuelas vienesas de psicoterapia. La primera corresponde a Sigmund Freud con su teoría sobre el *psicoanálisis*, la segunda es la *psicología individual* de Alfred Adler y la tercera es la *logoterapia* de Viktor Frankl. Según una sencilla regla mnemotécnica que ayuda a recordar los puntos fundamentales de las tres teorías y que de ninguna manera pretende apreciarlas en su justa medida, nos muestra que la atención de Freud se orientó primordialmente hacia la *voluntad de placer*, Adler hacia la *voluntad de poder* y Frankl hacia la *voluntad de sentido* en el ser humano.

Las extensas teorías de Freud se concentraron en la vida pulsional humana, sobre todo en lo relativo a la satisfacción placentera de la pulsión sexual, cuya represión daría lugar al origen de los trastornos mentales. Adler investigó la relación del individuo con su entorno social y dedujo el deseo de poder compensatorio del ser humano a partir de sus complejos de inferioridad. Finalmente, Frankl entendió al hombre como un ser que desea trazarse una vida llena de sentido y que puede enfermar mentalmente si su <<voluntad de sentido>> se ve frustrada (Lukas, 2020, p. 19-20).

La segunda perspectiva, según Lukas (2020), es la clasificación estadounidense, la cual ordena a las tres escuelas de manera cronológica. El psicoanálisis es la primera fuerza y considera a la persona como un ser de abreacción, lo cual significa que se centra en la dinámica de las pulsiones; la Psicología Individual es considerada como la segunda fuerza, siendo una de sus principales características la consideración de que el ser humano es un ser de reacción haciendo alusión a los mecanismos de condicionamiento y aprendizaje; y la logoterapia es la tercera fuerza, distinguiéndose de las anteriores por fundamentar que la persona es un ser de acción, lo cual significa que el ser humano es un ser libre que no está determinado, ni por el medio ambiente, ni por el entorno social, ni por sus propias pulsiones. El hecho es que, como dice Elisabeth Lukas: “No deja de sorprender que a ninguna escuela psicoterapéutica anterior a Frankl se le haya ocurrido que al ser humano le pudiera pasar algo fuera de lo que hay en él mismo. En esencia, todos los otros conceptos psicológicos de motivación giran al sí mismo de la persona” (2020, p. 54).

Como se puede apreciar, Frankl es quien desde la psiquiatría fundada sobre los cimientos de la antropología filosófica y la ontología de un existencialismo optimista propone que, la autotranscendencia entendida como la capacidad que tiene el ser humano de salir de sí mismo para ir al encuentro de los demás. Esto es el elemento clave en el logro del encuentro y la búsqueda del sentido existencial.

En contraposición a un estadio circunscrito dentro del área del sentido, se encuentra el vacío existencial, el cual se considera como “(...) un sentimiento de falta de sentido de la propia existencia. (...) El hombre existencialmente frustrado no conoce nada con lo que llenar lo que yo llamo vacío existencial” (Frankl, 2003b, p. 87). Si el sentido existencial es la conciencia y la responsabilidad de cumplir con una tarea que la vida nos demanda, el sinsentido es precisamente el no percibir que el mundo requiere de nuestras facultades, nuestros conocimientos, nuestras experiencias, nuestro amor y compromiso para lograr un mejor nivel de vida para todos.

La pregunta existencial que usualmente nos planteamos como seres humanos es ¿qué puedo esperar de la vida?; es decir, esta forma de hacer el cuestionamiento sitúa a la persona en un plano pasivo, denota una actitud egocéntrica, significa una postura en la que solo se abren los brazos para recibir un cúmulo de bondades que provienen de fuera. Para Frankl, este planteamiento es incorrecto, por lo que enmienda la página desde un ámbito ontológico a partir del cual surge un nuevo enfoque, y con esto logra dar una vuelta de 180° a la perspectiva anterior y así la posibilidad de corregir el rumbo. “Es la vida misma la que plantea cuestiones al hombre. Este no tiene por qué interrogarla: es a él, por el contrario, a quien la vida interroga: y él quien tiene que responder a la vida, hacerse responsable” (Frankl, 2010, p. 100). Por lo tanto, la pregunta central de la logoterapia y del análisis existencial es: ¿Qué espera de mi la vida?

Desde esta mirada, para Frankl, la responsabilidad es el eje de la vida personal y social, cuando la persona no cumple con sus deberes descubriendo el sentido de los mismos se pone en peligro de comenzar la incursión hacia el vacío de la existencia. El vacío existencial se esconde bajo varias máscaras, por ejemplo, la máscara de una obsesión por el trabajo, que se manifiesta como un activismo que tiene como fin la acumulación de dinero, esta actitud opaca la voluntad de sentido. Otra máscara es el aceleramiento como

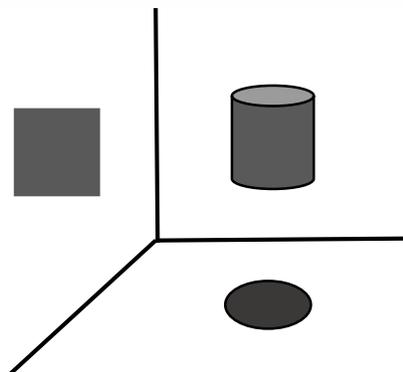
forma de vida. “Considero el ritmo acelerado de la vida actual como un intento de automedicación –aunque inútil- de la frustración existencial. Cuanto más desconoce el hombre el objetivo de su vida, más trepidante ritmo da a esta vida. (...) <<No tengo ni la menor idea de adónde voy, pero desde luego voy a toda máquina>>” (Frankl, 2003b, p. 90). El resultado de esta forma evasiva y acelerada de vivir la vida ha traído como consecuencia la masificación de la neurosis noógena, un tipo de neurosis ligada a la sensación de una falta de sentido existencial.

### III.4.1 El ser de la persona

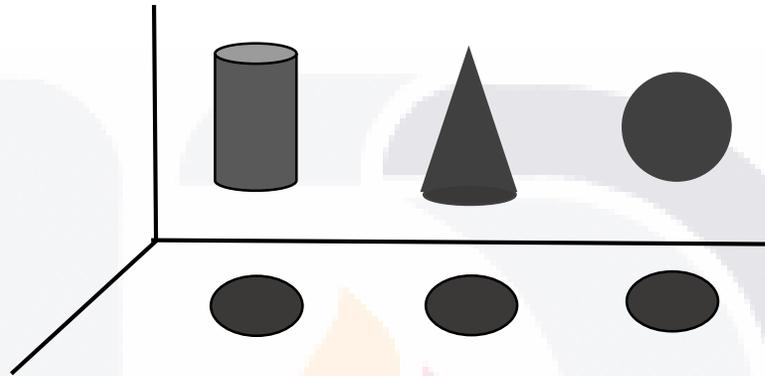
La persona es un ser tridimensional, afirma Frankl (1992), basándose en la propuesta ontológica de Nicolai Hartmann y la antropológica de Max Scheller. Con base a estas teorías, se proponen tres dimensiones: el corpóreo, el anímico y el espiritual. Frankl, siguiendo esta idea, propone su propia definición de persona:

(...) yo quisiera definir al hombre como unidad *a pesar* de la multiplicidad. Porque hay unidad antropológica a pesar de las diferencias ontológicas, a pesar de las diferencias entre las modalidades diferenciables del ser. La marca característica de la existencia humana es la coexistencia entre su unidad antropológica y sus diferencias ontológicas, entre la forma unitaria del ser que tiene el hombre y las modalidades diferenciables del ser, de las que participa aquélla (Frankl, 1992, p. 49).

Para mejor explicar la anterior definición de la persona, Frankl apela a una analogía de imágenes geométricas que representan a la *Ontología Dimensional*, la cual está basada en dos leyes.



1° Ley. Si sacamos de su dimensión un objeto y lo proyectamos a diversas dimensiones que sean inferiores a su propia dimensión, toma figuras tales que se contradicen entre sí. Por ejemplo, si sacamos del espacio tridimensional un vaso, geoméricamente un cilindro, y lo proyectamos a los planos bidimensionales lateral y de la base, entonces obtenemos, en un caso, un cuadrángulo y en el otro un círculo (Frankl, 1992, p.50).



2° Ley. Si sacamos de su dimensión (no uno sino) diversos objetos y los proyectamos (no en diversas dimensiones sino) en una sola dimensión, inferior a la dimensión original, se forman figuras que (no se contradicen entre sí, sino que) son ambiguas. Si, por ejemplo, proyectamos un cilindro, un cono y una esfera sobre el plano bidimensional de la base, sacándolos de su espacio tridimensional, obtenemos en los tres casos un círculo. Supongamos que son las sombras producidas por el cilindro, el cono y la esfera. Entonces estas sombras son ambiguas en cuanto que no puedo deducir de ellas, que son iguales, si las está produciendo un cilindro, un cono o una esfera (Frankl, 1992, p. 50).

Frankl aplica la ontología dimensional al ser de la persona de la siguiente manera:

Pues bien, también el hombre, si lo reducimos sacándolo de su dimensión específicamente humana y lo proyectamos a los planos de la biología y la psicología, forma imágenes tales que se contradicen entre sí. La proyección sobre el plano biológico da fenómenos somáticos, mientras que la proyección sobre el plano psicológico da fenómenos psíquicos. Sin embargo, a la luz de la ontología dimensional, esta contradicción no contradice la unidad del hombre (Frankl, 1992, p. 50).

La razón por la que Viktor Frankl hace esta aseveración es porque, al igual que las figuras geométricas, proyectadas hacia dos planos distintos, lo que puede verse es la figura de un

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

círculo en el plano inferior y la de un cuadrado en el plano izquierdo. Lo que equivale a la persona vista desde una dimensión biológica (cuadrado) y otra dimensión somática (círculo). El resultado, entonces, resulta contradictorio, no puede deducirse que el círculo y el cuadrado provienen de una misma figura; sin embargo, este resultado solo es aparente si ambas proyecciones parten de la misma figura geométrica: un cilindro.

En cambio, cuando tres figuras geométricas distintas entre sí son proyectadas desde arriba sobre un mismo plano, la figura que aparece es una sola: un círculo. Con estas analogías, Frankl pretende explicar cómo es que es posible la unidad en la persona, siendo que en esencia su ser está conformado por tres dimensiones distintas. Tanto la dimensión biológica como la somática son sistemas cerrados; en cambio, la dimensión espiritual se presenta como un sistema abierto del cual surge la posibilidad de la autotranscendencia.

Porque ser hombre significa, por sí mismo, estar orientado hacia más allá de sí mismo. La esencia de la existencia humana se encuentra en su autotranscendencia, por así decirlo. Ser hombre significa estar, desde siempre, orientado o dirigido a algo o alguien, estar dedicado a un trabajo al que se enfrenta un hombre, a otro ser humano al que se ama, o a Dios<sup>10</sup> a quien se sirve (Frankl, 1992, p. 51).

### III.4.2 La dimensión espiritual

Frankl, basado en sus observaciones como médico neurólogo y psiquiatra, piensa que la persona no solamente es un cúmulo de impulsos y represiones que subyacen en el inconsciente, un *ello* que no permite que el *yo* comande la situación; si no que, hay algo más que se alojaba dentro de ella, para Frankl ese algo es la dimensión espiritual.

---

<sup>10</sup> La dimensión religiosa puede ser evitada si se quiere enfocar el tema desde una dimensión laica.

Yo no soy solamente médico especialista en dos disciplinas, sino también superviviente de cuatro campos de concentración, y, por esta razón, tengo también conocimientos acerca de la libertad que tiene el hombre para elevarse por sobre toda su condicionalidad, para oponer resistencia incluso a los condicionamientos y a las circunstancias más terribles y duras en virtud de lo que suelo denominar el poder de obstinación del espíritu (Frankl, 2018a, p. 9).

Frankl utiliza constantemente en sus conferencias y en sus escritos la conocida cita de Nietzsche: “Quien tiene un porqué para vivir soporta casi cualquier cómo” (Frankl, 2018a, p. 11). Al enunciar esta cita, Frankl no se queda con el significado que le dio Nietzsche dentro de su pensamiento, si no que cambia el sentido pasivo del vocablo *soportar* por su idea del *poder de obstinación del espíritu*, explica Giselher Guttman<sup>11</sup> en el prefacio del libro de Viktor E. Frankl *Logoterapia y Análisis Existencial* (2018a). La persona tiene potencialmente la capacidad de superar por sí misma o en algunas ocasiones auxiliada por la terapia u otros medios, lo que Frankl llamó la triada trágica: sufrimiento, culpa y muerte, esto es posible gracias a su esencia espiritual.

Remitiéndose a su experiencia dentro de los campos de concentración, Frankl hace alusión al hecho de que para los reclusos había preguntas que constantemente daban vueltas en sus cabezas: ¿Tiene sentido tanto dolor y sufrimiento? ¿Qué sentido tiene la muerte? ¿Vamos a sobrevivir? ¿Cómo será la vida después del holocausto? Estas y otras preguntas existenciales se remitían a una pregunta central: ¿Tiene sentido la vida? Y, aún más allá: ¿Tiene sentido la vida, a la sombra de esta existencia atormentada y desnuda?

Viktor Frankl observó que dentro del campo de concentración las personas se podían dividir básicamente en dos grupos. El primero, era aquel en el que los presos claudicaban,

---

<sup>11</sup> Guttman fue profesor de filosofía, psicología y titular de la cátedra Viktor Frankl en la universidad de Liechtenstein.

se daban por vencidos en su lucha por la vida y simplemente se dejaban morir. Dentro de este contexto encontrar a la muerte era muy fácil, bastaba con desobedecer a los capos, hacer patente su condición física tan deteriorada o lanzarse a las alambradas electrificadas. En el segundo grupo, estaban aquellas personas que seguían luchando por sus vidas y que soportaban las calamidades con dignidad, ellas seguían su camino con la cabeza en alto sosteniéndose de alguna manera en la lucha por sus vidas a la luz de la esperanza. Ante la observación de estas conductas, Frankl se preguntaba: ¿Qué es lo que hace la diferencia de actitud entre las personas que integraban un grupo y el otro? ¿Qué era lo que sostenía a aquellos que perseveraban? ¿Qué era lo que hacía que una persona se mantuviera psicológicamente sana en medio de tanta vejación? ¿Se puede, a pesar de todo, decir sí a la vida? ¿La vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia?

Las respuestas a los anteriores cuestionamientos, dentro del marco de sus observaciones y de sus reflexiones, llevó a Frankl a darse cuenta de que, el dolor y el sufrimiento cuando se les dota de sentido tienen el potencial de transformar el mal en un bien mayor. En opinión del profesor Giselher Guttman:

La aportación de la logoterapia a esta problemática estriba en un realismo incondicional. Y esto significa, por una parte, no reprimir el sufrimiento de la imagen de conjunto de la vida, pero, por la otra, no olvidar ni perder de vista tampoco el bien que queda en el sufrimiento y dirigir la mirada hacia los espacios de libertad que aún quedan o a los nuevos que se abren y buscar en ellos posibilidades de sentido escondidas (Frankl, 2018a, p. 17).

Los fenómenos humanos que se presentaron ante su mirada: la libertad, la responsabilidad, la actitud ante el sufrimiento, la búsqueda de sentido, entre otros, lo hicieron llegar a la conclusión de que la psiquiatría estaba omitiendo la verdadera dimensión humana. Su visión antropológica y ontológica afirma que el ser humano opera como una unidad, la cual

está conformada por tres dimensiones: la corpórea, la anímica y la espiritual. Lo que es novedoso, a partir de Frankl, es la inclusión de la dimensión espiritual. Por lo que cabe preguntarse: ¿Qué es el ámbito espiritual en la persona para el Dr. Viktor E. Frankl?

El ámbito espiritual subyace en el nivel inconsciente, es por esto que, en la logoterapia se acompaña a la persona para que pueda llegar a tomar conciencia de su ser espiritual, es decir, de la responsabilidad de construir su propio proyecto de vida y de ser mejor persona, entendiéndose que la responsabilidad se concibe como un deber ante sí mismo y ante el mundo.

No se centra en ser el *automaton* de un aparato físico, sino más bien en la autonomía de la existencia espiritual. (Usamos aquí el término <<espiritual>> sin connotación religiosa alguna, sino más bien con la intención de poner de manifiesto que hablamos de una cuestión referente a fenómenos específicamente humanos, en contraste a fenómenos que podemos compartir con otros animales. En otras palabras, lo <<espiritual>> es lo que hay de humano en el hombre (Frankl, 2003a, p. 35).

La cuestión que le sigue a esta propuesta es ¿qué es lo que considera Viktor Frankl como propiamente humano? A lo que él responde: la virtud de la responsabilidad. “De hecho, el análisis existencial interpreta la existencia humana, y más allá, el ser humano, en términos de un ser responsable” (Frankl, 2003a, p. 35). Por lo tanto, fundamentalmente la persona es un ser responsable.

La logoterapia tiene como objetivo, precisamente, hacer que el paciente tome conciencia de sus propias responsabilidades. A la pregunta, ¿qué sentido tiene la vida de los seres humanos?, corresponde la respuesta: ser responsables. La vida reta a la persona, la invita a cumplir con ciertas misiones, ante tales invitaciones, ella debe contestar con acciones

concretas, se trata de responder con hechos en el aquí y en el ahora. La respuesta siempre hace referencia a un individuo y a una circunstancia única e irrepetible.

Con la finalidad de continuar con otro de los aspectos más importantes de este tema, se toma como base para la reflexión la pregunta: ¿Cómo opera el espíritu en la unidad que constituye el ser de la persona, desde la perspectiva de Viktor Frankl?

Freud propone que en el nivel inconsciente se encuentran las represiones y las pulsiones; para Frankl, además de éstas, se suma la espiritualidad humana, la cual también hunde sus raíces en este nivel de la conciencia, siendo el afluente de la espiritualidad consciente.

Sin embargo, hay que añadir que entendemos por espiritualidad inconsciente una espiritualidad cuyo carácter inconsciente consiste en la carencia de la autoconciencia reflexiva –mientras que se conserva la autocomprensión implícita de la existencia humana; pues tal autocomprensión corresponde a toda existencia, a todo hombre (Frankl, 2018a, pp. 271-272).

Según esta afirmación, la autocomprensión de la existencia humana se encuentra en el nivel inconsciente y es necesario elevarla al plano consciente para que pueda ser una herramienta que ayude a encontrar el sentido de los eventos que acontecen en la vida personal de cada ser humano.

El propósito de la logoterapia y del análisis existencial es precisamente coadyuvar en el proceso de elevar lo espiritual partiendo del plano inconsciente, a través de todos sus estratos, hasta llegar al nivel consciente. Aunque es necesario tener en cuenta que tanto los instintos, las represiones y las mociones del espíritu van y vienen a través de las distintas capas que existen entre el inconsciente y el consciente, su frontera es un hilo casi invisible, el tránsito es una constante transición entre los niveles. Desde esta perspectiva, cabe aclarar, que la logoterapia no anula al psicoanálisis, sino que lo complementa.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

El Dr. Viktor E. Frankl, al clarificar lo que él entiende por espiritualidad, hace referencia al pensamiento de Max Scheler, afirmando, con él, que la persona es “(...) un centro de actos espirituales” (Frankl, 2018c, p. 25). Lo psicofísico se dinamiza y gira en torno al ámbito espiritual.

Ahora bien, por el hecho de que el ser hombre esté cerrado en una u otra persona determinada (como centro espiritual–existencial), por este mismo hecho, decimos, y sólo a partir de él el ser humano es también un ser integrado: sólo la persona espiritual viene a fundar la unidad y totalidad del ser humano; y la funda como totalidad corpóreo-anímico-espiritual. Nunca podremos insistir demasiado en que esta triple totalidad es lo que constituye al hombre entero (Frankl, 2018c, p. 26).

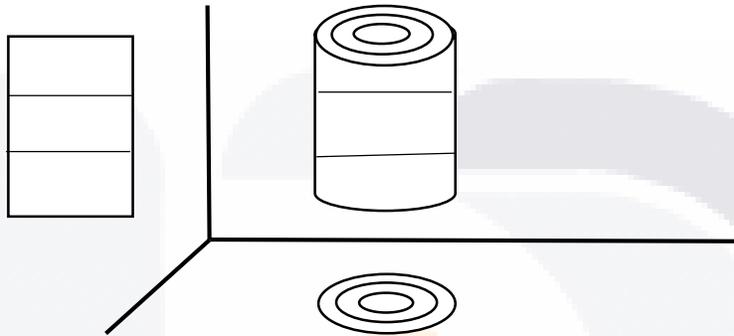
La explicación que da Frankl, para mejor comprender su postura, es estableciendo que el ser humano se organiza a través de la composición de diversas capas psicofísicas, las cuales están envueltas por la dimensión espiritual. “Así, en lugar de hablar de existencia espiritual y de facticidad psicofísica, podríamos hablar de <<persona espiritual>> y sus diferentes capas psicofísicas. Hablando de sus <<capas>>, estaríamos remarcando el hecho de que la persona <<tiene>> capas psicofísicas, mientras que, en esencia, <<es>> espiritual” (Frankl, 2003a, p. 42-43).

La esencia espiritual de la persona, además de hacer la función de integrar los estratos físico y psíquico, la individualiza, la convierte en un ser único, que una vez insertada en el plano del tiempo y del espacio, es además irrepetible. Así, la persona, según su naturaleza está llamada a construir su proyecto de vida elevándolo a un estado de plenitud.

Para ilustrar este fenómeno, Frankl hace una analogía entre la función de un director de orquesta y la del espíritu; ambos, tienen el propósito de armonizar a sus integrantes con el fin de que, en el primer caso, la pieza musical suene según bellos y armónicos acordes, y

que, en el segundo caso, la vida sea plena y feliz a pesar de las disyuntivas que ésta va presentando. Por lo tanto, para la persona es vital mantener un espíritu activo.

El modelo de capas concéntricas propuesto por Max Scheler, asevera Frankl (2003), describe con claridad la estructura del ser humano, a la que puede sumarse el modelo de capas con la finalidad de hacer más explícita la representación.



El centro del cilindro, que funciona como un eje, representa la capa espiritual del ser humano, la cual, está rodeada por las capas somática y psíquica. De manera complementaria, en la figura rectangular de la izquierda, se proyectan los estratos de los niveles de la conciencia: consciente, preconsciente e inconsciente. Las tres capas: la espiritual, la somática y la psíquica pueden extenderse a través de los estratos. En el acontecer de la vida, las capas pueden manifestarse en cualquiera de los niveles de conciencia.

La llamada <<psicología profunda>> ha tratado de descifrar al ser humano hasta lo más profundo de sus instintos, asevera Frankl (2003), sin embargo, no ha tratado de hacer lo mismo con su esencia espiritual. El conocimiento de la persona, no es posible lograrlo en la profundidad de su esencia, la auténtica personalidad se conoce a través de actos

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

concretos. A la pregunta ¿quién soy? corresponde encontrar la respuesta en los actos que el individuo realiza en el diario acontecer de su vida.

### III.4.3 La persona un ser consciente y responsable

La inclusión de la esencia espiritual en el ser de la persona implica, según Frankl (2003), que en el ser humano se manifiestan dos grandes fenómenos inherentes a su naturaleza: la conciencia y la responsabilidad. La persona es un ser con capacidad decisoria. Por lo tanto, acorde a la visión antropológica y ontológica del pensamiento frankliano, la persona ha de lograr dar respuesta al llamado de ser *consciente y responsable*.<sup>12</sup>

La conciencia presupone, por lo menos, una coexistencia de sujeto y objeto y, por lo tanto, un ser-otro dentro de la dimensión espacial; la responsabilidad, por el contrario, tiene como supuesto la sucesión de diferentes estados, la separación entre un ser futuro y el ser presente, es decir, un ser otro dentro de la dimensión temporal; un devenir otro; relación en la que la voluntad, como agente de la responsabilidad, aspira a transformar un estado en otro (Frankl, 2010, p.17).

La ontología de Frankl parte del reconocimiento de que la persona se desarrolla dentro del marco que implican el tiempo y el espacio. Ser consciente es reconocer la relación del sujeto con su entorno. “Todo ser es un ser en relación” (Frankl, 2010, p. 17). Desde esta perspectiva, el ser humano ha de ser consciente de sí mismo y de su entorno, de las relaciones humanas que ayudan a forjar la propia identidad, del respeto que debe al orden ecológico de la naturaleza, el reconocimiento de que la integración de comunidades está en función de la solidaridad, empatía, respeto a la diversidad, entre otras. Afirma que las

---

<sup>12</sup> Ambos conceptos provienen del estudio que hizo Frankl de las teorías de Sigmund Freud (ser consciente) y Alfred Adler (ser responsable). Frankl los retoma como ejes de su propuesta antropológica y los sintetiza desde su propia perspectiva del ser de la persona como ente espíritu-corpóreo.

comunidades constituyen una ardua tarea de construcción y que difícilmente este propósito se logrará sin determinación y esfuerzo.

La responsabilidad es el segundo eje en la ontología de Frankl. Esta se relaciona directamente con el factor tiempo. La persona a partir de su concepción incursiona en un proceso de desdoblamiento de sus facultades físicas, emocionales, intelectuales, espirituales y sociales; es decir, tiene la posibilidad de *ser-otro*, sin dejar de ser sí mismo. Hay algo que permanece y algo que evoluciona. “La responsabilidad significa siempre responsabilidad ante un deber. Ahora bien, los deberes de un hombre sólo pueden ser interpretados partiendo de un <<sentido>>, del sentido concreto de la vida humana” (Frankl, 2010, p. 46-47).

Somos responsables de construir nuestro propio proyecto de vida, en cada uno de los instantes que constituyen nuestro tiempo, lo que no se realice en el presente, quedará sin realizar para toda la eternidad y viceversa.

Ambos ejes, ser consciente y responsable, son la piedra angular sobre la que se edifica la construcción del sentido existencial. Ser responsable implica valorarnos como seres únicos e irrepetibles y actuar en consecuencia, afirma Frankl (2010). Siempre existe la posibilidad de que la persona sea una mejor persona en todas sus dimensiones.

La conciencia es concebida como una capacidad potencial que brinda a la persona “(...) un conocimiento precientífico y ontológicamente prioritario, un conocimiento prelógico del ser, también hay una comprensión premoral del significado<sup>13</sup> (...)” (Frankl, 2003a, p. 50).

---

<sup>13</sup> La palabra significado dentro de este texto equivale al término sentido.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Esto significa que en la conciencia ubicada en el inconsciente del ser humano subyace la verdad de quién es el ser humano y cuál es el sentido de su existencia.

En lo más profundo del ser humano, la conciencia hunde sus raíces y desde este nivel se toman las decisiones más trascendentes y significativas, aquellas que, como consecuencia llevarán el proyecto de vida hacia una dirección u otra.

De hecho, la conciencia alcanza profundidades y se abona en terreno inconsciente; es precisamente en esos momentos cuando tienen lugar las decisiones verdaderamente auténticas, sin reflexión alguna y, consecuentemente, de forma inconsciente. En este sentido la conciencia es irracional; es alógica, o, mejor aún, es prelógica (Frankl, 2003a, p. 49).

La conciencia opera de manera irracional, dado que, la intuición es el órgano de la conciencia que revela a la conciencia lo que *es*, es la que anticipa, lo dicho anteriormente, lo que la persona *es* en esencia y el sentido de la existencia humana. Por otro lado, existe el proceso, por medio del cual, se *trae* a la conciencia algo que debería ser, que aún no ha ocurrido, que potencialmente está por ser realizado. En suma, la conciencia es esencialmente intuitiva, por lo tanto, no racional.

Uno de los argumentos que presenta Frankl para probar que la persona es un ser espíritu-corpóreo es la manifestación fenomenológica de dos grandes capacidades eminentemente humanas: el *autodistanciamiento* y la *autotrascendencia*. Ambas dimensiones juegan un papel fundamental en el logro del objetivo de orientar a la persona hacia el área del sentido, y son pieza clave para la logoterapia.

¿En qué consisten el autodistanciamiento y la autotrascendencia como facultades del espíritu humano? ¿Por qué estos recursos ayudan a la logoterapia en la orientación de la persona hacia el sentido de sus existencias? Según Frankl: “El autodistanciamiento es la

capacidad de poner distancia de las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solo de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos” (Frankl, 2003c. p.19). A lo que hace referencia este concepto es a la capacidad que tiene la persona de reflexionar, de analizarse a sí misma con relación a las circunstancias que está viviendo.

Gracias a esta capacidad la persona es capaz de ubicar su problemática dentro del contexto de lo posible; es decir, dentro los espacios de libertad. Al tomar distancia, la subjetividad actúa desde la dimensión espiritual. No todas las decisiones del ser humano provienen de la razón.

La segunda capacidad humana, en tanto ente espiritual es la *autotrascendencia*. Para Frankl, la observación de la conducta humana durante su estancia en los campos de concentración aunada a sus experiencias anteriores tratando de bajar los índices de suicidios de los jóvenes universitarios en Viena, lo llevaron a proponer que, en gran medida, la conservación de la propia vida está en función de que la persona tenga un *para qué* o un *para quién* vivir; es decir, él comprendió que la plena realización de la existencia depende, en gran medida, de la autotrascendencia.

Así llegué a comprender que el primordial hecho antropológico humano es estar siempre dirigido o apuntando hacia algo o alguien distinto de uno mismo: hacia un sentido que cumplir u otro ser humano que encontrar, una causa a la cual servir o una persona a la cual amar. Tan solo en la medida en que alguien vive esta autotrascendencia de la existencia humana, es auténticamente humano o deviene auténticamente él mismo. Y deviene así, no preocupándose por la realización de sí mismo, sino olvidándose de sí mismo, concentrándose en algo o alguien situado fuera de sí mismo (Frankl, 2020, p. 39).

Ambas facultades, el autodistanciamiento y la autotrascendencia, son capacidades que están en potencia, listas para ser desarrolladas y utilizadas, sin embargo, no florecen por sí

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

mismas se requiere que la persona, haciendo acopio de su inteligencia, su voluntad y el conocimiento de referentes que la guíen en el proceso puedan ser actualizadas con el fin de que realicen sus funciones.

El correcto funcionamiento de las anteriores capacidades humanas, para Frankl, representa una clave fundamental para que el ser humano logre la felicidad, y, por lo tanto, la plenitud de su vida. La felicidad se construye sobre la base de dos grandes pilares: la búsqueda del sentido y la autotrascendencia.

#### **III. 4.4 La libertad en la antropología filosófica de Viktor Frankl**

Viktor Frankl, al adentrarse en el tema de la libertad humana, apela al pensamiento de Jaspers. “Así vemos que Karl Jaspers califica el ser del hombre como un ser “que decide”, que no “es” pura y simplemente, sino que, además decide en cada caso “lo que es” (Frankl, 2010, p. 42) Desde esta perspectiva la libertad de la persona que se manifiesta en los actos humanos es susceptible de enjuiciamiento moral.

Allí donde el hombre se enfrenta a las contingencias naturales, donde el hombre se “comporta” como tal hombre frente a ellas, es decir, *cuando deja precisamente de someterse al imperio de lo biológico (raza), de lo sociológico (clase) o de lo psicológico (tipo caracterológico)* y de obedecer ciegamente a estos poderes, es donde comienza a ser susceptible de enjuiciamiento moral en todos y cada uno de los aspectos. Conceptos diariamente manejados por nosotros, como los conceptos de mérito y culpa, solo tienen sentido y razón de ser a condición de que reconozcamos la capacidad verdaderamente humana en el sujeto, quien en vez de aceptar todas las vinculaciones a que acabamos de referirnos como algo impuesto por el destino, las ve como esforzadas tareas por las que tiene que decidirse para conformar su vida (Frankl, 2020, p. 43).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Con el fin de explicitar cómo es que la persona puede sobreponerse al imperio del temperamento cuando ella misma, a través de, la autoeducación logra conseguir un carácter fuerte y bien atemperado. En variadas ocasiones, la persona atribuye el arrebató de sus impulsos a la herencia cultural de una raza o al temperamento que es propio del lugar del cual se proviene, en ambos casos existe la posibilidad de decidir sobreponerse buscando una mejor forma de ser. Como se ha mencionado con anterioridad, la persona es, ante todo, un ser responsable, razón por la cual, la libertad humana debe apuntar hacia el cumplimiento de aquello ante lo que se es responsable.

En las sesiones terapéuticas de la logoterapia, a través del análisis existencial lo que se trabaja continuamente es que el paciente haga conciencia de su responsabilidad ante la vida, para que, de esta manera, oriente sus decisiones y sus actos en función de su libertad. “Ahora bien, si un paciente alega ante nosotros que ignora el sentido de su vida y desconoce las posibilidades únicas de su existencia, podemos replicarle que su misión primera y más urgente consiste precisamente en encontrar el camino hacia el cumplimiento de su propia misión y avanzar resueltamente hacia el sentido de su vida, con todo lo que tiene de singular y peculiar.” (Frankl, 2020, p. 92) Como puede observarse la libertad, para Frankl, está en función de actuar con responsabilidad ante las misiones que la vida nos requiere.

La libertad se ejerce cuando la persona opta por actuar a la luz de los valores. Para explicar en qué consiste la libertad humana, Frankl hace uso de la siguiente analogía:

El hombre se asemeja, en cierto modo, al escultor que, con el cincel y el martillo, va tallando la piedra de tal modo que el material se convierte cada vez más en forma. El hombre elabora la materia que el destino le brinda: *unas veces creando y otras viviendo o padeciendo, se esfuerza por “desbastar” su vida lo más posible para convertirla en valores, en valores de creación, de vivencia o de actitud* (Frankl, 2020, p. 105).

El acto más grande que corresponde al ejercicio de la libertad es el de forjar la propia personalidad, es el de llegar a ser la mejor versión posible de sí mismo.

La naturaleza de la libertad humana en el pensamiento de Frankl se distingue por ser una libertad que crea vínculos con otras personas, otros seres y con el mundo. La personalidad única e irrepetible del ser humano con sus talentos y sus limitaciones es la razón que justifica la necesidad intrínseca de la vida en comunidad. “Por donde el sentido de la existencia personal en cuanto personal, el sentido de la persona humana en cuanto personalidad, apunta más allá de sus propios límites, *apunta hacia la comunidad; en su orientación hacia la comunidad trasciende de sí mismo el sentido del individuo*” (Frankl, 2010, p. 111-112). La comunidad para constituirse como tal requiere del esfuerzo continuo y esforzado de todos sus miembros; en la medida en la que todos lleguen a ser personas más plenas, será la medida en la que la comunidad cumpla con su misión de ser el caldo de cultivo en el que se facilita el encuentro del sentido de la existencia debido a su carácter trascendente.

La libertad humana se funda, a la par, en función del factor tiempo, el cual es un elemento que es determinante en el problema de la existencia.

La responsabilidad del hombre, cuya forma de conciencia trata de facilitar el análisis de la existencia, es una responsabilidad encuadrada dentro del carácter peculiar y singular de su existencia, como algo único y que sólo se vive una vez; *el existir humanamente consiste en ser-responsable en vista de la finitud* (Frankl, 2010, p. 117).

La muerte da sentido a la vida al recordar al ser humano que su tiempo de vida es finito.

La persona hace uso de su libertad cuando se enfrenta ante las contingencias que la vida le presenta. Frankl afirma que, como la ley de la gravedad nos mantiene con los pies puestos

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sobre la tierra, de igual manera el destino nos reta a hacer uso de nuestra libertad con el fin de seguir creciendo como personas.

Si quisiéramos definir al *hombre* habíamos de hacerlo como *un ser que va liberándose en cada paso de aquello que lo determina* (como tipo biológico-psicológico-sociológico); es decir, como un ser que va trascendiendo todas estas determinaciones al superarlas o conformarlas, pero también a medida que va sometándose a ellas” (Frankl, 2010, p. 119).

Gracias al proceso de liberación que la persona realiza ante todo aquello que pretende determinarla, ella se torna más fuerte y más dueña de sí misma, la prepara para enfrentar al destino. El acto supremo de la libertad humana la llama Viktor Frankl: *libertad fundamental*, misma que se vive cuando ante un hecho que se presenta de manera irremisible, es decir, que ya no se puede cambiar porque pertenece al pasado, la persona decide la actitud que va a tomar ante el golpe del destino. “La inmutabilidad del pasado, convertido por el simple hecho de serlo en destino, provoca precisamente a la libertad humana: el destino tiene que ser siempre un acicate para la acción responsable del hombre” (Frankl, 2010, p. 125).

Incluso dentro de un mundo circundante tan estrecho, tan confinado como éste, pese a todas las restricciones sociales impuestas a su libertad personal, el hombre sigue siendo dueño, en última instancia, de su libertad para estructurar la existencia, de un modo o de otro, dentro de las condiciones en que vive (Frankl, 2010, p. 152).

De esta manera, Frankl deja asentado que lo propio del ser humano es estar en perenne conflicto en cuanto a la toma de decisiones con relación al propio proyecto de vida. “En realidad, lo que caracteriza la vida del hombre es precisamente esa eterna lucha entre su libertad espiritual y su destino interior y exterior” (Frankl, 2010, p. 129).

La libertad humana está estrechamente ligada al esquema axiológico que él mismo propone. Los valores son como el faro de luz que orienta en su ruta al navegante, la libertad

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

tiene que tener un horizonte hacia el cual dirigirse. “El hombre no puede llevar lo que merece llamarse una existencia, sin un punto fijo en el horizonte del porvenir” (Frankl, 2010, p. 156). La búsqueda del sentido de la existencia es una elección personal, por ende, es necesario comprender la forma en la que se relaciona la libertad con esta misión de vida.

#### **III.4.5 El sentido de la vida**

La pregunta sobre el sentido de la existencia es un problema exclusivo del ser humano, afirma Frankl (2010), dado que refleja precisamente lo verdaderamente humano que existe en él. Asimismo, dicha capacidad de cuestionamiento es la diferencia radical que existe entre la persona y el animal. Este cuestionamiento existencial que es propio del ser humano emerge desde lo más profundo de su intimidad y llega a proyectarse a nivel consciente. “Le está reservado al hombre como tal, y exclusivamente a él, el enfocar su propia existencia como algo problemático, el experimentar todo el carácter cuestionable del ser” (Frankl, 2010, p.47). Sin embargo, acontece también que el mismo cuestionamiento puede representar la sintomatología de algo patológico, en cuyo caso se estará hablando de que la persona ha incurrido en un estado de vacío existencial.

La pregunta sobre el sentido de la vida tiene por objetivo ver con claridad la problemática esencial de la existencia humana. “En el intento de dar una respuesta a la cuestión del sentido de la vida –a esta cuestión que es la más humana de todas las cuestiones-, el hombre se ve remitido a sí mismo como aquel que a quien la vida le pregunta y que tiene que responder, y ser-responsable ante ella” (Frankl, 2010, p. 102).

Frankl, con el propósito de explicar lo que entiende como *sentido de la existencia*, se remite al significado de la palabra *existencial*. “El término existencial presenta tres significados distintos: para referirse a la existencia misma, esto es, al modo de ser específicamente humano (1); el sentido de la existencia (2); y el afán por encontrarle un sentido concreto a la existencia personal, es decir, la voluntad de sentido (3)” (Frankl, 2004, p. 124). Se puede observar que del término existencial se desprenden tres vertientes: la primera hace referencia a la problematización de lo que implica ser persona, la segunda lleva al cuestionamiento sobre el sentido de la vida y la tercera coloca al anterior cuestionamiento en el plano de la vida de un individuo único e irrepetible. Con esto, Frankl llega a lo que él llama *voluntad de sentido*. Por otro lado, Frankl postula que: “Ex-sistir” quiere decir salir de sí mismo y ponerse frente a sí mismo, de manera que el hombre sale del nivel de lo corporal psíquico y llega a sí mismo pasando por el ámbito de lo espiritual” (Frankl, 2018a, p. 252). La existencia implica que la persona problematice su existencia precisamente porque su ser está conformado por una esencia espiritual.

Dado que la pregunta por el sentido es de carácter espiritual, esta emerge desde el inconsciente y se proyecta a la realidad cuando se instala en el nivel consciente. Frankl considera necesario que la persona esté preparada espiritual y mentalmente para cuando, como un golpe fatal del destino, llegue una prueba que requiera ser confrontada desde el ámbito de los valores de actitud.

¡Ay del hombre cuya fe en el sentido de su existencia vacile, al llegar el momento de la fatalidad! Se quedará si esto le sucede, sin reserva moral alguna; el hombre, en estas condiciones, se ve privado de aquellas energías espirituales que sólo es capaz de ofrecer una concepción del mundo que afirme incondicionalmente el sentido de la vida –sin necesidad de que, para ello, el hombre cobre clara conciencia en este sentido ni, mucho menos, que llegue a dar a esta conciencia una clara formulación conceptual- y se encontrará

así, desarmado para recibir, en las horas difíciles de la vida, los golpes del destino y para compensar <<la fuerza>> de la fatalidad con la suya propia (Frankl, 2010, p.52).

La afirmación positiva sobre el sentido de la vida ha de estar bien arraigada en las dimensiones espiritual, emocional, y corpórea, es decir, en la unidad que es el ser humano, para que en el momento en que se presente la fatalidad, esta no logre expulsarla de la zona de sentido, o bien, que, si ocurre el retorno ocurra de manera inmediata.

A la pregunta: ¿Qué sentido tiene la vida humana? Viktor Frankl contesta, *el sentido de la vida está en la vida misma*. En un primer momento esta respuesta aparece como una tautología. Sin embargo, el significado de la palabra vida es distinto en cada uno de los casos. En el primer caso, la palabra *vida* debe entenderse en un sentido facultativo, es decir, hace referencia a que la persona tiene potencialmente las facultades para realizar su vida dotándola de sentido. Las facultades a las que se refiere Frankl son todas las dimensiones humanas que se engloban en la unidad de su ser, la espiritual, la inteligencia, la voluntad, y la afectividad que está conformada por los sentimientos y las emociones.

El término *vida*, usado en un segundo momento, significa que la persona es un ser circunstancial. Vida en sentido fáctico, es decir, que es un hecho que a través del tiempo el ser humano se enfrenta a circunstancias que lo hacen decidir sobre su futuro. La actitud que se tome ante las circunstancias que la vida va presentando es lo que permite la construcción del propio proyecto de vida. Debe entenderse que las circunstancias pueden ser fruto de la propia voluntad, ya sea que las decisiones fueran tomadas de manera consciente o simplemente porque la persona se deja llevar hacia un lado u otro, sin el propio consentimiento, dejar pasar es otra manera de decidir.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Las circunstancias pueden también ser provocadas de manera exógena, desde fuera, como ejemplo, se puede pensar en un desastre natural, que, aunque no fue ni siquiera deseado o presentido por la persona, el evento se presenta como un hecho irremisible, fatal como destino, causando una conmoción de mayor o menor grado en la persona.

La libertad de las otras personas son otra forma de imposición al propio proyecto de vida, esto puede dimensionarse desde el caso particular de un solo individuo, o bien, de un grupo de personas que operan desde las estructuras familiares, sociales, políticas, económicas o culturales.

En concreto, lo que Frankl propone es que la construcción del propio proyecto de vida, no solo depende de las decisiones que brotan de la voluntad, la vida se presenta como un juego de ajedrez, el individuo prepara su mejor y más inteligente jugada, pero la vida puede contestar con una jugada inesperada, la cual pone al ser humano en la disyuntiva de replantear su propio proyecto de vida. Es por esto que Frankl hace la afirmación de que la persona es un ser *circunstancial*.

En el caso en el que la persona se ve impedida de tomar decisiones acordes a su libertad y a sus planes de realización de su proyecto de vida por la oposición de los entramados antes mencionados se puede pensar en varios ejemplos: las leyes, los usos y costumbres, la discriminación, la pobreza, la falta de acceso a la educación, políticas financieras y normas migratorias, entre otras.

Viktor Frankl insiste en que la clave para adoptar una visión positiva de la vida, se da cuando la persona se convence desde lo más profundo de su ser que la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia.

Del hombre de la calle podemos aprender que ser humano significa enfrentarse continuamente a situaciones –cada una de las cuales es a la par posibilidad y reto -que nos proporcionan ocasión de realizarnos a nosotros mismos aceptando el reto de cumplir su sentido. Cada situación es una llamada que ha de escucharse y a la que hay que responder (Frankl, 2020, p. 69).

Por lo tanto, la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia porque, en la vida humana, siempre se dan múltiples posibilidades de realizar el sentido.

Esta convicción fortalece y potencia la *voluntad de sentido*.

La búsqueda por parte del hombre del sentido de su vida constituye una fuerza primaria y no a una <<racionalización secundaria>> de sus impulsos instintivos. Este sentido es único y específico, en cuanto es uno mismo y uno solo quien ha de encontrarlo; únicamente así el hombre alcanza un fin que satisfaga su propia voluntad de sentido (Frankl, 2004, p. 121).

La voluntad de sentido se malogra cuando la persona percibe su propia frustración existencial. La frustración existencial puede sobrevenir cuando la persona por cualquiera que sea la razón no comprende lo que implica el ser persona, o bien, cuando está desorientada con relación a lo que significa el sentido de la existencia, y en un tercer momento cuando no tiene el suficiente potencial para luchar por encontrar el propio sentido a su vida. La frustración existencial cuando es patológica, dentro de los términos logoterapéuticos, se clasifica como una *neurosis noógena*, del griego *noos* que significa mente.

En suma, los dos grandes ejes sobre los que se construye el sentido existencial son: la búsqueda misma de respuestas al cuestionamiento sobre el sentido y la capacidad de trascendencia que la persona vaya forjando en sí misma.

Solamente en la medida en que nos damos, en que nos exponemos y entregamos al mundo y a la tarea y a las exigencias que de él irradian sobre nuestra vida, solamente en la medida en la que nos preocupe lo que pasa allá afuera en el mundo y en las cosas y no de nosotros mismos o de nuestras necesidades, solamente en la medida en que realizamos una misión, cumplimos con un deber, llenamos un sentido o realizamos un valor, en esa misma medida nos realizamos y consumamos a nosotros mismos (Frankl, 2003c, p. 106).

En contraposición al sentido de la vida, en el lado izquierdo de una recta numérica, es decir, en sentido negativo, se ubica, como ya se dijo, el *vacío existencial*. Este vacío hace referencia a la frustración existencial que presentan las personas que padecen de una neurosis noógena. Ha de tomarse en cuenta que para llegar a ser patológica la frustración existencial, anteriormente, hubo de pasar por estadios de menor envergadura; es decir, entre el vacío existencial y el pleno sentido de vida, negro y blanco, existe toda una gama intermedia de grises. Esto significa que, en la medida de lo humanamente posible en los primeros estadios, la persona por sí misma puede hacer acopio de sus propias facultades para moverse hacia el área de sentido. También existe la posibilidad, de que, ante una situación que se presenta en forma inesperada y que estremece la vida del individuo, la caída al vacío existencial puede darse de manera abrupta.

“El hombre existencialmente frustrado no conoce nada con lo que poder llenar lo que yo llamo vacío existencial” (Frankl, 2003b, 87). Incluso se atribuye a este estado una de las causas del suicidio. La persona no encuentra algo que pueda dar sentido a su existencia y opta por dimitir. Desde el punto de vista de Frankl, el suicidio no es válido porque “Ningún hombre tiene derecho a invocar su propia insuficiencia, es decir, a despreciar sus propias posibilidades interiores” (Frankl, 2010, p. 94), lo cual significa que en el horizonte del porvenir siempre existe una esperanza, siempre se puede encontrar alguna posibilidad de

realizar un deber al cual se le pueda encontrar un sentido. Recordemos que para descubrir el sentido de la propia existencia siempre es factible encontrar una misión que el individuo está llamado a realizar.

La posibilidad de no caer en el vacío es uno de los grandes temas del análisis existencial, dentro del cual, entre otros puntos de análisis, ofrece las tres vías que conducen hacia el sentido de la existencia. Frankl fundamenta la dimensión axiológica dentro de su teoría con el fin de ofrecer una medicina preventiva a las personas sanas, o bien, una terapia a quienes ya padecen una neurosis noógena.

#### **III.4.6 Dimensión axiológica**

Como se ha planteado con anterioridad, Viktor Frankl revierte la pregunta por el sentido. Afirma que a la persona no le corresponde cuestionar a la vida, pedirle todo aquello a lo que aspira para su realización personal. Al amparo de esta visión, se establecen los valores, por medio de los cuales, se hace posible la realización personal, la plenitud humana y el encuentro del sentido existencial.

La experiencia de vivir los valores al unísono y de forma armónica, en el acontecer de la vida diaria, cuidando el logro de un fino balance entre ellos, es necesaria para orientar a la persona hacia la realización de una vida plena; es decir, para llegar y permanecer dentro del área del sentido existencial, o bien, para la recuperación del sentido de la existencia, en el caso de que la persona se hubiera extraviado en el camino.

En nuestros tiempos, no solo existe el deseo excesivo de la posesión de bienes materiales, sino que también tenemos un cúmulo de información que más que informar confunde. “Nos

acosan estímulos e incentivos de todas clases, y no sólo sexuales. Si el hombre en medio de todo este torbellino de estímulos quiere sobrevivir y resistir a los medios de comunicación de masas, debe saber qué es lo importante, qué es lo fundamental; en una palabra, qué es lo que tiene sentido y qué es lo que no lo tiene” (Frankl: 218c, p. 105).

Como resultado de un análisis fenomenológico, Frankl afirma que existen tres principales rutas o caminos hacia el sentido, los cuales representan la propuesta axiológica que está fundada sobre una estructura tripartita: Valores de *creación*, valores de *vivencia* y valores de *actitud*.

Los *valores de creación* son los actos que la persona aporta al exterior desde lo más profundo de su intimidad. Estos valores se manifiestan a través de la creatividad, ya sea a través del trabajo, o bien, en la realización de una obra. Ocurren en el primer plano de vida de la persona, este es un campo en el que el potencial humano se manifiesta en forma concreta, es decir, en el hacer. El trabajo es la mejor representación de esta gama de valores. Cuando la persona encarna este valor se da a sí misma, desde lo más profundo de su ser a los demás y al mundo. “El trabajo puede representar, en particular, el espacio en el que la peculiaridad del individuo se enlaza con la comunidad, cobrando con ello su sentido y su valor” (Frankl, 1994, p. 171).

La manera en la que el trabajo se realiza, es la clave para que este oriente a la persona hacia el sentido. Solo el trabajo que logra que la persona salga de sí misma en aras de servir a los demás cumple con este requisito. Si el trabajo no tiene una remuneración económica, se entiende como un acto de servicio a la comunidad y también se considera en el rango de los valores de creación.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

No es en sí el trabajo profesional el que brinda la oportunidad a la persona de conquistar su realización personal. Lo que marca la diferencia es el sentido que se le da al trabajo profesional. “(...) este sentido y este valor corresponden en cada caso, a la obra en función de la comunidad, y no a la profesión concreta en cuanto tal” (Frankl, 1992, p. 171). Al respecto, cualquier persona puede estar técnicamente cualificada para ejercer sus funciones, lo que marca la diferencia es la manera en la que se hacen.

Frankl considera que, el contexto en el que la persona se desarrolla profesionalmente, resulta ser en varias ocasiones, contrario a un planteamiento desde el ángulo de los valores de creación. Dichas condiciones pueden ser, por ejemplo, horarios extendidos de trabajo, labores repetitivas e impersonales, trato inhumano, nulo margen para la creatividad y la innovación, entre otras. Dentro de estas condiciones, la persona deberá buscar otros espacios de realización personal en el tiempo de ocio y en el espacio que brindan los valores de vivencia.

Los *valores de vivencia* hacen referencia al amor, principalmente a la unión entre dos seres humanos. “El amor es, exactamente, la vivencia de otro ser humano, en todo lo que su vida tiene de peculiar y singular” (Frankl, 1992, p. 185). El amor es un acto que humaniza a la persona y como tal es un acto existencial, y más que eso, es un acto coexistencial; es decir, la plena realización humana solo puede ocurrir en la relación *yo-tú que* se conjuga en un *nosotros*. Una relación bilateral que surge del pleno respeto a la dignidad del otro.

Afirma Frankl que:

Dentro de la gama de los valores de vivencia, el amor es su más perfecto representante. La existencia es autotranscendencia, es por ello que los valores de vivencia también se fundan en la comunidad. Principalmente en la comunidad que está constituida en la

intimidad de un <<yo>> con un <<tú>>. El amor es, exactamente, la vivencia de otro ser humano en todo lo que su vida tiene de peculiar y singular (Frankl, 1994, p. 197).

Una persona que vive su vida aislada, sin tener vínculos humanos que la hagan vibrar, es muy probable que vaya perdiendo la frecuencia que proporciona el convivir.

El amor de derrama en la persona como un acto de gratuidad, es una segunda persona quien confirma la existencia de ese ser único e irrepetible que representa el amado.

En el amor, el ser amado es concebido como un *ser peculiar y singular en su-ser-así-y-no-de-otro-modo*; es concebido como un tú y acogido como tal por otro yo. Como figura humana, es insustituible e irremplazable para quien le ama, sin que, por ello, necesite hacer nada de su parte. (...) El amor no es ningún mérito, sino sencillamente una “gracia”. No solamente gracia, sino también encanto, para el amante, el amor hechiza el mundo, lo transfigura, lo dota de un valor adicional. El amor aumenta y afina en quien ama la resonancia humana para la plenitud de los valores (Frankl, 1992, p. 185).

Si se considera que el amor hace ciego al enamorado, Frankl afirma que, en realidad, se da el efecto contrario, la persona se torna clarividente porque es capaz de intuir a través de su espíritu la grandeza a la que está llamado a realizar el ser amado; es decir, el amor busca las potencialidades que encierra la persona amada. “En este sentido, el amor cumple una función cognitiva muy significativa, ya apreciada por los antiguos judíos, que usaban la misma palabra para definir el acto de amor y el acto de conocer” (Frankl, 2003a, p. 53).

El amor tendrá un potencial de realización plena, en cuanto, a que, la elección del otro no se haga a partir de un impulso fisiológico. La elección, según Frankl, debería tomarse con base a la imagen inconsciente que es revelada por la intuición desde la conciencia.

El amor pleno y verdadero, así mismo, tiene como objeto a la persona en su totalidad; es decir, abarca al sujeto en todas sus dimensiones, por lo que la persona amada se torna en un ser insustituible e irremplazable y, por ende, queda garantizada la duración a

perpetuidad de la relación amorosa. “el acto espiritual en que captamos ‘intencionalmente’ –*intentiono*- a una persona espiritual, se sobrevive en cierto modo a sí mismo: cuando su contenido tiene verdadera validez, la conserva de una vez para siempre” (Frankl, 1992, p. 191). En estos términos, el auténtico amor se eleva por encima del estrato material percibiendo a otro ser en su unicidad y en su irrepitibilidad. El tú, simplemente, es un ser-así-y-no-de-otro-modo, asevera Frankl; por lo tanto, el amor verdadero, entendido en estos términos sobrepasa los estados meramente emocionales.

En medio de los horrores del holocausto, Viktor Frankl experimentó la manifestación de lo que es el amor espiritual y lo esencial que resulta su vivencia en la vida de la persona:

Durante kilómetros caminábamos a trompicones, resbalando en el hielo y sosteniéndonos continuamente el uno en el otro, sin decir palabra alguna, pero mi compañero y yo sabíamos que ambos pensábamos en nuestras mujeres. De vez en cuando levantaba la vista al cielo y contemplaba el diluirse de las estrellas al tiempo que el primer árbol rosáceo de la mañana se dejaba ver tras una oscura franja de nubes. Pero mi mente se aferraba a la imagen de mi esposa, imaginándola con una asombrosa precisión. Me respondía, me sonreía y me miraba con su mirada cálida y franca. Real o irreal, su mirada lucía más que el amanecer. En ese estado de embriaguez nostálgica se cruzó por mi mente un pensamiento que me petrificó, pues por primera vez comprendí la sólida verdad dispersa en las canciones de tantos poetas o proclamada en la brillante sabiduría de los pensadores y los filósofos: el amor es la meta última y más alta a la que puede aspirar un hombre (...) la salvación del hombre sólo es posible en el amor y a través del amor. Intuí cómo un hombre despojado de todo, puede saborear la felicidad -aunque solo sea un suspiro de felicidad- si contempla el rostro de su ser querido. Aun cuando el hombre se encuentre en una situación de desolación absoluta, sin la posibilidad de expresarse por medio de una acción positiva, con el único horizonte vital de soportar correctamente – con dignidad- el sufrimiento omnipresente, aun en esa situación ese hombre puede realizarse en la amorosa contemplación de la imagen de su persona amada (Frankl, 2004, p.65).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Afirma Frankl que el amor espiritual logra intuir la esencia de otro ser humano y cuando esto sucede, es tan grande la magnificencia que descubre que el amor se dará de una vez y para siempre, su dimensión trasciende los cánones del tiempo y del espacio.

Sintéticamente, encontramos que los valores de creación se viven de forma activa, se realizan en la *praxis*, en el hacer; mientras que los valores de vivencia se dan a través de una vía pasiva, en esta variante la persona solo recibe el amor del tú por lo cual se experimenta como fruto de la gratuidad. Otra diferencia entre los valores de creación y los de vivencia es que en los primeros la persona manifiesta lo que hay de único e irrepetible en su persona, mientras que en los segundos se busca amar lo que hay de único e irrepetible en el ser amado. Es importante tener en mente que en los valores de creación el ser humano da, abre su intimidad para ofrecerla a los otros y al mundo; mientras que en los valores de vivencia recibe desde fuera una gama casi infinita de bienes y acoge pasivamente al universo, como el oxígeno, la contemplación de un bello paisaje, la luz, la apreciación de una obra de arte y el amor, entre otros.

Los valores de creación y de vivencia, ambos a la vez, deben buscar su realización en el día a día, con plena conciencia y responsabilidad; sin embargo, los valores de actitud tienen una dinámica diferente.

Dentro de la estructura tripartita de la axiología de Frankl, se presentan, en un tercer momento, los *valores de actitud*. Este grupo de valores consiste precisamente en la actitud que la persona adopta cuando el dolor y/o el sufrimiento aparecen en su vida, como un hecho irremisible, fatal como destino.

La posibilidad de realización personal se presenta también cuando, como fruto de la adversidad el ser humano, se ve en la necesidad de huir, de escapar, de dimitir a una terrible

prueba que la vida le presenta; sin embargo, opta por una segunda alternativa, la cual consiste en sobrepasar el proceso de duelo y levantarse nuevamente para seguir viviendo y realizando la misión de vida que se ha elegido, o bien, porque ha sido encomendada por la vida misma.

“Lo cual quiere decir que la vida del hombre no se colma solo *creando* y *gozando*, sino también *sufriendo*” (Frankl, 2010, p. 163). La segunda opción, afirma Frankl, es fruto del ejercicio de la libertad fundamental y es valiosa porque abona con mucha intensidad a la realización integral de la persona, a su proceso de maduración.

Por muy devastadores que sean los sentimientos generados por la penosa experiencia que acontece en su vida, la persona no debe renunciar a su vida, no debe dimitir. “Mientras el hombre conserva la conciencia, sigue siendo responsable frente a los valores de la vida, aunque éstos sean solamente los que llamamos de actitud” (Frankl, 2010, p. 76).

Lo que es propio del ser humano es mantener una actitud de lucha en la vida, por ser un ser libre, corresponde natural y directamente ser responsable, asevera Frankl.

No cabe duda de que la conciencia de una misión en la vida posee un extraordinario valor psicoterapéutico y psicosigiénico. No tenemos reparo en afirmar que no hay nada más que ayude al hombre a vencer o, por lo menos, a soportar las dificultades objetivas y las penalidades subjetivas que la conciencia de tener una misión que cumplir. Esta misión cuando se la concibe como algo personal, hace a su portador insustituible, irremplazable, y confiere a su vida el valor de algo único (Frankl, 2010, p. 90).

La verdadera misión del sufrimiento es poner a la persona en la disyuntiva de elegir, entre darse por vencido, dimitir, dando por pérdida la batalla, o bien, levantarse erguido de la caída, con dignidad, tornar algo amargo y doloroso en algo valioso. En el proceso de duelo se vive la dinámica de lograr la aceptación de lo ya acontecido, la persona sufre en su ser

el debate entre lo que ya es, como hecho irremisible y entre la añoranza de lo que pudo haber sido. “El sufrimiento crea, pues, en el hombre una tensión fecunda y hasta nos atreveríamos a decir que revolucionaria, haciéndole sentir como tal lo que no debe ser. A medida que se identifica, por así decirlo, con la realidad dada, elimina la distancia, aquella fecunda tensión entre el ser y el deber ser” (Frankl, 2010, p. 167).

Como fruto de la tensión superada, se revela en el ser humano una nueva sabiduría lograda que proviene del ámbito emocional y que se sitúa por encima de lo racional. Son dos las formas en las que se sublima el sufrimiento personal: 1) a través del duelo y 2) a través de la expiación de la culpa. El duelo mantiene subjetivamente vivo a aquello que se ha perdido, aunque en el plano real, en el tiempo objetivo esto ya se ha perdido. El arrepentimiento, por su parte, borra la culpa, cuando el sujeto reconoce su responsabilidad en el evento que trae consigo tanto sufrimiento, se da un renacimiento moral.

Frankl entiende que el dolor es la manifestación de una disfunción de carácter físico, y que advierte al paciente y al médico de la enfermedad; el sufrimiento, hace a su vez, el papel de advertir una disfunción en el plano anímico-espiritual, salvaguardando al ser humano de caer en la apatía o en la rigidez que conduce a la muerte anímica. “Mientras sufrimos, permanece viva; más aún, el hombre, como hemos dicho, crece y madura en el sufrimiento, el dolor le temple, le hace más rico y más poderoso” (Frankl, 2010, p. 169).

Aquel que ante el golpe del infortunio se aturde y trata de distraerse, “no aprende nada”. Trata de huir de la realidad. Va a refugiarse, tal vez, en la embriaguez. Comete, con ello, un error subjetivista y hasta psicologista: *al creer que, con el acto emotivo al que se silenció, por así decirlo, por medio del aturdimiento, borra también del mundo el objeto mismo de la emoción*, como que si lo que se arrincona en la ignorancia desapareciese, por ello de la realidad (Frankl, 2010, p.170).

La opción de tomar hipnóticos para eludir de alguna manera la confrontación con aquello que es irremisible y fatal como destino, afirma Frankl (2010), tiene consecuencias mayores, dado que conduce al doliente a refugiarse en la inconsciencia, cuando lo más sano sería hacerse responsable del propio proyecto de vida, en lugar de ir cavando la propia tumba; es decir, la persona acaba por embotarse, por perder su propia dimensión afectiva.

El doliente debe encontrar el sentido de su sufrimiento, enfrentarse con aquello que es irrevocable: aceptar que lo ocurrido trae consigo dolor y sufrimiento y que estos pueden vivirse como un valor que hace a la persona más humana, más sabia, más clarividente. Un ejemplo que expone el Dr. Frankl y que sirve para ilustrar cuando una persona encuentra el sentido de su sufrimiento es el siguiente:

Un doctor en medicina general me consultó sobre la fuerte depresión que padecía. Era incapaz de sobreponerse al dolor del fallecimiento de su esposa, con quien compartió un matrimonio excepcionalmente feliz. Su esposa había muerto dos años atrás. ¿Cómo podía ayudarle? ¿Qué decirle? Me abstuve de comentarle nada y, en vez de ello, le pregunté: << ¿Qué habría sucedido, doctor, si usted hubiera muerto primero y su esposa le hubiera sobrevivido? >>. << Bueno –dijo- para ella habría sido terrible, ¡sufriría muchísimo! >> Ante lo cual repliqué: << Lo ve, doctor, usted le ha ahorrado a ella todo sufrimiento; pero para conseguirlo ha tenido que llorar su muerte y sobrevivirla. >> No dijo nada, me tomó la mano y, quedamente, abandonó mi consulta. El sufrimiento deja de ser sufrimiento, en cierto modo, en cuanto encuentra un sentido, como suele ser el sacrificio (Frankl, 2004, p. 135).

Se debe contemplar que el sufrimiento no es indispensable para que la vida tenga sentido.

“El sentido es posible sin el sufrimiento o a pesar del sufrimiento” (Frankl, 2004, p. 135).

El dolor y el sufrimiento deben evitarse con los medios adecuados; estos se consideran valiosos, cuando no son fruto de un comportamiento masoquista. Su función como valor solo es válida cuando aparece en la vida de la persona de manera irremisible, y, es entonces

cuando ella debe luchar por aceptarlo y transformarlo en un evento positivo. Podemos apreciar como la mayor parte de las fundaciones o asociaciones civiles han nacido como consecuencia de grandes tragedias.

En suma, en la vida diaria, las tres gamas de valores propuestos por Frankl viven, conviven y en múltiples ocasiones se confunden entre sí, dando al ser humano la oportunidad de realizar no una sino una multiplicidad de misiones que la vida presenta como oportunidad de realización personal. “Mientras el individuo no se dé cuenta del carácter específico de su propia existencia, que se vive una vez y de un modo único, no estará en condiciones de vivir la realización de lo que constituye la misión propia de su vida como algo que verdaderamente le obliga y de lo que no puede desembarazarse” (Frankl, 2010, p.163).

#### **III.4.7 Análisis existencial y logoterapia**

El análisis existencial y la logoterapia enseñan al paciente a concebir la vida como una continua misión; por lo tanto, no es que la persona venga a este mundo solo a concluir una misión única, es una larga cadena formada por muchas misiones, las cuales fungen como un hilo conductor que da unicidad y coherencia a la vida.

Si reflexionamos sobre la estructura originaria de nuestro vivir el mundo, habremos de operar sobre el sentido de la vida la revolución copernicana: es la vida misma la que plantea cuestiones al hombre. Éste no tiene por qué interrogarla: es a él, por el contrario, *a quién la vida interroga: y él quien tiene que responder a la vida, hacerse responsable* (Frankl, 2010, p. 100-101).

La logoterapia es la terapia más adecuada para las personas que están perdiendo o ya han perdido el sentido de sus existencias, en concreto, es la terapia mediante la cual la persona

se adentra en la reflexión que gira en torno al sentido de su existencia y los valores trascendentes en la vida del ser humano. Es un camino de autodescubrimiento que revela el cumplimiento del deber como fundamento existencial de la vida, sin embargo, el deber tiene que estar plenamente dotado de sentido para así proporcionar la posibilidad de una realización personal fundada en la libertad, la responsabilidad, los valores y la trascendencia.

La logoterapia parte de la dimensión espiritual de la persona, su propósito es elevar desde el nivel inconsciente al consciente nuestra dinámica espiritual. “No debe perderse de vista nunca que todo lo espiritual se rige por leyes propias” (Frankl, 2010, p. 33).

La logoterapia intenta que el paciente cobre conciencia plena de sus responsabilidades personales; en consecuencia, le lleva a elegir: por qué, de qué o ante quién se siente responsable... Al declarar al hombre un ser responsable y capaz de descubrir el sentido concreto de su existencia, quiero acentuar que el sentido de la vida ha de buscarse en el mundo y no dentro del ser humano o de su propia psique, como si se tratara de un sistema cerrado (Frankl, 2014, p. 102).

En cuanto a los elementos que integran la fórmula de la logoterapia, Frankl los define de la siguiente manera:

$$\Psi = X + Y$$

En donde la logoterapia es igual a la suma de X más Y. La personalidad del paciente es X y la del terapeuta es Y. Ambos con una personalidad única e irrepetible. Esto significa que la logoterapia no es una receta única en todos los casos, para cada caso, para cada paciente el logoterapeuta deberá encontrar las terapias idóneas.

Frankl hace la aclaración de que la Logoterapia no pretende, de ninguna manera, competir con otras psicoterapias, sino complementarlas.

En efecto, el psicoanálisis, por ejemplo, ve la neurosis como el resultado de procesos psicodinámicos y, en consecuencia, intenta tratar la neurosis para que ponga en juego procesos psicodinámicos nuevos, tales como la transferencia. Por su parte, la *terapia de la conducta*, adscrita a la terapia del aprendizaje, ve la neurosis como el producto de procesos de aprendizaje o *conditioning o reconditioning processes*. En cambio, la *logoterapia* asciende a la dimensión humana, situándose así en condición de admitir en su instrumental los fenómenos específicamente humanos con lo que se tropieza. Y aquí se encuentran ni más ni menos que las dos características antropológicas fundamentales de la existencia humana: primero: la *auto-trascendencia*, y segundo, la capacidad de *autodistanciamiento*, que resulta en no menor medida en la existencia de la persona como tal, como persona (Frankl, 2014, p. 102-103).

En suma, la logoterapia y el análisis existencial están prescritos para todos aquellos pacientes que les aqueja un vacío existencial, en cuyo caso, habrá que orientarlos en el reencuentro del sentido. Además, la pérdida de sentido puede prevenirse, siempre y cuando, comprendamos los fundamentos de esta teoría y seamos capaces de aplicarlos en nuestras propias vidas, antes de que el dolor o el sufrimiento toquen a nuestra puerta.

El análisis existencial tiene como objetivo dar una “(...) explicación antropológica de la existencia personal consiste en hacer consciente, en explicar, en desplegar, en desarrollar la concepción implícita, inconsciente, que la psicoterapia tiene del hombre, de la misma forma en que se revela una foto sacándola de un estado latente” (Frankl, 2018a, p. 251-252).

Por otro lado, Frankl destaca la importancia del análisis existencial, afirmando que:

Lo importante para el análisis de la existencia, en general, es, como puede comprenderse, que el hombre sienta y viva su responsabilidad en cuanto al cumplimiento de todas y cada una de sus misiones, tal como en cada caso se la planteen; cuanto mejor comprenda el carácter de misión que la vida tiene, tanto mayor sentido tendrá su vida para él. El que no ha adquirido conciencia de su responsabilidad acepta la vida como una simple

contingencia; el análisis de la existencia, por el contrario, le enseña a concebir la vida como una continua misión (Frankl, 2010, p. 96).

La mancuerna del análisis existencial, como se dijo antes, es la logoterapia, ambas herramientas se complementan y se nutren mutuamente. Con el fin de visualizar de manera más clara la diferencia entre uno y la otra, al respecto encontramos que:

En la búsqueda de respuestas ante las raíces del problema del vacío existencial, hemos descubierto que la teoría de Frankl trasciende los límites de los campos de concentración, simplemente porque esta teoría se construyó sobre una sólida propuesta antropológica y ontológica; es decir, comprendía con claridad la naturaleza de la persona y proporcionaba una explicación lógica y congruente en torno a su ser y a sus formas de reaccionar y actuar ante las situaciones dramáticas o trágicas de la vida.

### **III.5 El Contexto de una sociedad de consumo que se opone a la realización del sentido existencial**

Una vez que se han revisado los principales conceptos que sustentan la teoría de la logoterapia y del análisis existencial de Viktor Frankl, consideramos pertinente plantear el cuestionamiento de cómo el contexto social y cultural que prevalece en las sociedades de consumo está incidiendo en la problematización del planteamiento de la pregunta por el sentido de la existencia, y, por ende, en la construcción del mismo en forma reflexiva, lúcida y consciente. Para lograr este propósito se presentan diversos puntos de vista, desde dos distintas disciplinas, como lo son la sociología y la filosofía.

### III.5.1 Los tiempos líquidos de Zygmunt Bauman

El sociólogo Zygmunt Bauman (1925-2017) acuñó el término *tiempos líquidos* como sinónimo de otros, que, de igual manera, hacen referencia a la etapa histórica que sigue a la Modernidad o bien para caracterizar a la sociedad contemporánea; léase, por ejemplo: *sociedad moderna tardía*, *posmodernidad*, *sociedad de la segunda modernidad* y, en términos de Bauman, *sociedad de la modernidad líquida*.

En un primer acercamiento a la descripción de nuestras sociedades contemporáneas, encontramos que Bauman en su libro *Modernidad Líquida* hace un análisis que parte de la premisa en la que afirma: “Sería imprudente negar o menospreciar el profundo cambio que el advenimiento de la *modernidad fluida* ha impuesto a la condición humana” (Bauman, 2020a, p. 13). Según el sociólogo, el principal problema radica en que la estructura sistémica se “ha vuelto remota e inalcanzable, combinada con el estado fluido y desestructurado del encuadre de la política de vida, que ha cambiado la condición humana de modo radical y que, por ende, exige repensar los viejos conceptos que solían enmarcar su discurso narrativo” (Bauman, 2020a, p. 14). A continuación, el autor equipara estos viejos conceptos a la figura de los *zombis*, dado que ellos están vivos y muertos a la vez. La pregunta que guía la reflexión de Bauman cuestiona si es posible que estos conceptos puedan aún revivir, aunque sea en una nueva forma de reencarnación, con algunas otras características, o bien, si ha llegado el momento de prepararles su sepultura.

Son cinco los conceptos que propone Bauman, los cuales giran en torno a la narrativa ortodoxa de la condición humana: 1) Emancipación 2) Individualidad 3) Tiempo/Espacio 4) Trabajo y 5) Comunidad.

Retomamos para fines de nuestro objetivo el concepto de *emancipación*, el cual se refiere a la capacidad que la persona tiene para poder llegar a escapar de las estructuras sociales que la constriñen, es decir, aquellas que minimizan su libertad y, en algunos casos, llegan hasta anularla. Cuando la persona actúa como autómatas y cuando es solo una parte anónima de la masa, está eludiendo el hacer uso de una libertad personal responsable y comprometida.

“Liberarse” significa literalmente deshacerse de las ataduras que impiden o constriñen el movimiento, comenzar a *sentirse* libre de actuar y moverse. “Sentirse libre” implica no encontrar estorbos, obstáculos, resistencias de ningún tipo que impidan los movimientos deseados o que puedan llegar a desearse. (...) Sentirse libre de restricciones, libre de actuar según el propio deseo, implica alcanzar un equilibrio entre los deseos, la imaginación y la capacidad de actuar: nos sentimos libres siempre y cuando nuestra imaginación no exceda nuestros verdaderos deseos y ni una ni los otros sobrepasen nuestros deseos de actuar. Por lo tanto, el equilibrio puede alcanzarse y conservarse inalterable de dos maneras diferentes: agostando, recortando el deseo y/o la imaginación, o ampliando la capacidad de acción. Una vez alcanzado el equilibrio, y en tanto permanezca intacto, la “liberación” resulta un eslogan vacío de significado y carente de motivación (Bauman, 2020a, p. 21-22).

El pensamiento anterior llevó a Bauman a proponer dos tipos de significados en lo que a la libertad se refiere, libertad objetiva y libertad subjetiva. La voluntad de progreso puede verse frustrada o simplemente no emerger del interior de la persona, esto se da, afirma Bauman, por la presión que ejerce el principio de realidad sobre el principio de placer en el ser humano; de esta manera, las intenciones reales o imaginarias serán recortadas con el propósito de adecuarlas a las posibilidades que tiene la persona de actuar, y subraya, actuar de manera razonable, es decir, tener la posibilidad de tener éxito. En este sentido la persona tendría que adecuar sus propósitos dentro del área de lo posible, de lo contrario,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sobrevendría una frustración existencial que los llevaría a hacer cualquier cosa con tal de lograr sus sueños o bien a claudicar del todo.

También se puede dar el caso, afirma Bauman, en el que se presente una manipulación directa de las intenciones, en otras palabras, un “lavado de cerebro”, en el cual la persona ni siquiera llegaría a poner a prueba sus capacidades objetivas de actuar y, más grave aún, que ni siquiera esta persona llegue a percatarse de que las tiene. Esto daría como resultado que las aspiraciones sean colocadas por debajo de la libertad objetiva.

Esta situación ocurriría a menos que se dé la situación en la que el comprador “confía en que los productos que venden tienen una garantía absoluta de aprobación pública y reconocimiento social” (Bauman, 2017, p.22). Si el consumidor no encuentra una marca que le garantice lo antes expuesto, entonces, se sentirá confuso y extraviado porque no confía en sus propias decisiones. Las marcas de modistos famosos que son reconocidos socialmente otorgan el status tan anhelado por el comprador, entonces, poseer esos productos son un recinto de paz, un refugio que ofrece certidumbre, dentro de un mundo frenéticamente incierto e inseguro.

Nótese que Bauman está describiendo lo que en la sociedad de consumo se concibe como *felicidad*. “Alcanzar la felicidad significa adquirir cosas que otras personas no tienen la oportunidad ni la perspectiva de adquirir. La felicidad requiere la *individualización*” (Bauman, 2017, p.35).

...poseer y exhibir en público artículos con la etiqueta y el logo correctos comprados en el establecimiento correcto es principalmente una manera de obtener y conservar el *nivel social* que defienden o al que desean aspirar. El nivel social no significa nada a menos que sea *reconocido* socialmente, es decir, a menos que la persona en cuestión reciba la aprobación del tipo adecuado de sociedad (cada categoría de nivel social tiene sus propios

códigos, leyes y jueces) y sea considerado legítimo merecedor de pertenecer a ella, de ser “uno de los nuestros” (Bauman, 2017, p.23).

En este párrafo observamos con claridad lo que Bauman quiere decir cuando afirma que la persona dista mucho de tomar sus propias decisiones y constituirse en su propio juez. La *identidad*, hoy en día, no es cuestión de una elección personal sobre el propio proyecto de vida, sino que se trata de construir una imagen acorde a lo reglamentado por la propia sociedad de consumo. Construir la identidad en términos del *status* alcanzado o del que se pretenda lograr es uno de los aspectos centrales de la sociedad de consumo. “Mostrar ‘carácter’ y gozar de una ‘identidad’ reconocida, así como encontrar y obtener los medios que aseguren estos propósitos interrelacionados se convierten en las principales preocupaciones en la búsqueda de una vida feliz” (Bauman, 2017, p. 23). Este sueño de la modernidad líquida implica que: “Lo verdaderamente nuevo es el doble sueño de *huir de uno mismo y adquirir un yo hecho a la medida*, así como la convicción de que este sueño es una realidad alcanzable” (Bauman, 2017, p. 25).

En una sociedad de compradores y una vida de compras, *somos felices mientras no perdamos la esperanza de llegar a ser felices*; estamos asegurados contra la infelicidad siempre que podamos mantener esta esperanza. Así, la llave de la felicidad y el antídoto contra la amargura consiste en mantener *viva* la esperanza de llegar a ser felices. Sin embargo, sólo puede mantenerse viva si se cumple la condición de una rápida sucesión de “nuevas oportunidades” y “nuevos comienzos”, y con la nueva perspectiva de una cadena infinita de nuevos comienzos (Bauman, 2017, p. 26).

Pensando en que Bauman tiene razón en su planteamiento y se acepta que actualmente el individuo está atrapado en las estructuras de una sociedad de consumo; y si, a esto sumamos que una de las soluciones al problema de la emancipación es la de ampliar la capacidad de acción del individuo y moderar los deseos, nos podríamos preguntar, volviendo al

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

pensamiento del Dr. Viktor E. Frankl, ¿cómo se puede sobreponer la persona al esquema de una vida direccionada desde los instintos y los impulsos?

Desde la perspectiva de Frankl, el problema estriba en que la persona ha sido concebida como un ser eminentemente material, por lo que él apunta hacia la necesidad de admitir que el ser humano no solo es un ser material, sino que la presencia de un estrato espiritual en su ser cambia el modo de pensar y actuar. “(...) sólo la persona espiritual viene a fundar la unidad y totalidad del ente humano. Y la funda como totalidad corpóreo-anímico-espiritual. Nunca podremos insistir demasiado en que esta triple totalidad es lo que constituye al hombre entero” (Frankl: 218c, p. 26). Desde estos términos, la persona logra ejercer su libertad de decidir y de actuar, de una manera o de otra desde su ser espiritual. Como se ha mencionado antes, la conciencia es una facultad del espíritu y ésta es la que puede potenciar la capacidad de acción, en cuanto a la libertad se refiere, de tal manera que formar al individuo en la libertad requiere de la formación de la conciencia.

Si se llevan estas reflexiones al ámbito de la educación, surge la pregunta: ¿Las instituciones educativas<sup>14</sup> están formando a los alumnos, desde la educación básica, con el propósito de que la persona en un futuro pueda tener conciencia de sus actos y ser su propio juez? es decir, alcanzar el objetivo de la emancipación de la persona. Si la respuesta es negativa, entonces existe la grave posibilidad de que la persona sea manipulada desde el exterior, tal y como lo señala Bauman. Si esto sucede, el ser humano ni siquiera experimentará la necesidad intrínseca de llegar a ser objetivamente libre, vivirá de una manera pasiva, sin siquiera darse cuenta de su conformismo y de su alineación. En

---

<sup>14</sup> Con el término instituciones educativas nos referimos tanto a la familia, como al sistema de educación en general, ya sea público o privado.

contraposición, si la respuesta es afirmativa, la pregunta se plantearía así: ¿Qué están haciendo las instituciones educativas al respecto? ¿Cómo lo están haciendo en las distintas etapas de desarrollo del ser humano?

Otro problema que acosa a nuestras sociedades, sugiere Bauman, es la posibilidad de que las personas renuncien a su libertad: “Un pensamiento aún más negro carcomía el pensamiento de los filósofos -señala este autor-: que a las personas simplemente les disgustaba la idea de ser libres y que, dados los sinsabores que el ejercicio de su libertad podía implicar, rechazaban la perspectiva de su emancipación” (Bauman, 2020a, p. 22-23). En la Edad Moderna, prosigue el sociólogo, los pensadores pusieron a la cabeza de su reforma política el concepto de liberación y a la libertad en la cúspide del sistema de valores. La pregunta que surgió en los ámbitos filosóficos fue: ¿La liberación es una bendición o una maldición? Fueron dos las respuestas que se concedieron a esta pregunta, explica Bauman. La primera dudaba de si las personas comunes estaban preparadas para ejercer su libertad. Esta duda movía a la compasión por el abandono a aspirar a la libertad o al desprecio por las masas que se resistían a asumir la responsabilidad y el riesgo que esta prerrogativa humana significaba y que esta es valiosa por la autonomía y la autodeterminación genuinas que representaban. La segunda clase de respuestas aceptaba que las personas dudaban de los beneficios que la libertad que estaba a su disposición podía redituarse en beneficios. La libertad que se prometía no traía consigo la felicidad, sino que, por el contrario, acarreaba inseguridad, ansiedad y desdicha.

La consecuencia de que el objetivo de defender la autonomía humana ya se haya cumplido es que las instituciones han descargado en el individuo el dilema que representa la construcción de su propia identidad y la fundamentación de la propia conciencia. El hecho

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

es que en la actualidad ya no existen los principios universales contra los cuales rebelarse; y, por ende, que el *telos* de la emancipación ya haya desaparecido. En estas circunstancias, la persona carece de las normas y de las tradiciones que antes guiaban su comportamiento. Al respecto, Viktor Frankl piensa que la labor que representa dar respuesta a la pregunta por el sentido de la existencia es cada vez más complicada, aunque posible, siempre y cuando la persona tenga los conocimientos antropológicos y ontológicos que le ayuden a estructurar su propia conciencia. Desde este punto de vista, se justifica que uno de los pilares de su teoría sea el análisis existencial.

Otro de los elementos que Bauman pone sobre la mesa de su análisis hace alusión al hecho de que la sociedad moderna ha conferido el título de *individuo* al ser humano. En este punto, Bauman retoma el pensamiento de Norbert Elias, con el fin de analizar lo que implica el término *individualización*. “En pocas palabras, la “individualización” consiste en transformar la ‘identidad’ humana de algo ‘dado’ en una ‘tarea’, y en hacer responsables a los actores de la realización de esta tarea y de las consecuencias (así como de los efectos colaterales) de su desempeño” (Bauman, 2020a, p.37). El significado de este evento, se comprende fácilmente haciendo alusión, afirma Bauman, a la famosa frase de Jean Paul Sartre, “no basta con nacer burgués, hay que vivir la vida como burgués”. Así, a la luz de este planteamiento, la tarea de la vida es lograr la transformación de uno mismo en aras de seguir los cánones sociales. Encontramos un ejemplo muy significativo en la vida de Ivan Ilich<sup>15</sup>, cuando declara que él siempre cuidó hasta el más mínimo detalle para que su vida fuera acorde a los estándares sociales del nivel de vida que él mismo había decidido vivir. Y, sin embargo, muy cercano a su muerte reconoce que su vida no tuvo sentido.

---

<sup>15</sup> En el capítulo anterior se presentó un análisis de esta obra desde la óptica del *análisis existencial*.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

A renglón seguido, en su análisis, Bauman se pregunta si el acto de liberar al ser humano de sus amarras ha traído como consecuencia la forja de individuos *indiferentes*. “El individuo es el enemigo número uno del ciudadano, sugería De Tocqueville. El “ciudadano” es una persona inclinada a procurar su propio bienestar a través del bienestar de su ciudad –mientras que el individuo tiende a la pasividad, el escepticismo y la desconfianza hacia la “causa común”, el “bien común, la “sociedad buena” o la “sociedad justa” (Bauman, 2020a, p.41). Al respecto, podemos observar cómo el proceso de liberación ha llevado a la persona a la indiferencia con respecto a todo aquello que la rodea, excepto a aquello que puede abonar a sus intereses.

En este sentido, consideramos válida la afirmación de que la sociedad de la modernidad líquida interpone un obstáculo importante a la realización del sentido de la existencia, dado que, según Frankl, el sentido tiene como uno de sus grandes pilares la autotranscendencia.

La segunda capacidad humana, la de la autotranscendencia, denota el hecho de que el ser humano siempre apunta y se dirige a algo o a alguien distinto de sí mismo –para realizar un sentido o para lograr un encuentro amoroso en su relación con otros seres humanos. Solo en la medida en que vivimos expansivamente nuestra autotranscendencia, nos convertimos realmente en seres humanos y nos realizamos a nosotros mismos (Frankl, 2003c, p. 26).

Si el individuo sigue ahogándose en su propio *ego* será casi nula la posibilidad de lograr una plenitud de vida y, por ende, la felicidad. Bauman cita a Ulrich Beck con la finalidad de mejor describir este fenómeno:

(...) aquello que emerge de la disuelta norma social es un ego desnudo, atemorizado y agresivo en busca de amor y ayuda. En su búsqueda de sí mismo y del afecto social, se pierde con facilidad en la jungla del yo (...) Alguien que anda hurgueteando en la niebla del propio yo se vuelve incapaz de advertir que ese aislamiento, ese “solitario confinamiento del ego”, es una condena masiva (Bauman, 2020a, p.43).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

El trabajo es otro de los conceptos que propone Bauman con la finalidad de analizar las diferencias entre la sociedad sólida de la Modernidad y la líquida que actualmente prevalece en las sociedades occidentales. El autor logra una profunda reflexión en cuanto a los fines que el trabajo ha tenido en los dos períodos históricos en cuestión.

En su exposición se plantea que el significado del término trabajo en la modernidad líquida se puede comprender bajo el auspicio de un precepto que reza así: *hacia adelante*. El significado profundo de este término se enraizó en la idea de que a través del trabajo es posible alcanzar y sostener el progreso de forma continua e ininterrumpida. El progreso es la meta a lograr y el trabajo es el vehículo que conduciría a este punto. A la luz de estos preceptos, según este autor, “el futuro era una creación del trabajo, y el trabajo era la fuente de toda creación” (Bauman, 2020a, p.140). Uno de los aspectos que se deben tomar en cuenta es que el progreso viene a suplantar la importancia de la historia; en la modernidad líquida el progreso es el credo que direcciona al imaginario colectivo y su escala de valores. “El progreso no enaltece a la historia. El ‘progreso’ es un hecho dentro del cual la historia es irrelevante y por el cual se decide que siga haciendo así” (Bauman, 2020a, p. 141). La confianza en el presente, desde el cual se construye el futuro, lleva consigo la consigna de que el individuo es el único responsable de que las cosas sucedan, dicho de otra manera, la persona ha de ser proactiva. El problema afirma Bauman es que: “Hoy viajamos sin una idea de destino que nos guíe” (Bauman, 2020a, p.143).

“La modernidad no conoce otra vida más que la vida ‘hecha’: lo que hacen los hombres y mujeres de la modernidad es una tarea, no algo dado, y una tarea siempre incompleta que reclama cuidados incesantes y esfuerzos renovados” (Bauman, 2020a, p.144). Ante esta idea, nos podemos detener a reflexionar en torno al problema de que en la actualidad se

está minando la posibilidad de realización de un proyecto de vida propio, la elección queda prácticamente anulada, pues la tarea ya está dada. La identidad personal, la autenticidad y la creatividad de un individuo que está conferido a su propio ego y siguiendo una consigna impuesta desde fuera, representa un gran obstáculo para realizar los valores de creación propuestos por Viktor Frankl.

Dentro de la sociedad líquida, “el progreso está privatizado porque el mejoramiento ya no es una empresa colectiva, sino individual: se espera que los hombres y mujeres individuales usen, por sí mismos e individualmente, su propio ingenio, recursos y laboriosidad para elevar su condición a otra más satisfactoria y dejar atrás todo aquello de su condición presente que les repugne” (Bauman, 2020a, p. 144). Una vez más, se puede observar que, hoy en día, lo único que parece importar es el control que cada individuo logre ejercer en aras de lograr el progreso desde su presente. El concepto de comunidad como unión y esfuerzo conjunto de las personas ha sido relegado al pasado, no importa o no tiene que existir.

El fin del trabajo y, por ende, su valía, ya no son, como propone Frankl, los actos que cada persona aporta al mundo desde lo más profundo de su ser, con sus conocimientos, su experiencia, su cosmovisión, su unicidad y su creatividad. Los valores de creación de Viktor Frankl, una de las vías que conducen hacia el sentido de vida, dado que es el espacio que se conquista cuando la persona a través de su generosidad se enlaza con su comunidad, se ven truncados porque no se da el espacio de realización correspondiente.

En el libro titulado *El arte de la Vida*, Bauman nos invita a reflexionar sobre el concepto de la felicidad en la vida del ser humano y sobre las posibilidades de su logro. Como hemos planteado en páginas anteriores, Frankl afirma que la felicidad humana, así como la

plenuitud se construyen a partir del nivel que alcanza cada persona en su capacidad de trascender, es decir, de salir de sí misma para ir al encuentro de otra persona o de lograr un proyecto que otorgue a otras personas un mayor bienestar y un mayor bienestar.

Bauman (2017) inicia su análisis planteando la pregunta que hace Michael Rustin: “¿Qué hay de malo con la felicidad?” La pregunta no es exclusiva de este autor, sino que es una pregunta que muy a menudo y desde hace tiempo se plantean muchas personas. “Rustin explica la razón: sociedades como la nuestra, movidas por millones de hombres y mujeres que buscan la felicidad, se vuelven más prósperas, pero no está nada claro que se vuelvan más felices. Parece como si la búsqueda humana de la felicidad fuera un engaño” (Bauman, 2017, p. 11). Los datos empíricos apuntan a que en las sociedades occidentales más desarrolladas no se encuentra una relación directa entre un nivel de riqueza que va al alza y un mayor nivel de felicidad, cuando lo esperado es que, a mayor índice de riqueza mayor índice de felicidad. Parece ser que el fenómeno es más complejo de lo que en un primer momento parece, porque, además, se encuentra que ante más alto es el nivel de vida el índice de criminalidad va significativamente incrementándose. La criminalidad se mide en función de robos en las casas y de automóviles, mayor tráfico de drogas, más atracos y más corrupción. Otro dato que resulta ser muy revelador es una mayor incidencia de las depresiones mentales.

La liquidez de la vida moderna ha traído consigo, como efectos colaterales, la falta de seguridad en el acontecer de la vida diaria por lo que una serie de miedos se han instalado en las existencias de los seres humanos. La principal causa, apunta el sociólogo, radica en que no se están promoviendo parámetros de justicia en este mundo globalizado. “Si quieres paz, preocúpate por la justicia”, señala la sabiduría antigua.

La historia de la humanidad ha acusado a través del tiempo una gran falta de justicia, y la diferencia en cómo la injusticia se presenta en los tiempos líquidos es que, hoy en día, la injusticia ha trascendido las fronteras: “es una cuestión planetaria, que se mide y se valora mediante comparaciones planetarias” (Bauman, 2020b, p. 13), lo cual ocurre por dos razones: 1) El planeta es atravesado cada día por un número casi infinito de noticias que llevan la información de lo que acontece en cada lugar, y 2) El mundo globalizado fomenta y permite la circulación de capitales y productos, lo cual origina que lo que ocurre en un punto determinado repercute sobre la manera en la que la gente vive y se desarrolla en otras partes del mundo; es decir, el bienestar para unos significa las carencias y el sufrimiento de otros. El hecho que más perjudica a todos es que la gente pobre ha quedado atrapada en una espiral de delincuencia y caos.

Haciendo referencia a la segunda razón, Bauman señala que la polarización de la riqueza, no parece que se vaya a revertir en los próximos años. Asegura que el 90% de la riqueza mundial está acaparada en tan solo el 1% de los habitantes del planeta. Las personas que quedan rezagadas y marginadas del círculo del progreso sufren de pobreza y de pobreza extrema, por lo que deciden luchar y, como víctimas, se ven obligadas a vengarse de las adversidades. La apertura de los países en un mundo globalizado está generando una sociedad que se caracteriza por no poder decidir el rumbo de sus vidas con un grado mínimo de certeza sobre el futuro, para luego mantener el rumbo elegido. “Una sociedad abierta es una sociedad expuesta a los golpes del “destino” (Bauman, 2020b, p.16).

Si en un principio la idea de una sociedad “abierta” representó la autodeterminación de una sociedad libre orgullosa de su apertura, hoy evoca la experiencia aterradora de una población heterónoma, desventurada y vulnerable, abrumada por (y quizás supeditada a) fuerzas que ni controla ni entiende del todo; una población aterrorizada por su misma

indefensión y obsesionada con la eficacia de sus fronteras y la seguridad de la población que habita dentro de las mismas, puesto que son precisamente esa impermeabilidad fronteriza y esa seguridad de la vida en el interior las que eluden su control y parecen destinadas a quedar fuera de su alcance mientras el planeta continúe sometido a una globalización exclusivamente *negativa* (Bauman, 2020b, p. 16).

Desde el ángulo desde el que Bauman plantea su análisis, el mercado sin fronteras ha desembocado en una fórmula para que la injusticia crezca y se propague por el mundo. La supuesta liberación lo que ha traído consigo es una anarquía global y la violencia armada, las cuales se nutren entre sí, reforzándose y revigorizándose. Este proceso hace que se cumpla otro viejo adagio: “cuando hablan las armas, callan las leyes”.

Es así como el sociólogo llega a la afirmación de que en la actualidad el miedo se ha instalado dentro de los individuos, afectando los hábitos con los que se desenvuelve en su vida diaria. “A todas luces, el ciclo formado por los miedos y las acciones dictadas por éstos no seguirían rondando ininterrumpidamente y adquiriendo mayor velocidad a cada paso si no continuase extrayendo su energía de los estremecimientos existenciales” (Bauman, 2020b, p.19).

Si bien Bauman reconoce que dichos estremecimientos existenciales son propios de la humanidad debido a que los escenarios sociales en los que se han dado las actividades propias de la persona en el diario acontecer de la vida diaria, no han sido nunca una garantía en contra de los golpes del destino. Cabe hacer la aclaración de que Bauman hace una importante distinción entre el término “destino”, que significa que “el ‘destino’ siempre ha encarnado la ignorancia y la impotencia humanas, y adquiere su tremendo poder amedrentador gracias a la misma indefensión de sus víctimas” (Bauman, 2020b, p. 20).; es decir, el destino golpea sin previo aviso. En contraposición se encuentra el término que se

refiere a las “adversidades”, las cuales hacen referencia a los eventos que el ser humano sí puede evitar y/o controlar.

En este punto del análisis resulta pertinente hacer una reflexión en torno a cómo es que se relaciona la narrativa de Bauman con el problema del descubrimiento y construcción del sentido de la existencia en el tiempo de la modernidad líquida. Con anterioridad, se ha expuesto que la persona es un ser circunstancial, es decir, que la construcción de su proyecto de vida no depende exclusivamente de sus decisiones. El ser humano se desarrolla en un contexto determinado en el cual suceden acontecimientos que son irremisibles y otros tantos que sí convienen a las facultades de la persona resolver; si adecuamos los conceptos de Frankl con los de Bauman, tenemos que el “destino” es aquel que se presenta como fatalidad que es un hecho consumado y que ha quedado plasmado en el pasado. En cambio, las “adversidades” son los eventos que sí se pueden recapitular a través de decisiones cruciales, o al menos, se pueden canalizar a través de los valores de actitud, haciendo uso de la libertad fundamental: aceptar lo acontecido como un hecho consumado y decidir qué actitud se va tomar ante éste. El dilema es claudicar o proseguir con dignidad en la lucha por la construcción del proyecto de vida con un sentido existencial. Si como apunta Bauman, la persona se enfrenta constantemente ante el destino, si no puede hacer uso de su poder de decisión porque los sistemas se imponen sobre ella, entonces la voluntad de sentido se verá seriamente frustrada y como consecuencia sobrevendrá una neurosis noógena, la cual equivale a la vivencia del vacío existencial. Ante la falta de un sano bienestar existencial, las personas tienden a refugiarse y a conformarse con buscar la “protección”, o al menos, con un sucedáneo de esta.

Ahora el “progreso” representa la amenaza de un cambio implacable e inexorable que, lejos de augurar una paz y descanso, presagia una crisis y una tensión continuas que imposibilitarán el menor momento de respiro.... En lugar de grandes expectativas y dulces sueños, el “progreso evoca un insomnio lleno de pesadillas en las que uno sueña que “se queda rezagado”, pierde el tren o se queda en la ventanilla de un vehículo que va a toda velocidad y que no deja de acelerar (Bauman, 2020b, p. 21).

Viktor Frankl afirma que este tipo de esquema de vida induce a la persona a centrarse casi en su totalidad en la adquisición de bienes materiales, dejando en el olvido los bienes espirituales. El tener en detrimento del ser. Como consecuencia sobreviene un sentimiento de falta de sentido. “El sentimiento de falta de sentido no solamente subyace en la triada de la neurosis masiva de esta época: depresión, drogadicción, agresión, sino que también puede concretarse en la que nosotros los logoterapeutas llamamos “neurosis noógena” (Frankl, 2003c, p.33). En concordancia afirma Bauman: “buscamos blancos *sustitutos* hacia los que dirigir nuestro excedente de temores existenciales a los que no hemos podido dar una salida natural” (Bauman, 2020b, p. 21).

Otra de las consecuencias de no poder tener la posibilidad de una seguridad existencial garantizada para toda la población es que no se ofrecen alicientes para que los individuos ejerzan acciones solidarias, lo cual, como se ha planteado con anterioridad, menoscaba la posibilidad de vivir los valores de vivencia, según el esquema axiológico frankliano. “Los vínculos humanos se han aflojado, razón por la cual se han vuelto poco fiables y resulta difícil practicar la solidaridad, del mismo modo que es difícil comprender sus ventajas y, más aún, sus virtudes morales” (Bauman, 2020b, p. 39). Las personas tienden a replegarse en sí mismas, con el anhelo de protegerse a sí mismas, acción mediante la cual se sigue fomentando un clima más incierto e imprevisible.

### III.5.2 Byung-Chul Han: La sociedad paliativa y la oposición a la realización de los valores de actitud

En este segmento de la investigación se considera necesario problematizar cómo nuestra sociedad y nuestra cultura en la actualidad conciben el tema del dolor y del sufrimiento<sup>16</sup> en la vida de la persona. Como se ha visto con anterioridad los valores de actitud en Viktor Frankl hacen referencia precisamente al dolor y al sufrimiento en la vida del ser humano.

¿La cultura occidental infravalora el poder que tiene el dolor y el sufrimiento como elementos potenciadores de una vida más trascendente y humana? Con el propósito de reflexionar en torno al tema del dolor y el sufrimiento en el contexto actual se presentan diferentes puntos de reflexión en torno a las repercusiones que negar o evitar estos fenómenos connaturales al ser humano pueden ocasionar al individuo y a la sociedad.

Con este fin, se analizan algunas de las principales ideas propuestas en el libro *La sociedad paliativa* del filósofo Byung-Chul Han, quien nació en Seúl, Corea del Sur en 1959. Él estudió Filosofía en la Universidad de Friburgo y Literatura alemana y Teología en la Universidad de Múnich. En 1994 se doctoró con una tesis sobre Martin Heidegger.

Se encontró que la propuesta de Han guarda una profunda relación con la de Frankl. Ambos coinciden en que el dolor y el sufrimiento son parte esencial en la vida de la persona y que estos pueden ser constructivos si se comprenden desde un punto de vista antropológico. “Olvidamos que el *dolor purifica*, que opera una catarsis” (Han, 2001, p. 14) afirma Han; mientras que para Frankl (2020) propone que, “(...) la vida del hombre no se colma solo *creando y gozando*, sino también sufriendo.” (p. 163) La razón es que, tanto el uno como

---

<sup>16</sup> La palabra dolor hace referencia al dolor físico y el sufrimiento al anímico.

el otro, piensan que las dimensiones humanas se potencian enormemente como fruto del logro que representa el asumir asertivamente la experiencia de situaciones dolorosas.

Byung-Chul Han parte del supuesto de que en occidente se ha producido un cambio radical de paradigma, asevera que la relación que tenemos con el dolor revela el tipo de sociedad que somos, es por esto que toda crítica social tiene que desarrollar su propia hermenéutica del dolor. Para el filósofo, en el caso de nuestras sociedades, hoy en día, impera una *algofobia* o *fobia al dolor*; es decir, un miedo generalizado al sufrimiento. “El dolor se interpreta como *síntoma de debilidad*” (Han, 2001, p. 14)

La pregunta que surge es ¿por qué temer tanto al dolor y al sufrimiento? Los años de cautiverio que vivió Frankl en los campos de concentración le llevaron a comprender que las personas podían soportar mucho más dolor o sufrimiento del que se pudiera estimar. Muchos presos lograron sobrevivir a condiciones de trabajo infrahumanas en un estado de desnutrición avanzado. “Esta fue la lección que tuve que aprender en tres años transcurridos en Auschwitz y Dachau: *ceteris paribus*, los más aptos para sobrevivir en los campos de exterminio fueron aquellos que se hallaban orientados hacia el futuro, hacia una tarea o una persona que los aguardaba en el futuro, hacia un sentido que ellos habrían de cumplir en el futuro” (Frankl, 2020, p. 38). Según el criterio de Frankl, lo que más afecta a la persona es no tener una orientación esperanzadora hacia un ser querido, un proyecto futuro o un sentido por realizar que facilite perseverar y superar los tiempos aciagos. Si se contrastan ambos pensamientos, el de Han y el de Frankl, se puede observar que ambos asumen que el dolor y el sufrimiento son connaturales a la vida del ser humano y potenciadores de la realización de su ser. Frankl afirma que ambos pueden ser superados sin importar su intensidad toda vez que se les dote de sentido; Han por su parte, alerta que

actualmente el miedo generalizado a experimentarlos y la tendencia a evadirlos redundan en la pérdida de oportunidades de realización personal. Lo que nos lleva a asumir que la solución no está en la evasión, si no en formar a las personas para que comprendan que existe un proceso de duelo que conduce a la aceptación de aquello que ya aconteció y que es irremisible; y que, descubrir el sentido del dolor y sufrimiento enaltece a la persona por el efecto trascendente y de humanización que conllevan.

Con el fin de evitar el dolor, afirma Han, las personas viven en un estado de *anestesia permanente*. Según Frankl (1992), el problema generalizado en las sociedades occidentales es la carencia de objetivos, el aburrimiento, la falta de sentido y de propósitos. Para ser persona de manera integral y plena, prosigue, hay que lograr la autotranscendencia, ir más allá de sí mismo, y hace hincapié en que la esencia de la existencia humana se encuentra en su autotranscendencia. Los alcances negativos de esta cosmovisión trascienden y afectan los ámbitos de lo personal, familiar, social, político, económico y cultural. Esta idea nos lleva a plantear la pregunta: ¿La tendencia al alza en el uso de estupefacientes y el suicidio conlleva el propósito de evadir situaciones dolorosas y perderse en mundos paralelos que proporcionan la oportunidad de sumergirse en el océano del bienestar tan prometido por las sociedades de consumo?

En concreto, Han plantea como tesis central de su obra que la sociedad neoliberal del rendimiento, se caracteriza por su tendencia al hedonismo; por lo tanto, se percibe que el dolor carece de sentido y de utilidad. Frankl ya había advertido este peligro con anterioridad:

Consideremos la sociedad actual; gratifica y satisface virtualmente toda necesidad, excepto una: la necesidad de sentido. Incluso puede afirmarse que algunas necesidades son creadas por la propia sociedad de hoy día; más la necesidad de sentido permanece insatisfecha en medio de nuestra abundancia y a pesar de ella (Frankl, 2020, p. 25).

Analizando el fenómeno desde el punto de vista de social y económico, Han plantea que, con la finalidad de lograr la gratificación hedonista tan anhelada, la nueva fórmula de dominación que prevalece en este nuevo paradigma y que nos guía actualmente es: *sé feliz*, asumiendo que la felicidad se alcanza cuando se obtienen todos aquellos bienes que satisfacen las necesidades creadas por la sociedad de la abundancia. En contraposición, en épocas pasadas, la sociedad disciplinaria tenía una relación básicamente positiva con el dolor. Han entiende como *disciplina* aquellas acciones humanas que mantiene a la persona en contacto con el dolor. Desde esta perspectiva, el dolor juega un papel constructivo.

Además, Han considera que la persona no estima que su cuerpo pueda estar orientado hacia un fin superior, el cuerpo es más que nada un fin en sí mismo que desea mantenerse en las zonas del bienestar y del placer. “La vida es despojada de toda narrativa que le otorgue sentido. Ya no es lo *narrable*, sino lo *medible* y lo *numerable*” (Han, 2001, p. 31). En palabras de Frankl, esta situación se expresa como: “Pero el hombre de hoy está hastiado de lo espiritual y este hastío de lo espiritual constituye la esencia misma del nihilismo contemporáneo” (Frankl, 2018a, p. 285). Mounier, así mismo, ya había advertido que, en la actualidad la persona se ha minimizado: “<<Espíritu>> inflado de vacío, ligero y egoísta; <<razón>> orgullosa y perentoria, ciega al misterio de las existencias reales; juego exquisito y complicado de la <<inteligencia>>” (Mounier, 2002, p. 379) Como puede observarse, una vez más, se encuentra un paralelismo entre las cosmovisiones de Frankl, Mounier y Han, ellos coinciden en que el ámbito espiritual del ser humano está siendo menospreciado, como se ha comentado en páginas anteriores, el problema radica en que prevalecen conductas que llevan al *tener* en detrimento del *ser*.

Con relación al tema de la libertad, Han afirma que las estructuras del poder coaccionan la libertad humana desde el orden de la dominación: *sé feliz*, de manera que el individuo hereda una orientación hacia el desarrollo de una ininterrumpida capacidad de rendimiento, la cual tiene su origen en el sistema capitalista que impera en el mundo occidental con el fin de fomentar el consumo de las masas. Lo que está ocurriendo es que, hoy en día, el individuo se explota voluntariamente a sí mismo desde su interior y no es consciente de la pérdida de su libertad y de la sumisión al coto de poder. Tampoco hay lugar para el cuestionamiento crítico de la situación social. Como se expuso con anterioridad, de forma complementaria, Bauman (2017) describe lo que se entiende por *alcanzar la felicidad* en las sociedades de consumo, “(...) adquirir cosas que otras personas no tienen la oportunidad ni la perspectiva de adquirir. La felicidad requiere la *individualización*” (p.35). Lo que resulta, si se unen ambos pensamientos, es que la persona se presiona a sí misma y comanda sus acciones con el fin de producir recursos con lo que adquirir más bienes y así superar a los demás en una competencia individualista. La descripción del contexto al que hacen referencia los autores, habrá que contrastarlo más adelante cuando se aborde a los sujetos de estudio con relación a la cuestión de cómo es que influye el medio ambiente en cuanto a la tarea de buscar y construir el sentido de la vida.

“La permanente anestesia social impide el conocimiento y la reflexión y reprime la verdad” (Han, 2021, p. 25). La denominación *sé feliz* que propone Han tiene como propósito, en palabras de Bauman (2017) alcanzar una identidad de éxito reconocida y aplaudida en las sociedades de consumo, para tal fin obtener los medios económicos se convierte en una de las principales preocupaciones para garantizar una vida holgada y feliz.

¿Qué es lo que está ocurriendo en el ámbito social, desde la perspectiva de Han? En este ámbito se da una pérdida de solidaridad, existe una tendencia al crecimiento de individuos preocupados exclusivamente de sí mismos y de su felicidad. Ya afirmaba Mounier (2002) que el proceso de despersonalización de las sociedades de consumo ha gestado a una especie de individuo abstracto, que a fuerza de romper vínculos humanos que comprometen su independencia se ha convertido en un paseante solitario y libertario. Ambos coinciden en que se ha ido perdiendo la capacidad de establecer relaciones humanas solidarias, generosas que tengan como propósito la justicia social.

El sufrimiento se asume como resultado del propio fracaso, así se explica el creciente aumento de estados depresivos en nuestra sociedad. La persona al estar angustiada y afligida no puede más que ocuparse de sí misma, perdiendo el horizonte de los desajustes sociales. El sujeto narcisista ha quedado desfondado, el cansancio es el responsable. Han recuerda que, desde la óptica de Nietzsche, el dolor y la felicidad eran hermanos gemelos que debían crecer juntos; por lo tanto, quien no es receptivo al dolor también, al unísono, se está cerrando a la felicidad.

“Somos demasiado vitales para morir, y estamos demasiado muertos como para vivir” (Han, 2021, p. 32). Con relación a este pensamiento, se observa que Frankl (2018a, p. 285) ya había advertido que *la existencia acontece en el espíritu*, lo cual explica con claridad la ambivalente forma de ser de la persona. Si el espíritu está siendo relegado de la vida cotidiana, entonces, no es posible el desarrollo integral del individuo.

Ante el problema de la pandemia, Han toma postura y hace una crítica a la sociedad paliativa, argumentando que todas las fuerzas vitales se emplean para prolongar la vida. La algofobia se traduce en tanatofobia, la prolongación de la vida se constituye en el valor

supremo. De esta manera, la vida queda vacía de sentido; y, por lo tanto, se convierte en mera supervivencia, a la par, la muerte es también un sinsentido. La pandemia ha venido a recordarnos que somos seres mortales, que la ciencia no es tan autosuficiente como se pensaba.

El dolor carece de sentido, hemos perdido por completo el arte de padecer el dolor, afirma Han, como consecuencia del rechazo al dolor la vida es una vida cosificada. “Lo único que mantiene la vida con vida es “estar impresionado por lo otro”. De lo contrario se queda apresada en el *infierno de lo igual* (Han, 2002, p. 18). Si, por el contrario, el dolor tuviera sentido, entonces se daría una narrativa capaz de integrar la vida en un horizonte de significado, aduciendo que Walter Benjamin se pregunta qué pasaría si el enfermo continuara con la narrativa con la que comienza la consulta con el médico, quizás la enfermedad desaparecería. El ser humano está inmensamente solo y necesitado que otras personas lo escuchen, lo comprendan y sean solidarios ante su situación. El dolor es el que pone en marcha la narración, el que nos ayuda a reflexionar, el que nos ayuda a conocer nuestras dimensiones más profundas. Sin dolor no hay sentido existencial. Para Han, se está dando una paradoja: lo que duele más al ser humano es el sinsentido de la vida misma. Frankl, por su parte, hace esta misma propuesta de manera paralela y complementaria cuando postula los *valores de actitud*.

Evidentemente el dolor no se puede expulsar de la vida del ser humano. Reprimir el dolor solo equivale a potenciarlo. Para Han el dolor proviene de diversas formas de violencia, entre ellas están las represiones. Se debe estar consciente de que la violencia es también el exceso de positividad. El individuo está constantemente instándose a sí mismo a rendir ¿el resultado? la sobrecarga da sus frutos y sobreviene la depresión. Hoy en día, ya es una

epidemia global el autolesionarse, y esta conducta remite a una sociedad dominada por el narcisismo y el egocentrismo. La persona está sola, no está viviendo la experiencia sanadora del alivio que proviene de la cercanía con otro ser humano, de ser tocado, escuchado, acariciado e interpelado. “La progresiva pérdida de empatía apunta al profundo acontecimiento de que el *otro desaparece*. La sociedad paliativa elimina al otro como dolor. El dolor es cosificado y reducido a objeto. *El otro como objeto no duele*. (...) Hoy estamos fuertemente dominados y aturridos por el ego.” (Han, 2021, p. 79).

Otra de las ideas que aborda Han es que el dolor es la encarnación de una verdad, solo las verdades duelen, afirma. El dolor es vínculo. Nuestra sociedad ha cosificado el amor, lo ha degradado a objeto sexual con el afán de evitar el dolor. Bajo esta perspectiva, se da una pérdida de la capacidad de compromiso y entrega. El dolor tiene el poder de agudizar la percepción de sí mismo, perfila al Yo y da noticias de los propios límites. El ser humano está evitando a toda costa el sufrimiento, por lo que se vive en una irrealidad. Sin embargo, afirma Han, paradójicamente, el dolor es buscado de alguna manera o de otra, la prueba son los deportes extremos y las actividades de riesgo. Lo cual puede traducirse como una búsqueda de la certeza de la propia existencia.

La poética del dolor ha terminado y sin narrativa la vida puede terminar en demencia; el dolor inspira, la pasión por escribir es inconcebible sin el dolor, pues es este último el que estimula la imaginación. “El espíritu es dolor. Solo gracias al dolor el espíritu alcanza un nuevo conocimiento, una forma superior de saber y de conciencia” (Han, 2021, p. 61). El dolor es el encargado de la formación del espíritu, gracias a su negatividad, en la contradicción, el espíritu se transforma, alcanzando formas superiores.

Así también, el dolor es constitutivo del pensamiento. Inteligencia significa *escoger entre*; es decir, es una capacidad que nos permite discernir, pero que no es capaz de engendrar lo *totalmente distinto*. En eso se diferencia del *espíritu*. El dolor hace que el pensamiento sea más profundo. El dolor es lo único que transforma la inteligencia en espíritu. El autor hace alusión a Nietzsche una vez más, tomando la idea de que el dolor es el último liberador del espíritu y es este el que, incluso, nos lleva a una nueva valoración de todos los valores, a un cambio radical de perspectiva. A diferencia del placer, el dolor suscita procesos reflexivos. El dolor es vida, el dolor es valioso.

En síntesis, el marco teórico fue elaborado a la luz del Existencialismo, corriente filosófica que presenta como pregunta central: ¿cuál es el sentido de la existencia humana? De forma colateral plantea el tema de la libertad, la cual es considerada como un proceso en la toma de decisiones que tiene como propósito la construcción del proyecto de vida de cada individuo desde su muy particular forma de ser y de concebir al mundo. Dicho enfoque guarda una correspondencia intrínseca con la pregunta central de investigación de este estudio dado que éste pretende comprender cómo los sujetos de estudio construyen el sentido de sus existencias significando o resignificando sus vivencias en su día a día. De manera adyacente se plantean las preguntas: ¿cómo han resuelto sus crisis de sentido los psicólogos?, ¿de qué manera el *análisis existencial* de Viktor Frankl suscitó reflexiones profundas y acciones concretas en torno al sentido de sus vidas?, ¿cuáles y de qué manera los referentes sociales y culturales influyen en la construcción o pérdida del sentido de sus existencias? Y, finalmente, se pretende inferir si el *análisis existencial* de sus propias vidas propició algún cambio con relación a su labor de acompañamiento a los adolescentes de las secundarias en las que laboran.

### III.6 Análisis integrador del marco teórico

A continuación, se presenta la siguiente recopilación de las aportaciones de los autores revisados en el marco teórico, la cual tiene como objetivo rescatar las principales ideas que complementan el pensamiento de Viktor Frankl y que hacen más comprensibles los conceptos con base a los cuales se establecieron las categorías de análisis.

Jaspers (2020) aborda el problema existencial que tiene el ser humano al pretender evadir el hecho de la muerte y que por esta causa prefiere avocarse a la realización de los valores vitales. Las situaciones límite son las que propician la toma de conciencia, lo cual es una elección personal que tiene dos alternativas o se cae en el nihilismo o se percibe lo que es verdaderamente valioso dado que conduce a la trascendencia (Dios). La libertad cobra un sentido profundo cuando la persona decide convertirse en sí misma, es decir, cuando consciente y responsablemente se avoca a construir su proyecto de vida a la luz de la existencia de Dios. Sin embargo, la persona ha de cumplir con la tarea de descubrir por sí misma la existencia de Dios y hacia dónde debe orientar su libertad, lo cual se logra solamente por medio de la introspección.

Mounier (2002) afirma que a partir del proceso de industrialización el perfil de la persona se ha ido definiendo con base a los valores de la burguesía, lo que implica una actitud fundamentalmente *individualista*; además, el individuo tiende a moverse más entre utilizables, despojadas de su misterio. El espíritu ha sido cercenado de la esencia de la persona, los valores predominantes apuntan hacia el placer, la vanidad y el poder; en concreto se ha cambiado el *ser* por el *tener*. Desde esta óptica la persona es ciega ante el

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

misterio de otras existencias que solo pueden ser percibidas por el espíritu. El sentido de la vida a la luz de este panorama es prácticamente imposible de lograr porque la persona queda convertida en un sistema cerrado en el que la trascendencia queda anulada. El resultado es que el individuo es ciego y sordo al sufrimiento de los demás; por lo tanto, no ejerce su voluntad para realizar acciones concretas que solucionen problemas sociales, la vida comunitaria queda así dislocada. La desarticulación de la comunidad se debe a que la persona no ha llegado a comprender su esencia espíritu-corpórea, y como consecuencia, su inminente vocación al amor. Al respecto, Frankl (2003b) afirma que el fundamento de la felicidad humana está en función de la búsqueda de sentido y del encuentro con otra persona en forma de un *tú*. Desde la perspectiva de ambos autores los caminos que conducen al sentido, la trascendencia en el amor y la posibilidad de lograr una felicidad plena han sido truncados. El antídoto a esta situación se da cuando la persona descubre su verdadera vocación a la trascendencia y decide responder libremente con la congruencia de sus acciones a este sistema de valores estableciendo un profundo compromiso a favor de sí mismo y de los demás; entonces, es cuando la persona descubre el profundo sentido de su vida y se encuentra en posición de construirlo. Cabe subrayar que la libertad y la trascendencia son dos realidades que confluyen para la realización de la vocación esencial del ser humano, la cual constituye la esencia de la dignidad humana.

Viktor Frankl como médico y psiquiatra encara a la persona doliente. Como se ha podido apreciar para él fue muy importante elaborar una propuesta antropológica y ontológica de la persona para así proponer que lo que fundamentalmente mueve su voluntad es la necesidad radical de encontrar el sentido de su existencia. El ser humano queda definido por Frankl (1992) como el ser que en esencia es un espíritu-corpóreo y que

ontológicamente se conforma por las dimensiones biológica, somática y espiritual. Como resultado de esta manera de ser (1992, 1994, 2010), la persona goza de grandes prerrogativas como son: la conciencia, la libertad y la responsabilidad, las cuales hunden sus raíces en la espiritualidad. La búsqueda y la construcción del sentido de la existencia se logran a través de tres vías: los valores de creación, vivencia y actitud. Cuando la persona equivoca sus pasos con relación al encuentro con el sentido de su vida, corre el peligro de padecer un vacío existencial (1994, 2003a, 2010) que si se convierte en patógeno es llamado neurosis noógena y puede permanecer larvada en el interior del individuo (2003c). El contexto es un elemento fundamental para que a la persona se le facilite o se le complique la realización del sentido, al respecto, Frankl señala que el entorno favorece una actitud individualista y materialista que fragmenta la posibilidad de la realización personal a través del amor, el cual lo entiende como un acto humano espiritual que permite captar al otro en su esencia más íntima (2003c). La naturaleza de la libertad humana en el pensamiento de Frankl se distingue por ser una libertad que crea vínculos con otras personas y con el mundo. Una de las aportaciones más valiosas y originales de Frankl al tema del sentido de la vida (2004, 2010) y que creemos necesario resaltar es que la vida es la que increpa y cuestiona a la persona sobre el sentido de la existencia con la finalidad de que esta actúe responsablemente atendiendo a sus deberes y dotándolos de sentido. Frankl (2010, 2018a) propone que una vez que la persona logra ser consciente y responsable de sus capacidades, de su identidad, de su proyecto de vida y de su capacidad para trascender está facultada para desarrollarse a plenitud a pesar de las circunstancias adversas que la vida le presente, situándose a cada momento en el área del sentido.

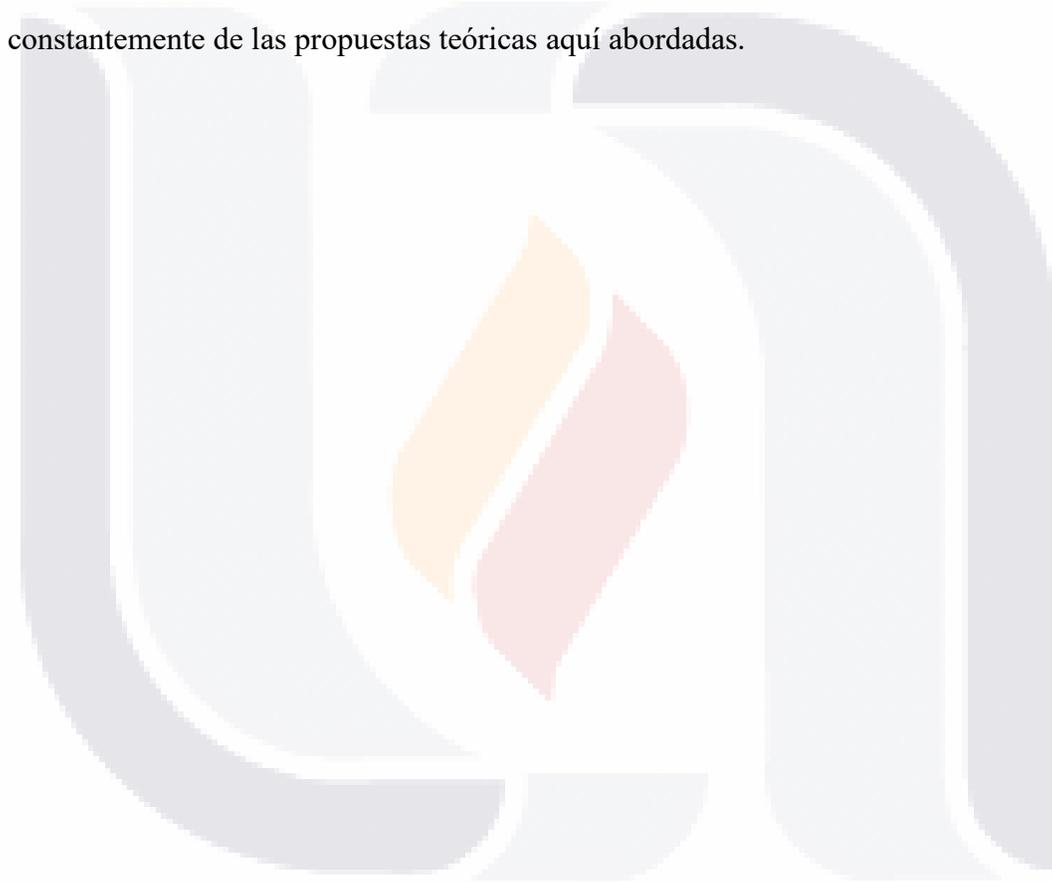
TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

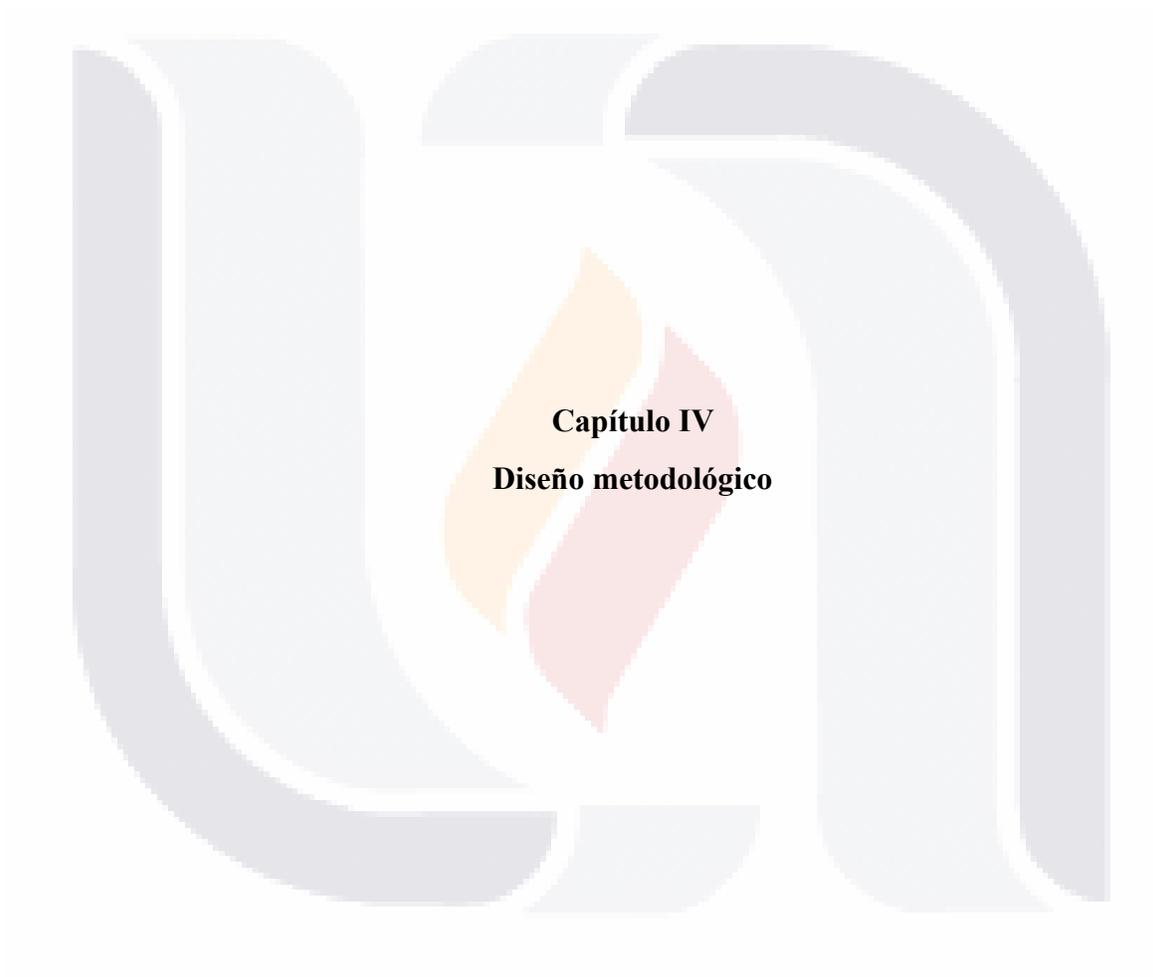
Bauman (2020a) advierte de los peligros que existen en las sociedades de consumo en cuanto a que los individuos anhelan poseer más y más bienes con el fin de superar a los demás y recibir su reconocimiento. Uno de los grandes peligros es que el individuo mismo coarta su libertad al aceptar los patrones impuestos desde el exterior como ideal de vida, se trata de *huir de uno mismo y adquirir un yo hecho a la medida* (2017, p. 25). En este punto se observa que la libertad que propone Frankl ha de dirigirse mediante la toma de decisiones a la construcción del propio proyecto de vida y a la construcción del sentido existencial, por lo que se puede apreciar que la libertad al quedar coartada clausura las grandes prerrogativas humanas. En lo que se relaciona con los valores de creación, los cuales hacen referencia al trabajo se reflexionó sobre el análisis que realiza Bauman (2020a), al respecto, nos señala el sociólogo que el trabajo en la sociedad líquida ha sido estigmatizado con la idea *hacia adelante*, con lo que se encontró un paralelismo con Han en cuanto a la propuesta que esconde el término *sé feliz*; ambos son mensajes que inducen a la persona a exigirse constantemente el ser productiva, sin descanso y sin pausa. Bajo este esquema el progreso se ha convertido en el ideal de vida, es el credo que direcciona al imaginario colectivo y su escala de valores; así, la persona se convierte básicamente en un ser que produce y que consume.

El propósito de haber incluido a Byung-Chul Han en el marco teórico fue el de problematizar la hermenéutica que hace de la cultura occidental con referencia al dolor. Fundamentalmente, él apunta a que se está dando una concepción del dolor en un sentido negativo, lo cual da como resultado la enajenación del ser humano en cuanto a la realización de los valores de actitud. En este apartado ya se abordó la manera en la que Frankl concibe las posibilidades de realización que aportan el dolor y el sufrimiento para

la plena realización de la persona en su tarea de lograr el encuentro del sentido y la trascendencia a través del amor.

El anterior análisis que comprende a lo largo del capítulo las reflexiones de filósofos, médico y sociólogo contribuyó en gran medida en el propósito de comprender con mayor claridad el fenómeno en cuestión y preparó el camino para las siguientes etapas del estudio, en las cuales, el abordaje pasará a tener un carácter empírico, que irá de la mano constantemente de las propuestas teóricas aquí abordadas.





**Capítulo IV**  
**Diseño metodológico**

#### IV.1 Tipo de diseño

El tipo de diseño metodológico de esta tesis se enmarca dentro de un paradigma mixto, aunque se profundiza en su aspecto cualitativo. La pregunta central de investigación cuestiona el modo en el que se da el proceso de construcción del sentido de la existencia con sus propias dinámicas, los significados que los sujetos de estudio atribuyen al sentido de sus vidas y los procesos reflexivos, todo ello con la intención de lograr comprender e interpretar desde la subjetividad, el proceder de las personas desde sus experiencias y su contexto. “La investigación cualitativa pretende acercarse al mundo que está <<ahí fuera>> (no en entornos de investigación especializada como los laboratorios) y entender, describir, interpretar y algunas veces explicar fenómenos sociales <<desde el interior>> de varias maneras diferentes” (Flick, 2015, p. 12). En el caso de esta indagación, y según el planteamiento de Flick (2015), el estudio se acoge a la modalidad en la que se analiza las experiencias de los individuos, al relacionar la experiencia de construcción del sentido con la historia biográfica del individuo.

El objeto de estudio corresponde a uno de los ámbitos más profundos y personales del ser humano; incluso, se puede decir que dicho ámbito emana del misterio que subyace en lo más recóndito del ser personal. La pregunta por el sentido de la vida es una pregunta existencial, la cual es dinámica al igual que lo es el ser de la persona, la respuesta a esta pregunta nunca será la misma, conforme pasa el tiempo, la perspectiva sobre el sentido irá cambiando en función del contexto y de los acontecimientos que se presentan a una persona única e irrepetible. La respuesta al sentido es, por lo tanto, subjetiva.

En la investigación cualitativa se cuenta con distintos enfoques, según los objetivos que las distintas disciplinas persigan; en términos generales, un objetivo común es comprender

“cómo las personas construyen el mundo a su alrededor, lo que hacen o lo que les sucede en términos que sean significativos y que ofrezcan una comprensión llena de riqueza” (Flick, 2015, p. 13).

Denzin y Lincoln presentan la siguiente definición genérica:

La investigación cualitativa es una actividad situada que localiza al observador en el mundo. Consiste en un conjunto de prácticas materiales interpretativas que hacen visible el mundo. Estas prácticas transforman el mundo. Lo convierten en una serie de representaciones, incluidas notas de campo, entrevistas conversaciones, fotografías, grabaciones y memorandos personales. En este nivel, la investigación cualitativa implica un enfoque interpretativo, naturalista del mundo. Eso significa que los investigadores cualitativos estudian las cosas en su entorno natural intentando dar sentido a los fenómenos o interpretarlos desde el punto de vista de los significados que les dan las personas (Denzin y Lincoln, 2005, p. 3).

Las principales prácticas interpretativas que estructuran la parte de la indagación empírica son: en un primer acercamiento, una narrativa autoetnográfica. “La autoetnografía es un acercamiento a la investigación y a la escritura, que busca describir y analizar sistemáticamente la experiencia personal para entender la experiencia cultural” (Bénard, 2019, p.18). Consecuentemente, la autoetnografía es una de las perspectivas que reconocen y dan lugar a la subjetividad, a lo emocional y a la influencia del investigador en la investigación, en lugar de esconder estas cuestiones o asumir que no existen.

En el caso del presente estudio también se incluye la narrativa que resultó de mi propia experiencia al vivir la pérdida de sentido existencial de mi mamá y cómo, a partir del acompañamiento a su persona y el estudio de la teoría del Dr. Viktor Frankl, yo logré cuestionarme y construir mi propio sentido de vida.

La narrativa autoetnográfica, que se ha presentado aquí también como marco de referencia, da cabida a la idea de que los Estudios Culturales “(...) transitan hacia la comprensión de que un sujeto asume su propia subjetividad para ser capaz de estudiar la ajena.” (Rosaldo, 1989, citado por Patiño y Padilla, 2011, pp. 165-166) “Esto no significa dejar de lado la realidad material e inmaterial configurada en estructuras e instituciones, sino entenderlas como parte intrínseca de cómo se viven y se configuran desde la subjetividad de los individuos.” (Patiño y Padilla, 2011, pp.165-166) En el caso de este estudio no solamente el investigador asume y hace explícito el paradigma desde el cual se enfoca el estudio, sino que se incluye el proceso de aprendizaje del tema central de la tesis que es la construcción del sentido existencial. Comprender cómo los psicólogos construyen sus propios entramados se facilitó gracias a la experiencia personal, dado que los referentes y las dinámicas ya se encontraban presentes en mí a nivel consciente.

El carácter reflexivo de la investigación en las ciencias sociales consiste en asumir que el investigador es parte del mundo social que se estudia. El fenómeno al que dirige la mirada la investigación es un fenómeno de carácter existencial y como tal tiene su propia dinámica dentro del investigador. “No podemos evitar el confiar en el conocimiento del <<sentido común>> ni eludir nuestros efectos sobre los fenómenos sociales que estudiamos” (Hammersley y Atkinson, 1994, p. 12). Por lo tanto, se propone que el proceso de aprendizaje y la manera en la que el investigador construye su propio sentido de vida se justifica como parte medular de la investigación.

Acorde a estas directrices, afirma Yolanda Padilla (2019): “En las ciencias sociales, desde hace ya unas décadas, se ha dado cabida a la subjetividad y a la reflexividad, dos nociones que en el paradigma positivista anterior no tenían lugar” (p. 11).

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

Los Estudios Culturales también han intervenido en este proceso de cambio, a éstos debemos, entre otras innovaciones, un posicionamiento crítico ante las ciencias sociales. Los “grandes relatos” se han ido sustituyendo por narrativas que significan la vida. Las metodologías cualitativas se han estado posicionando en el mundo de las humanidades y de las ciencias sociales con la finalidad de generar conocimiento con una resonancia más humana, las voces que emanan desde lo más hondo del ser; es decir, desde la subjetividad, otrora desdeñada por el anhelo de objetividad que perseguía el cientificismo. Esto no significa que exista un posicionamiento de oposición a las metodologías cuantitativas, sino de complementariedad y de elección según los objetos de estudio en cuestión, entre otros factores. De hecho, en esta investigación se aplicó una evaluación y un cuestionario cuyos datos fueron usados para incursionar en las entrevistas a profundidad, tal como se explicará más adelante.

En la segunda parte de este estudio se pretende comprender cómo se da la dinámica de construcción del sentido en el equipo de psicólogos que laboran el programa “Juntos por la Vida”; es decir, se suma la mirada de ellos desde la subjetividad.

Flick (2015) propone que dentro del paradigma de la investigación cualitativa existen tres perspectivas de investigación. El presente estudio se anida en el *enfoque de puntos de vista subjetivos*, el cual tiene como posición teórica o marco interpretativo la fenomenología, dado que es fundamental el logro de la comprensión de la manera en la que los sujetos perciben y viven la experiencia de la construcción del sentido de vida. En este caso, “la función del investigador consiste en recoger los datos de las personas que han experimentado un determinado fenómeno y luego en desarrollar una descripción compuesta de la esencia de la experiencia para todos los individuos. Esta descripción

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

consiste en <<qué>> experimentaron y <<cómo>> lo experimentaron” (Moustakas, 1994, citado por Creswell, 2013, p. 76). Con relación a los métodos de acogidas de datos se usan las entrevistas a profundidad. Los métodos de interpretación utilizan el análisis narrativo y el análisis de contenido.

Con el fin de lograr los objetivos se utilizaron distintas técnicas de recolección de la información que ayudaron a captar con mayor claridad el objeto de estudio. Se realizaron entrevistas a la coordinadora del programa “Juntos por la Vida” y a los supervisores de cada una de las cuatro zonas en las que fueron clasificadas dentro del territorio del estado de Aguascalientes para este proyecto. El propósito era aprehender los alcances de dicho programa; es decir, lograr una contextualización de las zonas en donde realizan su trabajo, dado que los psicólogos dedican gran parte del tiempo de su día a esta labor profesional.

En el trabajo de campo dirigido a los ochenta y dos psicólogos, se utilizaron tres instrumentos: 1) Las evaluaciones que los psicólogos hicieron de cada sesión del curso-taller “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl” con el propósito de conocer los aprendizajes más significativos que los participantes habían adquirido de la sesión.<sup>17</sup> 2) Cuestionario aplicado a los ochenta y dos psicólogos. El propósito del curso no pretende ser un parteaguas en la vida de los sujetos de estudio, pero sí suscitar reflexiones profundas con la finalidad de que ellos eleven a nivel consciente la pregunta por el sentido de la existencia. El cuestionario se divide en tres partes: la primera pregunta sobre el tiempo que se lleva laborando en el programa “Juntos por la Vida”; cuál es el principal objetivo del programa

---

<sup>17</sup> Este instrumento también evalúa la parte didáctica del curso, pero por no corresponder al objetivo del estudio no se presentan.

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

desde su punto de vista y sobre los principales problemas que aquejan a la secundaria en la cual prestan sus servicios. A continuación, se les interrogó si el curso les llevó a la reflexión sobre el sentido de la vida y si aportó conocimientos significativos para ser aplicados en su vida personal y profesional.

En la segunda parte del cuestionario, utilizando la escala de Likert con cinco opciones de respuesta, se pretende conocer la perspectiva que el sujeto de estudio tiene con relación a las categorías de análisis planteadas en el presente estudio. Al respecto, se considera que las personas pasan por un proceso mediante el cual se parte del conocimiento de conceptos básicos, atravesando por distintos niveles hasta lograr un aprendizaje integral con el objetivo de que el sujeto sea competente, es decir, que los conocimientos y experiencias tengan una relación causal con la capacidad de resolver sus problemas personales y/ o los de su comunidad. En concreto, se comprende la asimilación de conceptos (saber), capacidades (saber hacer), actitudes y valores (saber ser).

La tercera parte, también con el mismo esquema de la escala de Likert, se aborda la pregunta que pretende visibilizar, si, desde el punto de vista los psicólogos otros actores, como son los estudiantes, padres de familia y profesores suelen estar dentro del área del vacío existencial. La perspectiva del psicólogo es subjetiva, no se pretende lograr una evaluación terapéutica, sino observar si son capaces de utilizar las categorías de análisis como referentes del análisis existencial.

Se incluyó la prueba “Purpose in Life Test” o “Prueba de Orientación al Sentido”, la cual es una prueba proyectiva elaborada por J. Crumbaugh & L. Maholick, cuyo objetivo es medir el nivel de orientación hacia el sentido que tiene el sujeto en el momento en el que contesta la prueba. La prueba fue elaborada como instrumento de medición que sirvió de

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

apoyo en distintas indagaciones realizadas por logoterapeutas que seguían la labor emprendida por el Dr. Frankl. Ellos hicieron una gran diversidad de estudios empíricos con el fin de verificar que lo expuesto en la teoría de la búsqueda del sentido realmente sucediera como fenómeno humano. La prueba tiene una validez probada y es una prueba confiable; por lo tanto, ha demostrado su valor científico a lo largo de los años. La prueba consta de tres partes, en el presente estudio solo se utilizó la parte A, ya que las dos siguientes son utilizadas por los logoterapeutas con fines terapéuticos.

El objetivo de la primera parte de la prueba es medir la voluntad de sentido. Se considera que la primera sección aporta datos desde un enfoque cuantitativo y se justifica con el fin de presentar datos estadísticos y tendencias medibles; además, desde un enfoque cualitativo aporta la comprensión de un perfil más profundo del individuo con relación a su postura con relación al sentido de su vida, permitiendo ampliar por medio de las entrevistas a profundidad los significados que el sujeto de estudio da a sus respuestas. La prueba está diseñada en una escala de Likert y consta de 20 reactivos, los cuales fueron distribuidos de acuerdo a cinco factores que sirven como base para su posterior análisis: I. Percepción del sentido de la propia vida (ítems: 1,2,3,4,6,7 y 8); II. Experiencia de sentido de la propia vida (ítems: 5,9,10,11,13); III. Libertad, suicidio, dolor (ítems: 14,16 y 19); IV. Percepción de control sobre la propia vida (ítems 12 y 18); V. Preparación para la muerte (ítem: 15). Para cada una de las preguntas la persona puede elegir una opción de siete que se presentan, tratando de que la elegida sea la que más se apegue a su forma de ser. El resultado obtenido puede sumar un mínimo de 20 puntos hasta un máximo de 140 puntos. Cuando la puntuación alcanzada oscila en un rango de 0 a 92 puntos se considera que la persona tiene una *baja orientación al sentido*, en un rango de 93 a 112 puntos se encuentra en una zona

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

en la que presenta *incertidumbre con relación al sentido* y en un rango de 113 a 140 puntos se tienen *un sentido y propósitos claros en la vida*.

En la etapa final de la indagación se procedió a realizar una serie de entrevistas a profundidad. El objetivo fue comprender cómo el psicólogo ha vivido desde su interior la dinámica de construcción del sentido de su existencia. Resulta común que los seres humanos vivan este proceso prácticamente de forma inconsciente. Viktor Frankl asevera que cuando acontece un evento trágico o dramático inminentemente se hace presente la pregunta por el sentido. ¿Qué sentido tiene mi vida? Y la búsqueda trae como consecuencia las respuestas. El afán por encontrar estas respuestas, asegura Frankl, es un requisito fundacional para la construcción del sentido existencial. Adelantarse a los eventos difíciles y elevar a la conciencia el cuestionamiento sobre el sentido como práctica cotidiana es uno de los factores clave para avanzar en la misión de la construcción del sentido.

Una vez que el sujeto eleva a la conciencia el cuestionamiento por el sentido es cuando se encuentra en posición de reflexionar, decidir y emprender su propia ruta hacia el sentido; es decir, en este proceso es cuando se hace uso de la libertad para decidir y hacerse responsable de su propio proyecto de vida orientado hacia el sentido.

Las categorías de análisis elegidas corresponden al planteamiento de la visión antropológica y ontológica que sustenta Frankl, en aras de cimentar la logoterapia desde un plano existencial. El método de análisis que se utilizó fue el de la fenomenología interpretativa.

Los participantes fueron elegidos con base a un muestreo intencional, que se encuentra dentro de la clasificación que hace Paton (2002) en el cual se seleccionan *casos sensibles*,

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

con la finalidad de ilustrar de manera eficaz los procesos de la construcción del sentido. Esto significa que se está dando prioridad a aquellas personas que manifestaron su deseo por comprender el tema más a fondo, conocer con mayor profundidad sus propios procesos, y relacionar su propia experiencia con la teoría.

El muestreo en la investigación cualitativa no se guía en la mayoría de los casos por una selección formal (por ej. Aleatoria) de una parte de la población existente o supuesta. Por el contrario, se concibe como una manera de establecer una colección de casos, materiales o acontecimientos seleccionados deliberadamente para construir un corpus de ejemplos empíricos con el fin de estudiar de la manera más instructiva el fenómeno de interés (Flick, 2005, p. 50).

Las narrativas que surjan como producto de las entrevistas cumplen la función de hacer posible la escucha de diversas voces y la interpretación de la manera particular en que cada individuo se plantea la problemática sobre el sentido de sus existencias y la construcción del sentido mismo. Frankl (2010) propone que la persona debe enfocar su propia existencia como algo problemático y experimentar en sí mismo todo el carácter cuestionable del ser. Consideramos de gran importancia esta etapa de la investigación ya que implica un contacto íntimo con el sujeto de estudio. Es importante declarar que se reconoce la importancia de que las narrativas que de estas entrevistas surjan requieren un trato delicado y ético en todo momento.

#### **IV.2 Sujetos de estudio y su contexto**

Los sujetos de estudio es un grupo conformado por ochenta y dos psicólogos que colaboran con el DIF estatal de Aguascalientes en el programa “Juntos por la Vida”. La población

está compuesta por hombre y mujeres, el promedio global de las cuatro zonas, nos muestra que las mujeres representan el 84% y los hombres el 16% de la población.

Los requisitos para su contratación es que ellos sean egresados de la carrera profesional de la licenciatura en psicología, por lo tanto, todos tienen este nivel mínimo de estudios. Algunos de ellos están cursando una Maestría y otros ya la tienen terminada.

Con la finalidad de visualizar el contexto en el que el grupo de psicólogos desempeñan su trabajo profesional, se realizaron entrevistas a la coordinadora de las cuatro zonas y a los supervisores de cada una de ellas. La razón por la cual se considera pertinente conocer el contexto es que se encontró que sus vidas están muy influenciadas por la labor que desempeñan con los adolescentes; es decir, las diversas problemáticas que tratan en sus terapias dejan una profunda huella en sus estados anímicos.

La entrevista que sostuvimos con la coordinadora nos confirmó que el programa “Juntos por la Vida” nace en el año 2017 y que se ubica dentro de la Dirección de Desarrollo Familiar y Atención al Adulto Mayor del DIF estatal. El proyecto forma parte de un convenio de colaboración con el Instituto de Educación de Aguascalientes. La labor de los supervisores(as) consiste en lograr que se cumplan los objetivos del programa, evaluando los avances y presentando informes de los principales problemas que se presentan dentro de su área de responsabilidad.

A la pregunta, ¿cuál es el objetivo del programa “Juntos por la Vida”? la coordinadora respondió que los psicólogos deben favorecer las habilidades socioemocionales de los adolescentes. Las intervenciones, usualmente, se dan a través de terapias individuales o grupales en las cuales se atiende al paciente atendiendo todas sus dimensiones y se

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

solidifiquen los valores. Aunque ya se atiende también a profesores y padres de familia, se pretende que el alcance sea cada vez mayor.

Ella considera que la zona del oriente es la más vulnerable y conflictiva, aunque debe tomarse en cuenta que las cuatro zonas presentan sus propios conflictos. Nos comenta que la depresión y la ansiedad son problemas que acompañan a la mayoría de los habitantes de esta zona, por lo que de esos estados anímicos nace la tendencia al abuso sexual, violencia intrafamiliar y otros tipos de violencia, que, a su vez, los adolescentes ejercen en contra de sí mismos, incluyendo el suicidio y el homicidio.

Los grandes temas relacionados con los adolescentes incluyen el desarrollo de su identidad, su integración a la sociedad, problemas de autoestima y manejo de emociones; por lo tanto, el equipo de psicólogos se ha ido especializando en estos tópicos. A la pregunta de si se atiende la problemática del sentido existencial, ella contestó: “la primera vez que se está atendido esta cuestión es justamente con el curso “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl”.

Ella considera que entre los principales logros del programa “Juntos por la Vida” se puede afirmar que “se ha construido una especie de muro de contención para que los suicidios disminuyan en el estado de Aguascalientes”. Y agrega: “el equipo de psicólogos está ya capacitado para activar los protocolos que previenen el suicidio. Además, “el segundo logro es que el alcance que tiene el proyecto actualmente abarca ya a todo el estado. Nos hace falta un psiquiatra al que se le canalicen los casos que sobrepasan las funciones de los psicólogos.”

Las entrevistas hechas a los supervisores de zona, por otra parte, se realizaron de manera individual y se enmarcaron a la luz de tres preguntas, cuyas respuestas habían de ser

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

mencionadas en orden de importancia: ¿cuáles son los principales problemas de los alumnos en tu zona?, ¿cuáles son los principales logros del programa “Juntos por la Vida”? y ¿cuáles son las necesidades prioritarias y apremiantes que tu zona requiere para seguir alcanzado los objetivos propuestos por el programa?

Los supervisores de zonas<sup>18</sup> consideran que, los principales problemas a los que se enfrentan los alumnos, atendidos por los psicólogos que colaboran en el proyecto, son: 1) que los adolescentes constantemente sufren los estragos de la violencia familiar debido a que los padres no tienen empleo y, por ende, la problemática económica los acosa y su carácter se torna irascible. Los padres en estos casos tienden a desahogarse ejerciendo violencia en contra de su cónyuge o de los hijos. Además, se suma el *bullying* que ejercen los grupos sociales a los que ellos pertenecen, ya sea dentro del centro escolar o fuera del mismo. 2) El abuso sexual que sufren los adolescentes por parte de familiares o personas cercanas a la familia y, en algunos casos, por otras personas ajenas al entorno familiar. 3) El abandono por parte de los progenitores dado que emigran a otros lugares o porque el trabajo los absorbe al grado que no encuentran ni el tiempo ni las fuerzas para atender a sus hijos; o bien, por causa de la separación de los cónyuges; por lo tanto, los adolescentes padecen de una sensación de soledad por falta de acompañamiento y comprensión que les proporcione cobijo, protección y seguridad. 4) Los adolescentes se desenvuelven en contextos que no favorecen su desarrollo integral, por ejemplo, se observa la influencia de parientes y amigos que les dan malos ejemplos, incluso la influencia negativa más grave es la que ejercen sus propios padres, como es la violencia, el alcoholismo, etc. 5) Ellos son

---

<sup>18</sup> Se presenta una síntesis de los resultados de esta entrevista, dado que, los cuatro supervisores tienen una perspectiva muy similar.

víctimas del bombardeo de información que proviene de las distintas redes sociales, las cuales proponen que la felicidad y la realización personal están en función del éxito económico con el disfrute de los bienes materiales que este conlleva. 6) Se tienen fácil acceso a sustancias nocivas como drogas, alcohol y otro tipo de estupefaciente. No pocos padres de familia tienen estos hábitos, por lo que los adolescentes siguen su ejemplo. Las personas que pueden ejercer liderazgos negativos, aparte de los padres, se encuentran a su alrededor, sobre todo aquellos que les interesa inducirlos al consumo de drogas con el fin de que se hagan adictos y luego, vendan drogas o roban para calmar su vicio. 7) Problemas psicóticos agudos, en los que se hacen manifiestos síntomas como alucinaciones visuales y/o auditivas, casos de ansiedad y depresión con intentos suicidas y autolesiones principalmente el *cutting*.

En cuanto a la pregunta sobre los principales logros del programa, los supervisores mencionaron que gracias al proyecto se han salvado muchas vidas, debido a la intervención oportuna de los psicólogos y, además, por medio de la orientación que les fue dada a los padres de familia, dado que ellos hicieron uso de las herramientas que se les brindaron en los talleres ofrecidos a través de las escuelas. Otro factor importante es que se les dio acompañamiento a los docentes que tenían tabúes en contra de las intervenciones psicológicas. Cuando se inició el proyecto, los mismos docentes oponían muchos obstáculos a la intervención del equipo de psicólogos. En la actualidad, ellos representan un firme apoyo para la labor de los psicólogos.

Con respecto a las necesidades más urgentes para que el proyecto siga dando frutos, son:

- 1) Contratación de más psicólogos para que se cubran los requerimientos de este servicio en otras escuelas que lo están solicitando.
- 2) Contratación de al menos dos paidopsiquiatras

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

para que atiendan los casos especiales que así lo requieran. 3) Contratación de un médico general que preste atención a las lesiones autoinfringidas por los adolescentes o por terceras personas. 4) Contratación de un abogado que preste asesoría y acompañamiento en los casos de abusos sexuales, violencia intrafamiliar, los casos en los que los padres no cumplen con sus responsabilidades y dejan en el abandono a sus hijos. 5) Extender el proyecto a los bachilleratos que están solicitando estos servicios.

Por todo lo antes dicho, los psicólogos son muy importantes en el cumplimiento de objetivos en cuanto a la formación humana y la estabilidad emocional de los adolescentes con la finalidad de que se logre la reinserción al tejido social del estado. El avance en materia de educación está en función directa con su estabilidad personal, el sano desarrollo de su identidad y su autoestima por lo que es evidente que la intervención del equipo de psicólogos es sumamente importante para el logro de estos objetivos. En este estudio se ha considerado que la estabilidad de los psicólogos en todas las dimensiones de la persona resulta de vital importancia porque, como se ha mencionado con anterioridad, ellos sufren en carne propia por los graves problemas que aquejan a los adolescentes. Desde la perspectiva teórica que se ha planteado en el anterior capítulo resulta que la búsqueda y la construcción del sentido de la existencia de forma consciente, constante y asertiva tiene un enorme potencial para que los psicólogos logren una personalidad fuerte, propósitos claros en sus vidas, capacidad para resignificar los acontecimientos dolorosos; y, sobre todo, su acrecentar su capacidad de orientar a los adolescentes en las circunstancias tan adversas que por las condiciones sociales y económicas les ha tocado vivir. De aquí que esta investigación los tenga como sujetos de estudio clave, ya que representan un efecto multiplicador muy esperanzador para los adolescentes y sus familias.

### **IV.3 Instrumentos de obtención de la información**

Con el fin de obtener la información que condujo a los resultados aquí expuestos y a su posterior análisis e interpretación, en la presente investigación se construyeron categorías de análisis y se elaboraron instrumentos para la obtención de la información. A continuación se presentan cinco herramientas usadas en el estudio: Primero, un esquema de categorías clave para analizar e interpretar la narrativa autoetnográfica que se expuso a manera de Marco de Referencia y que tiene una estrecha conexión con el resto de la información; luego, se presenta un cuestionario en el que los psicólogos exponen los conocimientos más significativos del curso “El sentido de la vida en Viktor Frankl”; en tercer lugar, se presenta un cuestionario sobre el mismo curso; otro instrumento aplicado, el cuarto, es la Prueba sobre el Propósito de la Existencia PIL; finalmente, el quinto instrumento es la guía de entrevistas a profundidad. En este caso, se exponen las categorías que se retomaron del marco teórico y que, luego, se usaron para el análisis de la información obtenida.

#### **IV.3.1 Interpretación de la narrativa autoetnográfica**

<b>Categoría 1 SENTIDO DE VIDA</b>
<b>Categoría 2 VACÍO EXISTENCIAL</b>

<b>Categoría 3</b> <b>VALORES DE CREACIÓN</b>
<b>Categoría 4</b> <b>VALORES DE VIVENCIA</b>
<b>Categoría 6</b> <b>ESPIRITUALIDAD</b>
<b>Categoría 7</b> <b>LIBERTAD</b>
<b>Categoría 8</b> <b>RESPONSABILIDAD</b>

**IV.3.2 Conocimientos significativos del curso “El sentido de la vida en Viktor Frankl”**

Sesión: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

<b>Menciona los dos aprendizajes más significativos para ti en esta sesión:</b>	
1.	
2.	
<b>Recomendaciones:</b>	

### IV.3.3 Cuestionario sobre el curso “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl”

Zona: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Este cuestionario es parte de una investigación doctoral acerca de la construcción del sentido existencial. La participación es anónima, por favor contesta a las preguntas que se te hacen a continuación de manera honesta, apegándote a tu experiencia personal.

1. ¿Cuánto tiempo tienes trabajando para el proyecto “Juntos por la Vida”?

\_\_\_\_\_ años \_\_\_\_\_ meses

2. Con tus propias palabras ¿Cómo describirías el objetivo general de este proyecto?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

3. En orden de importancia ¿cuáles son los tres principales problemas que afectan a los adolescentes de la escuela en donde prestas tus servicios?

- 1) \_\_\_\_\_  
2) \_\_\_\_\_  
3) \_\_\_\_\_

4. El curso “El Sentido de la Existencia en Viktor Frankl” ¿te ayudó para reflexionar sobre el tema del sentido de la vida en tu vida personal?

( ) SÍ ( ) NO

5. ¿El curso te aportó conocimientos significativos para ser aplicados en tu vida personal?

( ) SÍ ( ) NO

En caso de que tu respuesta sea afirmativa, ¿cuál fue el más importante?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

6. ¿El curso te aportó conocimientos significativos para ser aplicados en tu labor con los estudiantes de la secundaria en donde prestas tus servicios?

( ) SÍ ( ) NO

En caso de que tu respuesta sea afirmativa, ¿cuál fue el más importante?

\_\_\_\_\_.

Preguntas relacionadas con conceptos de la logoterapia y el análisis existencial.	Totalmente de acuerdo	Bastante de acuerdo	Neutral	Bastante en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
7. En la medida en que la persona se ocupa de buscar y reflexionar sobre el sentido de cada una de las acciones que realiza, le da la oportunidad de lograr una mayor estabilidad emocional.					
8. El ambiente cultural en el que nos desenvolvemos actualmente es poco propicio para el encuentro del sentido existencial, por lo que debemos hacer conciencia de cómo nos afecta. (Hedonismo, materialismo, utilitarismo, etc.)					
9. La persona es un ser espíritu-corpóreo, por lo tanto es necesario vivir armonizando estas dos dimensiones en nuestro día a día.					
10. Hacernos responsables de nuestro desarrollo personal nos ofrece la posibilidad de encontrar la paz interior.					
11. Encontrar el sentido de la vida implica salir de nosotros mismos para ir al encuentro de otras personas de manera generosa y solidaria.					
12. La persona tiene la posibilidad de tomar las riendas de su vida y responsablemente construir su propio proyecto de vida.					
13. Cuando encontramos el sentido que tienen los deberes que tenemos que cumplir se abre la posibilidad de que estos no resulten una carga pesada y difícil de cumplir.					
14. Los seres humanos estamos dotados de una conciencia que nos ayuda a descubrir el sentido que tiene cada uno de los actos que realizamos, por lo que resulta muy importante formarlos.					
15. Viktor Frankl afirma que es necesario preguntarnos sobre qué espera la vida de nosotros y así encontrar cuál es nuestra misión de vida, en vez de estar exigiendo a la vida que cumpla todos nuestros deseos.					
16. Viktor Frankl afirma que el <i>Vacío Existencial</i> es el sentimiento de que la vida					

carece total y definitivamente de un sentido. La persona piensa que alberga un desierto dentro de sí; por lo tanto, requiere de apoyo a través de la Logoterapia y el análisis existencial.					
17. El valor del trabajo reside en que representa una oportunidad para que una persona se enlace con su comunidad para prestar un servicio que mejore las condiciones de vida para todos.					
18 El dolor y el sufrimiento provocan una tensión fecunda con la cual la persona crece y madura templando su carácter y humanizándola.					
Preguntas relacionadas con el <i>Vacío Existencial</i> y la aplicación de las herramientas de la Logoterapia y el Análisis Existencial	Definitivamente SÍ	En gran medida	Parcialmente	En poca medida	Definitivamente NO
19 Tú, actualmente, ¿crees padecer un <i>vacío existencial</i> ?					
20 Desde tu punto de vista, ¿crees que los estudiantes de la secundaria en donde colaboras padecen un <i>vacío existencial</i> ?					
21 Desde tu punto de vista, ¿crees que los profesores(as) de la secundaria en donde colaboras padecen un <i>vacío existencial</i> ?					
22 Desde tu punto de vista, ¿crees que los padres de familia de la secundaria en donde colaboras padecen un <i>vacío existencial</i> ?					
23 Desde tu punto de vista, ¿crees que la Logoterapia y el Análisis Existencial son herramientas para ayudar a la persona a salir del <i>vacío existencial</i> ?					
24 Te interesaría seguir capacitándote en Logoterapia y Análisis Existencial.					
25 ¿Consideras que la logoterapia y análisis existencial son herramientas útiles para resolver la problemática de los adolescentes en la escuela en donde colaboras?					

#### IV.3.4 Prueba PIL propósito de la existencia

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: -----/-----/-----

La presente prueba mide qué tanto sentido le encuentras en el momento presente a tu vida. Contesta cada pregunta en una escala del 1 al 7, circulando el número con el que mejor te identifiques. Cuando termines de contestarlo suma los puntos de cada columna y escribe el resultado al final de las columnas, en el espacio que está remarcado en gris. El resultado obtenido te puede dar un mínimo de 20 puntos hasta un máximo de 140 puntos. Cuando tengas tu resultado ubícalo en la tabla que indica la orientación hacia el sentido.

1. Yo estoy por lo general:						
1 Completamente aburrido	2	3	4 Neutral	5	6	7 Exuberantemente entusiasta.
2. La vida me parece:						
7 Siempre excitante.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Completamente rutinaria.
3. En la vida tengo:						
7 Objetivos y metas muy claros.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Ninguna meta u objetivo.
4. Mi existencia personal está:						
1 Totalmente sin sentido ni propósito.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Totalmente resuelta y plena de sentido.
5. Cada día es:						
7 Siempre nuevo y diferente.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Exactamente lo mismo.
6. Si yo pudiera escoger:						
1 Preferiría no haber nacido.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Tener nueve vidas más, como la presente.
7. Cuando me jubile, yo:						
7 Quisiera realizar algunas de las cosas emocionantes que	6	5	4 Neutral	3	2	1 Estar completa y totalmente ocioso el resto de mi vida.

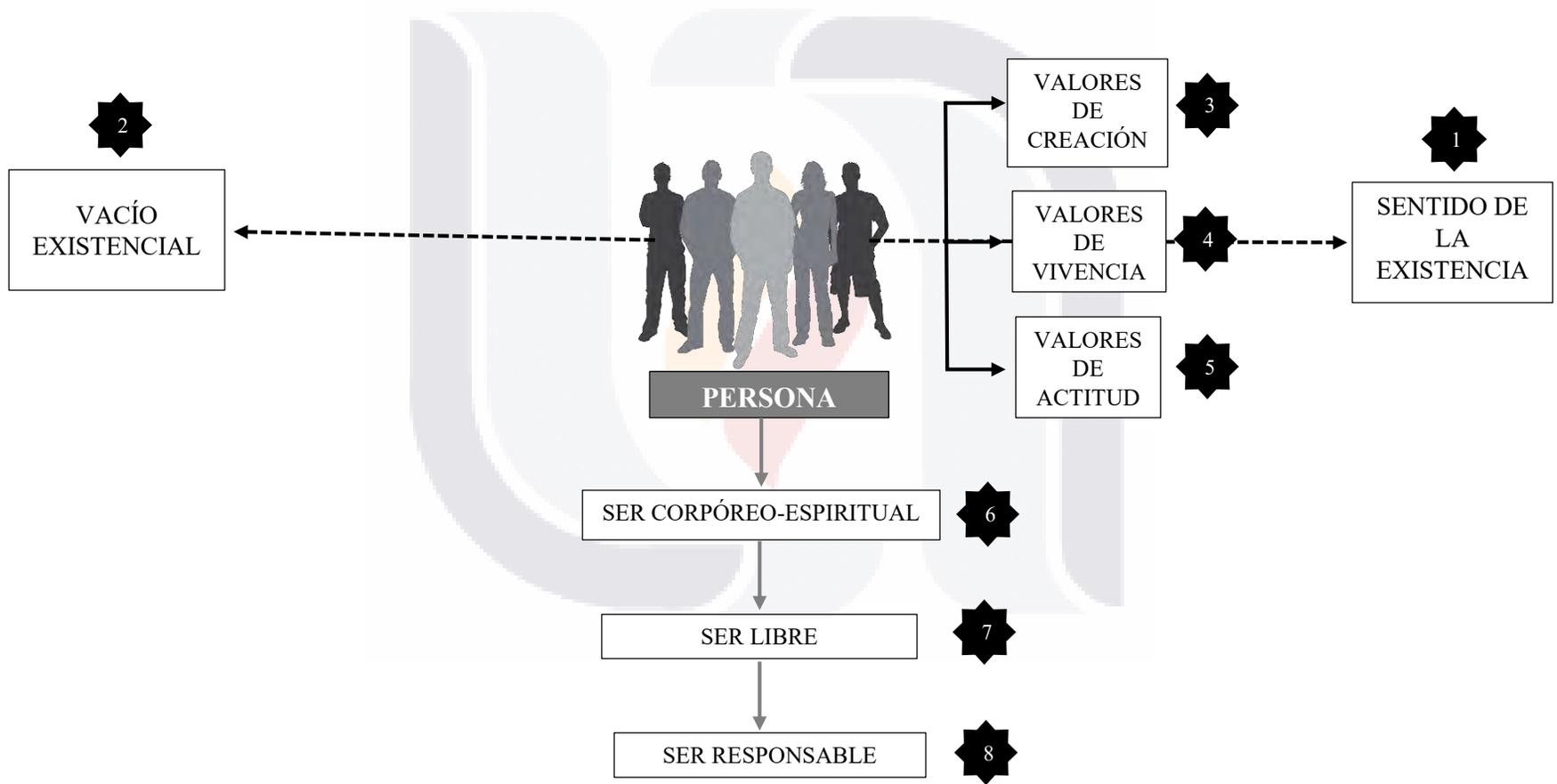
siempre quise hacer.						
8. En el logro de metas en mi vida:						
1 No he logrado absolutamente ningún progreso.	2	3	4 Neutral	5	6	7 He progresado hasta alcanzarlas completamente.
9. Mi vida está:						
1 Vacía, excepto por la desesperanza.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Llena de cosas buenas y emocionantes.
10. Si muriera hoy, sentiría que mi vida:						
7 Ha valido la pena.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Ha sido completamente inútil.
11. Cuando pienso en mi vida, yo:						
1 Me pregunto a menudo por qué existo.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Siempre encuentro una razón para estar aquí.
12. Según veo al mundo en relación con mi vida, el mundo:						
1 Me confunde completamente.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Se acomoda de modo significativo con mi vida.
13. Yo soy:						
1 Una persona muy irresponsable.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Una persona muy responsable.
14. Con respecto a la libertad para tomar sus propias decisiones, yo creo que la persona:						
7 Es absolutamente libre para tomar sus propias decisiones.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Está totalmente supeditada a limitaciones de herencia y medio ambiente.
15. En relación con la muerte, estoy:						
7	6	5	4 Neutral	3	2	1

Preparado y sin miedo.						No preparado y temeroso.
16. Con lo que respecta al suicidio, yo:						
1 He pensado en él en serio, como una salida.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Nunca he pensado en él como una solución a mis problemas.
17. Considero que mi habilidad para encontrar sentido, objetivos y misión en mi vida es:						
7 Muy grande.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Prácticamente nula.
18. Considero que mi vida está:						
7 En mis manos y tengo control de ella.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Fuera de mis manos y controlada por factores externos.
19. Enfrentar mis tareas diarias es:						
7 Fuente de placer y satisfacción.	6	5	4 Neutral	3	2	1 Una experiencia dolorosa y aburrida.
20. He descubierto que:						
1 No existe misión o propósito en la vida.	2	3	4 Neutral	5	6	7 Hay metas y propósitos en la vida, claramente determinados.

Escala:	Orientación al sentido:
0 - 92	Baja orientación al sentido.
93 - 112	Incertidumbre con relación al sentido.
113 - 140	Un sentido y propósito claros en la vida.

IV.3.5 Categorías de análisis y guía de entrevistas a profundidad

RELACIÓN ENTRE LAS CATEGORÍAS DE ANÁLISIS



## SISTEMA CATEGORIAL PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Tesis: LA CONSTRUCCIÓN DEL SENTIDO DE VIDA EN EL EQUIPO DE PSICÓLOGOS QUE COLABORAN EN EL PROYECTO “JUNTOS POR LA VIDA” DEL DIF ESTATAL DE AGUASCALIENTES

### Objetivos particulares:

- Conocer cómo perciben los psicólogos el sentido de sus existencias.
- Analizar de qué manera incidieron los principales conceptos teóricos, actividades y reflexiones suscitados a través del curso “El Sentido de la Existencia en Viktor Frankl”.
- Inferir la incidencia que el análisis existencial propició en los participantes con relación a su visión sobre el propio sentido de vida.
- Comprender cuáles y cómo los referentes sociales y culturales influyen en la construcción o pérdida del sentido existencial en psicólogos que colaboran en el proyecto “Juntos por la Vida”.

<b>Categoría 1</b>		
<b>Sentido de la Existencia</b>		
<b>Sub- categorías</b>	<b>Descripción</b>	<b>Preguntas</b>
1) Modo de ser específicamente humano. 2) Sentido de la existencia en la antropología y la ontología de Frankl. 3) Afán por encontrarle un sentido concreto a la existencia personal. 4) Responsabilidad (esta variable tiene su propio apartado) 5) Misión de vida	<p>“El término existencial presenta tres significados distintos: para referirse a la existencia misma, esto es, al modo de ser específicamente humano (1); el sentido de la existencia (2); y el afán por encontrarle un sentido concreto a la existencia personal, es decir, la voluntad de sentido (3).” (Frankl, 2004, p. 124)</p> <p>“En última instancia, el hombre no debería cuestionarse sobre el sentido de la vida, sino comprender que la vida le interroga a él. En otras palabras, la vida pregunta por el hombre, cuestiona al hombre, y éste contesta de una única manera: <i>respondiendo</i> de su propia vida y con su propia vida.” (Frankl, 2004, p. 131)</p> <p>“No cabe duda de que la conciencia de una misión en la vida posee un</p>	1. ¿Tu vida personal, en este momento tiene sentido? ¿Por qué? 2. Tú, en lo personal, ¿de qué manera, a lo largo de tu vida, te has afanado por encontrar el sentido de tu existencia? ¿Puedes citar algunos ejemplos? 3. ¿De qué manera la vida te ha retado a responder de manera responsable ante un hecho doloroso ya consumado? 4. ¿Nos puedes compartir tu experiencia más representativa de

	<p>extraordinario valor psicoterapéutico y psicosocial. No tenemos reparo en afirmar que no hay nada más que ayude al hombre a vencer o, por lo menos, a soportar las dificultades objetivas y las penalidades subjetivas que la conciencia de tener una misión que cumplir. Esta misión cuando se la concibe como algo personal, hace a su portador insustituible, irremplazable, y confiere a su vida el valor de algo único.” (Frankl, 2010, p. 90)</p> <p>*La palabra sentido se usa con la connotación del valor o importancia que la persona da a su existencia.</p>	<p>cuando has logrado encontrar el sentido? 5. ¿Qué aprendizaje te dejó la experiencia que acabas de describir?</p>
--	--	---

**Categoría 2**  
**Vacío Existencial**

<b>Sub- categorías</b>	<b>Descripción</b>	<b>Preguntas</b>
<p>1) Sintomatología del V E: carencia de objetivos, aburrimiento, falta de sentido y de propósitos.</p> <p>2) La frustración existencial se oculta detrás de diferentes máscaras.</p> <p>3) La persona busca cómo sanar su frustración existencial acelerando el ritmo de su vida, la razón es que no se tiene una meta fija en el horizonte del porvenir.</p>	<p>“La gran enfermedad de nuestro tiempo es la carencia de objetivos, el aburrimiento, la falta de sentido y de propósitos.” (Frankl, 1994, p. 23)</p> <p>“Normalmente la frustración existencial no es, por supuesto, visible, sino latente. El vacío existencial puede permanecer larvado, enmascarado, y sabemos de diferentes máscaras tras de las que se oculta el vacío existencial.” (Frankl, 2003c, p.88)</p> <p>“Estoy convencido de que el ritmo acelerado de la vida de hoy es solo un intento, vano por desgracia, de autocuración de la frustración existencial, pues cuanto menos sabe el hombre de una meta para su vida, tanto más acelera el paso en su andar por los caminos de su vida.” (Frankl, 2003c, p.97)</p>	<p>1. ¿Con base a los resultados de la prueba PIL, tú estás ubicado en el rango _____, te sientes identificado(a) con este resultado? ¿Por qué sí o por qué no? ¿En cuáles ítems piensas que sí salieron los resultados de acuerdo a tu propio sentido de vida o en cuáles no? ¿Por qué?</p> <p>2. ¿Al revisar los ítems en los que salió baja la puntuación, en cuál de ellos piensas que puedes mejorar si te lo propones? ¿De qué manera?</p> <p>3. ¿Has tenido en tu vida períodos en los</p>

		<p>que constantemente te has sentido aburrido, que la vida resulta tediosa o que no tienes propósitos valiosos por los cuales luchar? ¿Los has podido superar? ¿Cómo?</p> <p>4. ¿Has tenido la necesidad de evadirte del tipo de vida que llevas a través del alcohol, drogas, trabajo intenso o cualquier otro tipo de adicción? ¿Cómo sucedió?</p> <p>5. ¿Has vivido tu vida de forma tan acelerada que no te detienes a reflexionar sobre su sentido? ¿Cómo lo viviste? ¿Cuáles sensaciones te acompañaron?</p>
--	--	--

**Categoría 3**  
**Valores de Creación**

<b>Sub-categorías</b>	<b>Descripción</b>	<b>Preguntas</b>
<p>1) El trabajo da la oportunidad para que la persona se enlace con su comunidad, es decir, de que trascienda.</p> <p>2) Cuando se da un sentido al trabajo, como servicio a la comunidad, es cuando este resulta valioso.</p> <p>3) La obra que se realiza a través</p>	<p>“El trabajo puede representar, en particular, el espacio en el que la peculiaridad del individuo se enlaza con la comunidad, cobrando con ello su sentido y su valor.” (Frankl, 1992, p. 171)</p> <p>“(…) este sentido y este valor corresponden en cada caso, a la obra en función de la comunidad, y no a la profesión concreta en cuanto tal.” (Frankl, 1992, p. 171)</p> <p>“Dentro de este marco concreto, el individuo el individuo es</p>	<p>1. ¿Piensas que tu trabajo te da la oportunidad de servir a la comunidad en donde lo desempeñas? ¿Por qué sí o no? ¿Puedes citar algún ejemplo en el que hayas experimentado que logras una conexión positiva con otra persona?</p> <p>2. ¿Nos puedes compartir un</p>

<p>del trabajo es lo que permite enlazar al individuo con su comunidad.</p> <p>4) El trabajo es una fuente de realización personal.</p> <p>5) El trabajo hace que la persona sea única e irremplazable en tanto a su manera particular de realizarlo.</p>	<p>insustituible e irremplazable.” (Frankl, 2010, p. 178)</p> <p>“Llegamos pues a la conclusión de que lo que hace de la vida algo insustituible e irremplazable, algo único, algo que sólo se vive una vez, depende del hombre mismo, depende de quién lo haga y de cómo lo haga, no de lo que se haga.” (Frankl, 2010, p. 181)</p> <p>“El trabajo sin amor es solamente un sustitutivo; el amor sin trabajo, un opio.” (Frankl, 2010, p. 191)</p>	<p>ejemplo de cómo te sientes cuando das lo mejor de ti mismo a los adolescentes que atiendes?</p> <p>3. ¿Piensas que el trabajo es un acto humano que resulta valioso para ti y para la comunidad? ¿Por qué?</p> <p>4. ¿Es el trabajo una fuente de realización personal para ti? ¿En qué sentido? ¿Cómo se da esta realización?</p> <p>5. ¿Piensas que cualquier otra persona pudiera hacer la labor que tú haces de la misma manera, es decir, dejar exactamente la misma huella en los adolescentes que tú atiendes? ¿Por qué?</p> <p>6. ¿Estás de acuerdo con el Dr. Viktor Frankl en que los valores de creación te ayudan a encontrar el sentido de tu vida? ¿Por qué?</p>
<p><b>Categoría 4</b> <b>Valores de Vivencia</b></p>		
<p><b>Sub-categorías</b></p>	<p><b>Descripción</b></p>	<p><b>Preguntas</b></p>

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vivencia de otro ser humano en su peculiaridad y singularidad.</li> <li>2. Gratuidad.</li> <li>3. El amor dota al mundo de un valor adicional.</li> <li>4. La existencia es autotrascendencia y en ella se funda la comunidad y por ende el amor.</li> <li>5. El amor es un acto humano espiritual que permite captar al amado en su esencia íntima.</li> </ol>	<p>“El amor es, exactamente, la vivencia de otro ser humano, en todo lo que su vida tiene de peculiar y singular.” (Frankl, 1992, p. 185)</p> <p>“En el amor, el ser amado es concebido como un <i>ser peculiar y singular en su-ser-así-y-no-de-otro-modo</i>; es concebido como un tú y acogido como tal por otro yo. Como figura humana, es insustituible e irremplazable para quien le ama, sin que, por ello, necesite hacer nada de su parte. (...) El amor no es ningún mérito, sino sencillamente una “gracia”. No solamente gracia, sino también encanto, para el amante, el amor hechiza el mundo, lo transfigura, lo dota de un valor adicional. El amor aumenta y afina en quien ama la resonancia humana para la plenitud de los valores.” (Frankl, 1992, p. 185)</p> <p>“Dentro de la gama de los valores de vivencia, el amor es su más perfecto representante. La existencia es auto- trascendencia, es por ello que los valores de vivencia también se fundan en la comunidad. Principalmente en la intimidad de un &lt;&lt;yo&gt;&gt; con un &lt;&lt;tú&gt;&gt;.” (Frankl, 1994, p. 197)</p> <p>“Sin olvidar que por amor entendemos ese acto humano espiritual que nos permite captar a otra persona humana en su esencia íntima, en su modo de ser concreto, en su unicidad, en su realidad única; más no solo en su esencia y</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Para amar, ¿debes aceptar al ser amado tal y como es o este debe cambiar para que se adapte a tu forma de ser? ¿Puedes comentarnos tu respuesta?</li> <li>2. ¿Piensas que los demás deben amarte a ti por el simple hecho de ser quién eres?, o, por el contrario, ¿tú debes cambiar para merecer que los demás te amen?</li> <li>3. El mundo parece más valioso, lúcido y diáfano cuando una persona está enamorada, dice el Dr. Frankl, ¿tú has experimentado esta sensación? ¿La puedes ilustrar con tu propia experiencia?</li> <li>4. Cuando la persona logra ser un mejor ser humano y dar lo mejor de sí mismo avanza por el camino del descubrimiento del sentido de su vida. ¿Qué piensas al respecto? ¿Puedes compartírnos las razones de tu postura?</li> <li>5. ¿Para que el amor llegue a ser profundo es necesario que la dimensión espiritual</li> </ol>
---	--	---

	<p>en su modo peculiar de ser, sino también en ese su valor para nosotros que nadie podría suplantar en ese su tener que ser, y esto quiere decir: afirmarla.” (Frankl, 2003c, p.154-155)</p>	<p>intervenga? ¿Nos puedes explicar tu punto de vista?</p> <p>6. ¿Los valores de vivencia te han ayudado a encontrar el sentido de tu vida? ¿De qué manera?</p>
<p><b>Categoría 5</b></p> <p><b>Valores de Actitud</b></p>		
Sub-categorías	Descripción	Preguntas
<p>1) El sufrimiento temple el carácter de la persona y la hace más fuerte.</p> <p>2) La tragedia personal puede convertirse en un triunfo humano.</p> <p>3) El sufrimiento, el amor y el trabajo son las 3 principales vías que conducen hacia el sentido.</p> <p>4) El sufrimiento crea en la persona una tensión profunda que lleva del actual ser al deber ser.</p> <p>5) Huir de la realidad y refugiarse en la embriaguez equivale a creer, que de esta manera se borra el motivo que origina el sufrimiento.</p>	<p>“El sufrimiento tiende a salvaguardar al hombre de caer en la apatía, en la rigidez mortal del alma. Mientras sufrimos, permanece viva; más aún, el hombre, como hemos dicho, crece y madura en el sufrimiento, el dolor le temple, le hace más rico y más poderoso.” (Frankl, 2010, p. 169)</p> <p>“Podemos transformar una tragedia personal en un triunfo humano.” (Frankl, 2003c, p.35)</p> <p>“Lo cual quiere decir que la vida del hombre no se colma solo creando y gozando, sino también sufriendo.” (Frankl, 2010, p. 163)</p> <p>“El sufrimiento crea, pues, en el hombre una tensión fecunda y hasta nos atreveríamos a decir que revolucionaria, haciéndole sentir como tal lo que no debe ser. A medida que se identifica, por así decirlo, con la realidad dada, elimina la distancia, aquella fecunda tensión entre el ser y el deber ser.” (Frankl, 2010, p. 167)</p> <p>“Aquel que ante el golpe del infortunio se aturde y trata de</p>	<p>1. ¿Consideras que el sufrimiento, cuando lo has padecido, ha tenido el potencial de templar tu carácter y de acrecentar tu voluntad de sentido o por el contrario te ha dejado deprimido, sin ganas de luchar?</p> <p>2. ¿Has vivido la experiencia de haberte sobrepuesto al sufrimiento, de tal manera que, esta resultó un triunfo humano?</p> <p>3. ¿Piensas que el sufrimiento, el amor y el trabajo son tres vías que te pueden conducir hacia el descubrimiento del sentido de tu vida? ¿Puedes explicar tu postura con algún ejemplo de tu vida personal? ¿Piensas que existen otras vías</p>

	<p>distraerse, “no aprende nada”. Trata de huir de la realidad. Va a refugiarse, tal vez, en la embriaguez. Comete, con ello, un error subjetivista y hasta psicologista: al creer que, con el acto emotivo al que se silenció, por así decirlo, por medio del aturdimiento, borra también del mundo el objeto mismo de la emoción, como que si lo que se arrincona en la ignorancia desapareciese, por ello de la realidad.” (Frankl, 2010, p.170)</p>	<p>importantes? ¿Cuáles serían?</p> <p>4. ¿Consideras que tú, en alguna ocasión, has tratado de refugiarte en la negación por medio de alguna adicción?</p> <p>5. ¿Cómo se ha dado en tu persona el proceso de aceptación de una realidad que te ha lastimado profundamente?</p>
--	---	--

**Categoría 6**  
**Dimensión Espiritual**

<b>Sub-categorías</b>	<b>Descripción</b>	<b>Preguntas</b>
<p>1) La dimensión espiritual se refiere a fenómenos específicamente humanos. Lo espiritual es lo que hay de humano en la persona.</p> <p>2) La persona es un ser espiritual que integra las capas psicofísicas. En esencia es un ser espiritual.</p> <p>3) Ex-sistir significa salir de sí mismo, ponerse frente a sí mismo gracias al ámbito espiritual.</p> <p>4) La existencia acontece en el espíritu.</p>	<p>“No se centra en ser el <i>automaton</i> de un aparato físico, sino más bien en la autonomía de la existencia espiritual. (Usamos aquí el término &lt;&lt;espiritual&gt;&gt; sin connotación religiosa alguna, sino más bien con la intención de poner de manifiesto que hablamos de una cuestión referente a fenómenos específicamente humanos, en contraste a fenómenos que podemos compartir con otros animales. En otras palabras, lo &lt;&lt;espiritual&gt;&gt; es lo que hay de humano en el hombre.” (Frankl, 2003a, p. 35)</p> <p>“Así, en lugar de hablar de existencia espiritual y de facticidad psicofísica, podríamos hablar de &lt;&lt;persona espiritual&gt;&gt; y sus diferentes capas psicofísicas. Hablando de sus &lt;&lt;capas&gt;&gt;, estaríamos remarcando el hecho de que la persona &lt;&lt;tiene&gt;&gt; capas</p>	<p>1. ¿Piensas que existe en ti una dimensión espiritual ¿Cómo argumentas tu respuesta?</p> <p>2. Si piensas que existe una dimensión espiritual en tu persona, ¿puedes describirnos cómo vives tu propia dinámica espiritual?</p> <p>3. ¿Piensas que una manera de vivir tu espiritualidad es siendo solidario, amable, servicial y empático con otras personas?</p> <p>4. ¿De qué forma podrías hacer que en tu trabajo se manifestara tu dimensión espiritual?</p> <p>5. ¿Cuáles acciones consideras que has</p>

	<p>psicofísicas, mientras que, en esencia, &lt;&lt;es&gt;&gt; espiritual.” (Frankl, 2003a, p. 42-43)</p> <p>“&lt;&lt;Ex-sistir&gt;&gt; quiere decir salir de sí mismo y ponerse frente a sí mismo, de manera que el hombre sale del nivel de lo corporal psíquico y llega a sí mismo pasando por el ámbito de lo espiritual.” (Frankl, 2018a, p. 252)</p> <p>“La existencia acontece en el espíritu.” (Frankl, 2018a, p. 252)</p>	<p>realizado para dinamizar tu espíritu?</p> <p>6. ¿Tu profesión y tu trabajo te ponen en contacto con la dinámica espiritual de otras personas? ¿Cómo? ¿Por qué?</p>
--	---	---

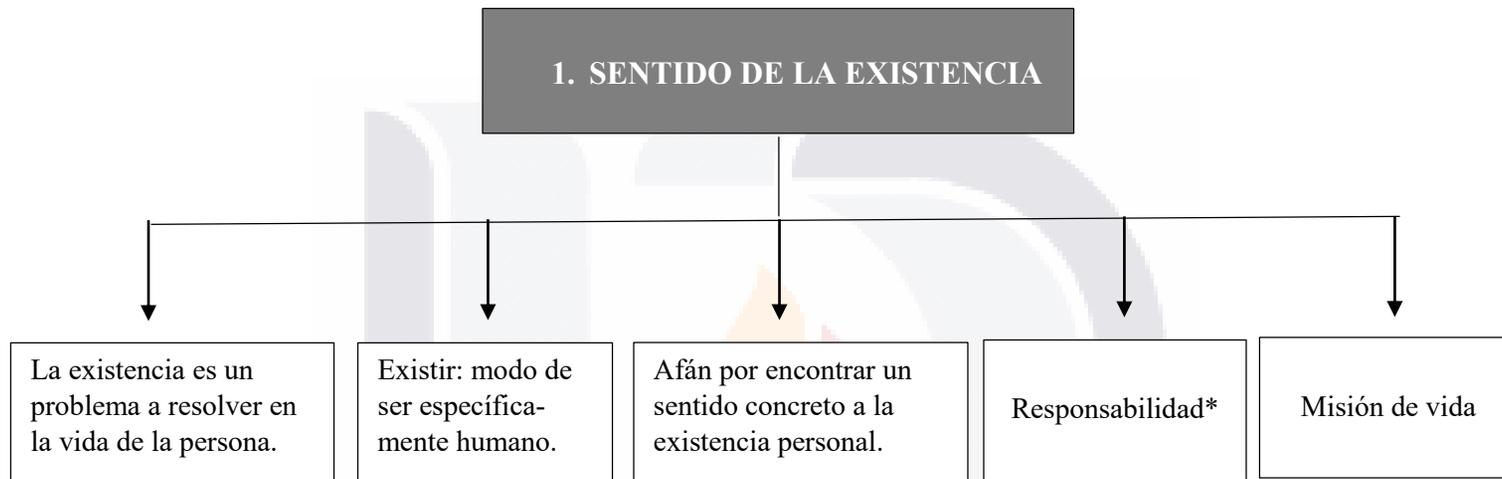
**Categoría 7**  
**Libertad**

<b>Sub-categorías</b>	<b>Descripción</b>	<b>Preguntas</b>
<p>1) La libertad fundamenta es decidir qué actitud tomar para decidir el propio camino.</p> <p>2) Ser libre significa sobreponerse al imperio de lo biológico(raza), de lo sociológico (clase) y de lo psicológico (carácter) es cuando demuestra su categoría moral. La libertad implica liberarse del destino y esforzarse por conformar el propio proyecto de vida.</p> <p>3) La persona es el ser que decide quién quiere ser, a través de sus acciones.</p>	<p>“Al hombre se le puede arrebatar todo, salvo una cosa: la elección de la actitud personal que debe adoptar frente al destino para decidir su propio camino.”</p> <p>“Allí donde el hombre se enfrenta a las contingencias naturales, donde el hombre se &lt;&lt;comporta&gt;&gt; como tal hombre frente a ellas, es decir, cuando deja precisamente de someterse al imperio de lo biológico (raza), de lo sociológico (clase) o de lo psicológico (tipo caracterológico) y de obedecer ciegamente a estos poderes, es donde comienza a ser susceptible de enjuiciamiento moral en todos y cada uno de los aspectos. Conceptos diariamente manejados por nosotros, como los conceptos de mérito y culpa, solo tienen sentido y razón de ser a condición de que reconozcamos la capacidad verdaderamente humana en el sujeto, quien en vez de aceptar</p>	<p>1. ¿Recuerdas algún evento de tu vida en el que tuviste una enorme pérdida, y por lo que aparentemente todos los caminos parecían estar cerrados para tus propósitos? ¿Qué decidiste hacer? O ¿Simplemente te dejaste llevar sin tomar ninguna decisión?</p> <p>2. ¿Al hacer uso de tu libertad, piensas que se te han presentado obstáculos mayores de tipo biológico, sociológico o psicológico? ¿Cuáles? ¿Cómo los has tratado de superar? O ¿Piensas que estos son inamovibles y</p>

<p>4) El pasado como una cuestión inamovible provoca, como un acicate, la acción responsable de la persona.</p> <p>5) La libertad humana es finita, porque las condiciones de vida no la determinan por completo.</p>	<p>todas las vinculaciones a que acabamos de referirnos como algo impuesto por el destino, las ve como esforzadas tareas por las que tiene que decidirse para conformar su vida.” (Frankl, 2020, p. 43)</p> <p>“Así vemos que Karl Jaspers califica el ser del hombre como un ser &lt;&lt;que decide&gt;&gt;, que no &lt;&lt;es&gt;&gt; pura y simplemente, sino que, además decide en cada caso &lt;&lt;lo que es&gt;&gt;.” (Frankl, 2010, p. 42)</p> <p>“La inmutabilidad del pasado, convertido por el simple hecho de serlo en destino, provoca precisamente a la libertad humana: el destino tiene que ser siempre un acicate para la acción responsable del hombre.” (Frankl, 2010, p. 125)</p> <p>“Incluso dentro de un mundo circundante tan estrecho, tan confinado como éste, pese a todas las restricciones sociales impuestas a su libertad personal, el hombre sigue siendo dueño, en última instancia, de su libertad para estructurar la existencia, de un modo o de otro, dentro de las condiciones en que vive.” (Frankl, 2010, p. 152)</p> <p>“La libertad humana es libertad finita. El hombre no está libre de condiciones. Pero es libre para asumir una actitud ante ellas. Las condiciones no lo determinan por completo.” (Frankl, 2020, p. 53)</p>	<p>solo has optado por ajustarte a ellos? ¿Por qué?</p> <p>3. ¿Piensas que puedes actuar como agente para cambiar las estructuras que te oprimen? ¿Tú lo has hecho en alguna ocasión? ¿Cómo fue tu experiencia?</p> <p>4. ¿Te sientes responsable de tu propio proyecto de vida? ¿Qué has hecho para dirigirlo hacia el horizonte que tú has querido?</p> <p>5. ¿Consideras que tu libertad es finita o que siempre se puede hacer lo que tú decidas? ¿Cómo las condiciones externas han determinado tu propio proyecto de vida?</p>
---	---	--

<p align="center"><b>Categoría 8</b> <b>Responsabilidad</b></p>		
<p><b>Sub-categorías</b></p>	<p><b>Descripción</b></p>	<p><b>Preguntas</b></p>
<p>1) Responsabilidad ante un deber, o bien, ante los cuestionamientos que la vida plantea.</p> <p>2) Encontrar el sentido del deber partiendo del sentido concreto de la vida humana.</p> <p>3) Responsabilidad encuadrada dentro del carácter peculiar y singular de la existencia personal con vista a la finitud.</p>	<p>“La responsabilidad significa siempre responsabilidad ante un deber. Ahora bien, los deberes de un hombre sólo pueden ser interpretados partiendo de un &lt;&lt;sentido&gt;&gt;, del sentido concreto de la vida humana.” (Frankl, 2010, p. 46-47)</p> <p>“En el intento de dar una respuesta a la cuestión del sentido de la vida –a esta cuestión que es la más humana de todas las cuestiones-, el hombre se ve remitido a sí mismo como aquel que a quien la vida le pregunta y que tiene que responder, y ser-responsable ante ella.” (Frankl, 2010, p. 102)</p> <p>“La responsabilidad del hombre, cuya forma de conciencia trata de facilitar el análisis de la existencia, es una responsabilidad encuadrada dentro del carácter peculiar y singular de su existencia, como algo único y que sólo se vive una vez; el existir humanamente consiste en ser-responsable en vista de la finitud.” (Frankl, 2010, p. 117)</p>	<p>1. ¿En tu vida ordinaria, en forma operativa, cómo entiendes el concepto de la responsabilidad?</p> <p>2. ¿Desde tu punto de vista, existe una relación entre responsabilidad y sentido de la existencia? ¿Cómo se da esta relación? Si la respuesta es negativa: ¿por qué estos conceptos no se relacionan?</p> <p>3. ¿Nos puedes ejemplificar esta relación, o la ausencia de esta con un evento que haya ocurrido en tu vida?</p>

**ARBOL DE CATEGORÍAS DE ANÁLISIS**

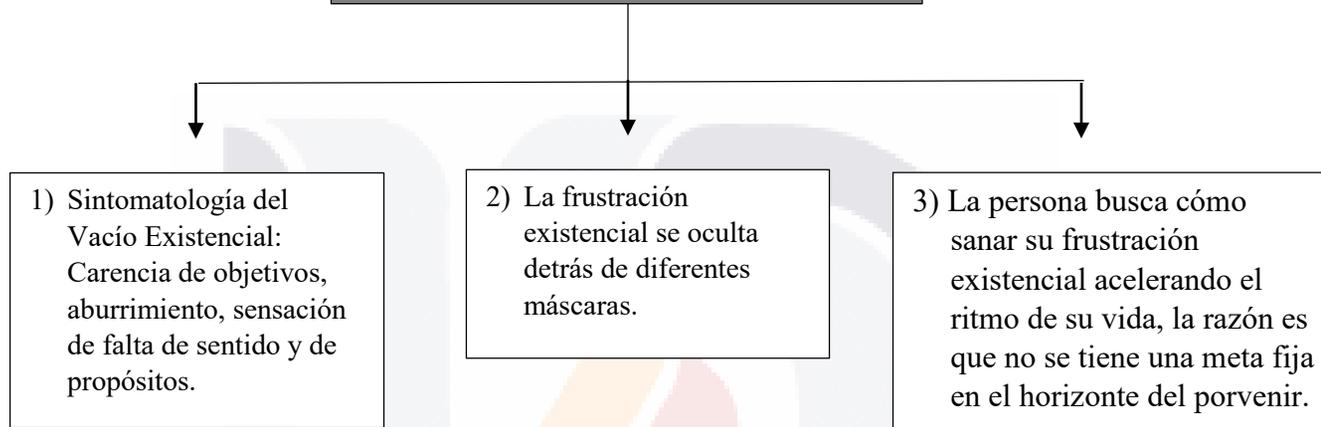


**PREGUNTAS:**

1. ¿Tu vida personal, en este momento tiene sentido? ¿Por qué?
2. Tú, en lo personal, ¿de qué manera, a lo largo de tu vida, te has afanado por encontrar el sentido de tu existencia? ¿Puedes citar algunos ejemplos?
3. ¿De qué manera la vida te ha retado a responder de manera responsable ante un hecho doloroso ya consumado?
4. ¿Nos puedes compartir tu experiencia más representativa de cuando has logrado encontrar el sentido?
5. ¿Qué aprendizaje te dejó la experiencia que acabas de describir?

\*Esta variable tiene su propio apartado

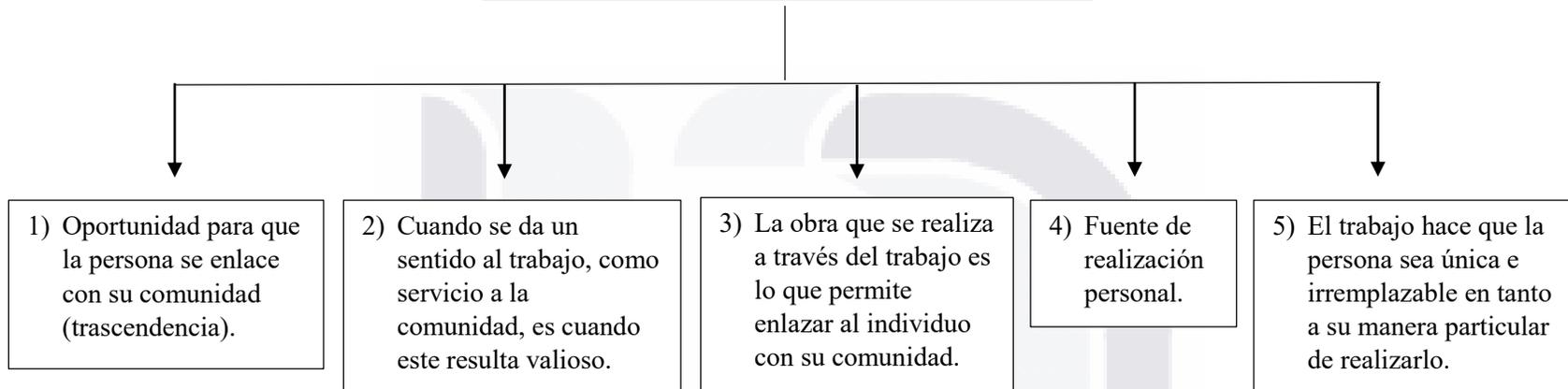
## 2. VACÍO EXISTENCIAL



### PREGUNTAS:

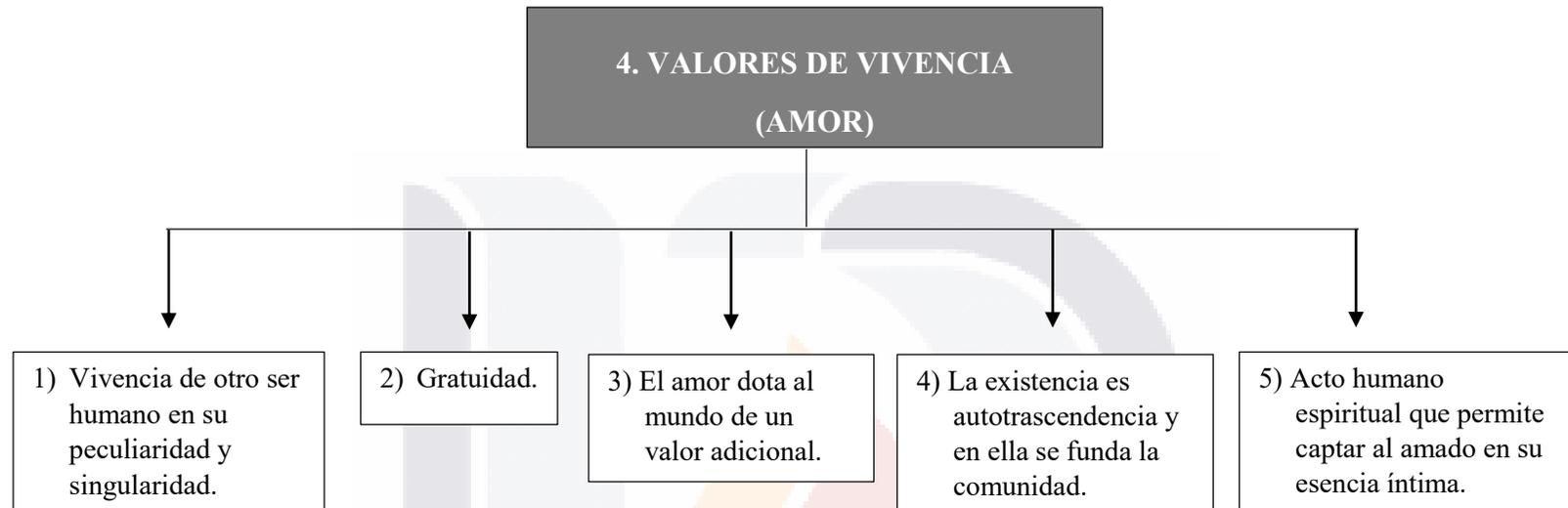
1. ¿Con base a los resultados de la prueba PIL, tú estás ubicado en el rango \_\_\_\_\_, te sientes identificado(a) con este resultado? ¿Por qué sí o por qué no? ¿En cuáles ítems piensas que sí salieron los resultados de acuerdo a tu propio sentido de vida o en cuáles no? ¿Por qué?
2. ¿Al revisar los ítems en los que salió baja la puntuación, en cuál de ellos piensas que puedes mejorar si te lo propones? ¿De qué manera?
3. ¿Has tenido en tu vida períodos en los que constantemente te has sentido aburrido, que la vida resulta tediosa o que no tienes propósitos valiosos por los cuales luchar? ¿Los has podido superar? ¿Cómo?
4. ¿Has tenido la necesidad de evadirte del tipo de vida que llevas a través del alcohol, drogas, trabajo intenso o cualquier otro tipo de adicción? ¿Cómo sucedió?
5. ¿Has vivido tu vida de forma tan acelerada que no te detienes a reflexionar sobre su sentido? ¿Cómo lo viviste? ¿Cuáles sensaciones te acompañaron?

3. VALORES DE CREACIÓN  
(TRABAJO)



PREGUNTAS:

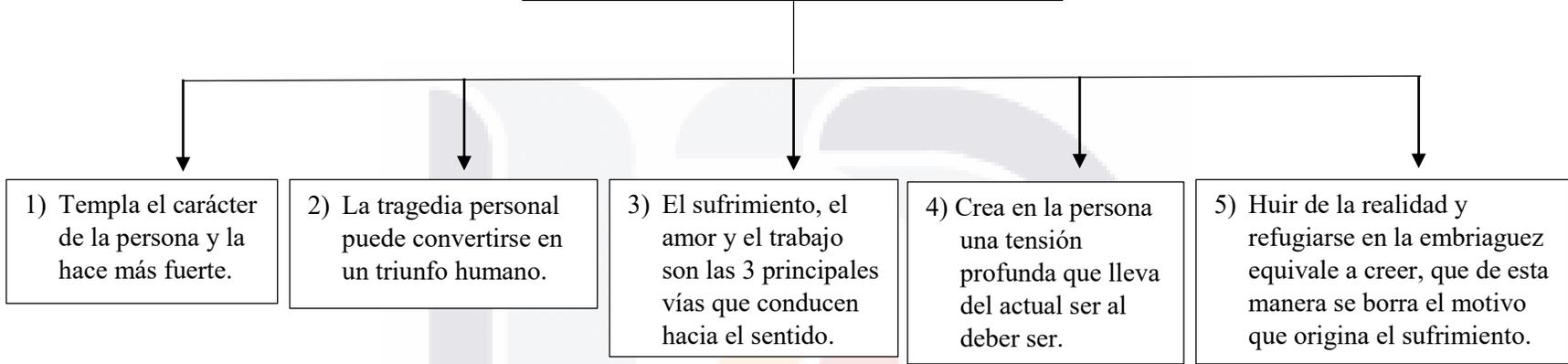
1. ¿Piensas que tu trabajo te da la oportunidad de servir a la comunidad en donde lo desempeñas? ¿Por qué sí o no? ¿Puedes citar algún ejemplo en el que hayas experimentado que logras una conexión positiva con otra persona?
2. ¿Nos puedes compartir un ejemplo de cómo te sientes cuando das lo mejor de ti mismo a los adolescentes que atiendes?
3. ¿Piensas que el trabajo es un acto humano que resulta valioso para ti y para la comunidad? ¿Por qué?
4. ¿Es el trabajo una fuente de realización personal para ti? ¿En qué sentido? ¿Cómo se da esta realización?
5. ¿Piensas que cualquier otra persona pudiera hacer la labor que tú haces de la misma manera, es decir, dejar exactamente la misma huella en los adolescentes que tú atiendes? ¿Por qué?
6. ¿Estás de acuerdo con el Dr. Viktor Frankl en que los valores de creación te ayudan a encontrar el sentido de tu vida? ¿Por qué? ¿Antes del curso lo pensabas de la misma manera?



**PREGUNTAS:**

1. Para amar, ¿debes aceptar al ser amado tal y como es o este debe cambiar para que se adapte a tu forma de ser? ¿Puedes comentarnos tu respuesta?
2. ¿Piensas que los demás deben amarte a ti por el simple hecho de ser quién eres?, o por el contrario, ¿tú debes cambiar para merecer que los demás te amen?
3. El mundo parece más valiosos, lúcido y diáfano cuando una persona está enamorada, dice el Dr. Frankl, ¿tú has experimentado esta sensación? ¿La puedes ilustrar con tu propia experiencia?
4. Cuando la persona logra ser un mejor ser humano y dar lo mejor de sí mismo avanza por el camino del descubrimiento del sentido de su vida. ¿Qué piensas al respecto? ¿Puedes compartimos las razones de tu postura?
5. ¿Para que el amor llegue a ser profundo es necesario que la dimensión espiritual intervenga? ¿Nos puedes explicar tu punto de vista?
6. ¿Los valores de vivencia te han ayudado a encontrar el sentido de tu vida? ¿De qué manera?

**5. VALORES DE ACTITUD  
SUFRIMIENTO**



**PREGUNTAS:**

1. ¿Consideras que el sufrimiento, cuando lo has padecido, ha tenido el potencial de templar tu carácter y de acrecentar tu voluntad de sentido o por el contrario te ha dejado deprimido, sin ganas de luchar?
2. ¿Has vivido la experiencia de haberte sobrepuesto al sufrimiento, de tal manera que, esta resultó un triunfo humano?
3. ¿Piensas que el sufrimiento, el amor y el trabajo son tres vías que te pueden conducir hacia el descubrimiento del sentido de tu vida? ¿Puedes explicar tu postura con algún ejemplo de tu vida personal? ¿Piensas que existen otras vías importantes? ¿Cuáles serían?
4. ¿Consideras que tú, en alguna ocasión, has tratado de refugiarte en la negación por medio de alguna adicción?
5. ¿Cómo se ha dado en tu persona el proceso de aceptación de una realidad que te ha lastimado profundamente?

6. DIMENSIÓN ESPIRITUAL

1) Se refiere a fenómenos específicamente humanos. Lo espiritual es lo que hay de humano en la persona.

2) La persona es un ser espiritual que integra las capas psicofísicas. En esencia es un ser espiritual.

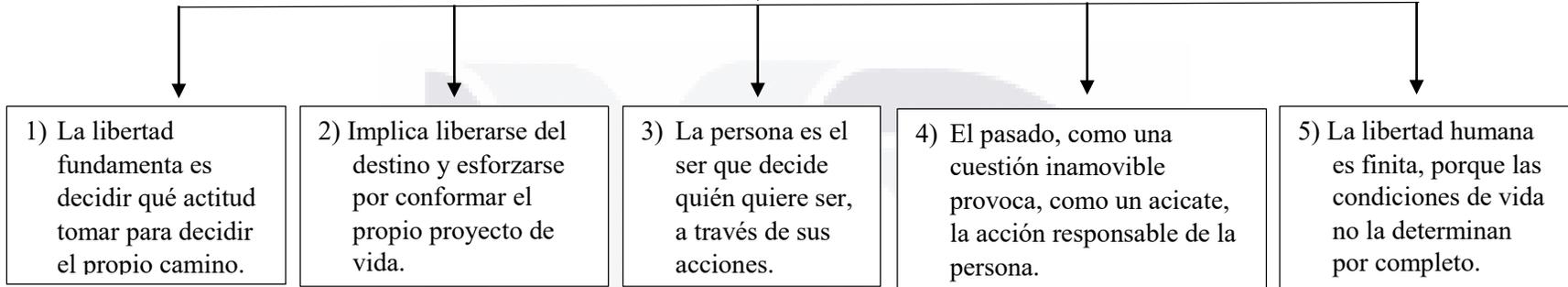
3) Ex-sistir significa salir de sí mismo, ponerse frente a sí mismo gracias al ámbito espiritual.

4) La existencia acontece en el espíritu.

PREGUNTAS:

1. ¿Piensas que existe en ti una dimensión espiritual ¿Cómo argumentas tu respuesta?
2. Si piensas que existe una dimensión espiritual en tu persona, ¿puedes describirnos cómo vives tu propia dinámica espiritual?
3. ¿Piensas que una manera de vivir tu espiritualidad es siendo solidario, amable, servicial y empático con otras personas?
4. ¿De qué forma podrías hacer que en tu trabajo se manifestara tu dimensión espiritual?
5. ¿Cuáles acciones consideras que has realizado para dinamizar tu espíritu?
6. ¿Tu profesión y tu trabajo te ponen en contacto con la dinámica espiritual de otras personas? ¿Cómo? ¿Por qué?

7. LIBERTAD



PREGUNTAS:

1. ¿Recuerdas algún evento de tu vida en el que tuviste una enorme pérdida, y por lo que aparentemente todos los caminos parecían estar cerrados para tus propósitos? ¿Qué decidiste hacer? O ¿Simplemente te dejaste llevar sin tomar ninguna decisión?
2. ¿Al hacer uso de tu libertad, piensas que se te han presentado obstáculos mayores de tipo biológico, sociológico o psicológico? ¿Cuáles? ¿Cómo los has tratado de superar? O ¿Piensas que estos son inamovibles y solo has optado por ajustarte a ellos? ¿Por qué?
3. ¿Piensas que puedes actuar como agente para cambiar las estructuras que te oprimen? ¿Tú lo has hecho en alguna ocasión? ¿Cómo fue tu experiencia?
4. ¿Te sientes responsable de tu propio proyecto de vida? ¿Qué has hecho para dirigirlo hacia el horizonte que tú has querido?
5. ¿Consideras que tu libertad es finita o que siempre se puede hacer lo que tú decidas? ¿Cómo las condiciones externas han determinado tu propio proyecto de vida?

8. RESPONSABILIDAD

1) Responsabilidad ante un deber, o bien, ante los cuestionamientos que la vida plantea.

2) Encontrar el sentido del deber partiendo del sentido concreto de la vida humana.

3) Responsabilidad encuadrada dentro del carácter peculiar y singular de la existencia personal con vista a la finitud.

PREGUNTAS:

1. ¿En tu vida ordinaria, en forma operativa, cómo entiendes el concepto de la responsabilidad?
2. ¿Desde tu punto de vista, existe una relación entre responsabilidad y sentido de la existencia? ¿Cómo se da esta relación? Si la respuesta es negativa: ¿por qué estos conceptos no se relacionan?
3. ¿Nos puedes ejemplificar esta relación, o la ausencia de esta con un evento que haya ocurrido en tu vida?

<b>Guía para entrevistas a profundidad</b>	
<b>1. Sentido de la Existencia</b>	<p>1.1 ¿Tu vida personal, en este momento tiene sentido? ¿Por qué?</p> <p>1.2 Tú, en lo personal, ¿de qué manera, a lo largo de tu vida, te has afanado por encontrar el sentido de tu existencia? ¿Puedes citar algunos ejemplos?</p> <p>1.3 ¿De qué manera la vida te ha retado a responder de manera responsable ante un hecho doloroso ya consumado?</p> <p>1.4 ¿Nos puedes compartir tu experiencia más representativa de cuando has logrado encontrar el sentido?</p> <p>1.5 ¿Qué aprendizaje te dejó la experiencia que acabas de describir?</p>
<b>2. Vacío Existencial (VE)</b>	<p>2.1 ¿Con base a los resultados de la prueba PIL, tú estás ubicado en el rango _____, te sientes identificado(a) con este resultado? ¿Por qué sí o por qué no? ¿En cuáles ítems piensas que sí salieron los resultados de acuerdo a tu propio sentido de vida o en cuáles no? ¿Por qué?</p> <p>2.2 ¿Al revisar los ítems en los que salió baja la puntuación, en cuál de ellos piensas que puedes mejorar si te lo propones? ¿De qué manera?</p> <p>2.3 ¿Has tenido en tu vida períodos en los que constantemente te has sentido aburrido, que la vida resulta tediosa o que no tienes propósitos valiosos por los cuales luchar? ¿Los has podido superar? ¿Cómo?</p> <p>2.4 ¿Has tenido la necesidad de evadirte del tipo de vida que llevas a través del alcohol, drogas, trabajo intenso o cualquier otro tipo de adicción? ¿Cómo sucedió?</p> <p>2.5 ¿Has vivido tu vida de forma tan acelerada que no te detienes a reflexionar sobre su sentido? ¿Cómo lo viviste? ¿Cuáles sensaciones te acompañaron?</p>
<b>3. Valores de Creación (Trabajo)</b>	<p>3.1 ¿Piensas que tu trabajo te da la oportunidad de servir a la comunidad en donde lo desempeñas? ¿Por qué sí o no? ¿Puedes citar algún ejemplo en el que hayas experimentado que logras una conexión positiva con otra persona?</p> <p>3.2 ¿Nos puedes compartir un ejemplo de cómo te sientes cuando das lo mejor de ti mismo a los adolescentes que atiendes?</p> <p>3.3 ¿Piensas que el trabajo es un acto humano que resulta valioso para ti y para la comunidad? ¿Por qué?</p> <p>3.4 ¿Es el trabajo una fuente de realización personal para ti? ¿En qué sentido? ¿Cómo se da esta realización?</p>

	<p>3.5 ¿Piensas que cualquier otra persona pudiera hacer la labor que tú haces de la misma manera, es decir, dejar exactamente la misma huella en los adolescentes que tú atiendes? ¿Por qué?</p> <p>3.6 ¿Estás de acuerdo con el Dr. Viktor Frankl en que los valores de creación te ayudan a encontrar el sentido de tu vida? ¿Por qué? ¿Antes del curso lo pensabas de la misma manera?</p>
<p><b>4. Valores de Vivencia (Amor)</b></p>	<p>4.1 Para amar, ¿debes aceptar al ser amado tal y como es o este debe cambiar para que se adapte a tu forma de ser? ¿Puedes comentarnos tu respuesta?</p> <p>4.2 ¿Piensas que los demás deben amarte a ti por el simple hecho de ser quién eres?, o, por el contrario, ¿tú debes cambiar para merecer que los demás te amen?</p> <p>4.3 El mundo parece más valiosos, lúcido y diáfano cuando una persona está enamorada, dice el Dr. Frankl, ¿tú has experimentado esta sensación? ¿La puedes ilustrar con tu propia experiencia?</p> <p>4.4 Cuando la persona logra ser un mejor ser humano y dar lo mejor de sí mismo avanza por el camino del descubrimiento del sentido de su vida. ¿Qué piensas al respecto? ¿Puedes compartirnos las razones de tu postura?</p> <p>4.5 ¿Para que el amor llegue a ser profundo es necesario que la dimensión espiritual intervenga? ¿Nos puedes explicar tu punto de vista?</p> <p>4.6 ¿Los valores de vivencia te han ayudado a encontrar el sentido de tu vida? ¿Por qué?</p>
<p><b>5. Valores de Actitud (Sufrimiento)</b></p>	<p>5.1 ¿Consideras que el sufrimiento, cuando lo has padecido, ha tenido el potencial de templar tu carácter y de acrecentar tu voluntad de sentido o por el contrario te ha dejado deprimido, sin ganas de luchar?</p> <p>5.2 ¿Has vivido la experiencia de haberte sobrepuesto al sufrimiento, de tal manera que, esta resultó un triunfo humano?</p> <p>5.3 ¿Piensas que el sufrimiento, el amor y el trabajo son tres vías que te pueden conducir hacia el descubrimiento del sentido de tu vida? ¿Puedes explicar tu postura con algún ejemplo de tu vida personal? ¿Piensas que existen otras vías importantes? ¿Cuáles serían?</p> <p>5.4 ¿Consideras que tú, en alguna ocasión, has tratado de refugiarte en la negación por medio de alguna adicción?</p> <p>5.5 ¿Cómo se ha dado en tu persona el proceso de aceptación de una realidad que te ha lastimado profundamente?</p>

<p><b>6. Dimensión Espiritual</b></p>	<p>6.1 ¿Piensas que existe en ti una dimensión espiritual ¿Cómo argumentas tu respuesta?</p> <p>6.2 Si piensas que existe una dimensión espiritual en tu persona, ¿puedes describirnos cómo vives tu propia dinámica espiritual?</p> <p>6.3 ¿Piensas que una manera de vivir tu espiritualidad es siendo solidario, amable, servicial y empático con otras personas?</p> <p>6.4 ¿De qué forma podrías hacer que en tu trabajo se manifestara tu dimensión espiritual?</p> <p>6.5 ¿Cuáles acciones consideras que has realizado para dinamizar tu espíritu? ¿Tu profesión y tu trabajo te ponen en contacto con la dinámica espiritual de otras personas? ¿Cómo? ¿Por qué?</p>
<p><b>7. Libertad</b></p>	<p>7.1 ¿Recuerdas algún evento de tu vida en el que tuviste una enorme pérdida, y por lo que aparentemente todos los caminos parecían estar cerrados para tus propósitos? ¿Qué decidiste hacer? O ¿Simplemente te dejaste llevar sin tomar ninguna decisión?</p> <p>7.2 ¿Al hacer uso de tu libertad, piensas que se te han presentado obstáculos mayores de tipo biológico, sociológico o psicológico? ¿Cuáles? ¿Cómo los has tratado de superar? O ¿Piensas que estos son inamovibles y solo has optado por ajustarte a ellos? ¿Por qué?</p> <p>7.3 ¿Piensas que puedes actuar como agente para cambiar las estructuras que te oprimen? ¿Tú lo has hecho en alguna ocasión? ¿Cómo fue tu experiencia?</p> <p>7.4 ¿Te sientes responsable de tu propio proyecto de vida? ¿Qué has hecho para dirigirlo hacia el horizonte que tú has querido?</p> <p>7.5 ¿Consideras que tu libertad es finita o que siempre se puede hacer lo que tú decidas? ¿Cómo las condiciones externas han determinado tu propio proyecto de vida?</p>
<p><b>8. Responsabilidad</b></p>	<p>8.1 En tu vida ordinaria, en forma operativa, ¿cómo entiendes el concepto de responsabilidad?</p> <p>8.2 ¿Desde tu punto de vista, existe una relación entre responsabilidad y sentido de la existencia? ¿Cómo se da esta relación? Si la respuesta es negativa: ¿por qué estos conceptos no se relacionan?</p> <p>8.3 ¿Nos puedes ejemplificar esta relación, o la ausencia de esta con un evento que haya ocurrido en tu vida?</p>

#### IV.4 Procedimiento

El procedimiento para abordar la parte empírica del estudio se deriva de mi propia experiencia en cuanto a que se remite a la reflexión sobre el propio proceso de aprendizaje al ir haciendo consciente la manera en la que se da el proceso de construcción del sentido de la existencia. Dicha experiencia se presenta como una narrativa autoetnográfica que sirve como antecedente a la investigación misma. Un segundo elemento que fue fundamental en la conformación de la estructura del estudio fue el estudio profundo de la teoría de Viktor E. Frankl, ver su propuesta desde distintos ángulos y, más allá, visualizarla a través de las miradas de los alumnos. Esto abrió un panorama muy valioso para la comprensión de cómo cada persona va asimilando y poniendo en práctica los conceptos más importantes de esta teoría. En concreto, las preguntas, las experiencias, los acuerdos, desacuerdos, la manera de poner en práctica los conocimientos y reflexiones de los participantes abrieron la posibilidad de adquirir un pensamiento crítico y de elegir cuidadosamente las categorías de análisis que conformaron, más tarde, la guía de entrevista a profundidad.

El procedimiento tuvo como secuencia las siguientes fases:

1. Estudio a profundidad de la teoría de Viktor Frankl.
2. Reflexión y estudio de los elementos que intervenían como obstáculos en la búsqueda del sentido de la existencia en el contexto actual.
3. Elaboración del programa del curso-taller “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl”. Esta fase incluyó la planeación de las sesiones, con sus objetivos, contenidos, presentaciones, diseño de actividades vivenciales y los formatos de evaluación para cada una de las sesiones.
4. Impartición del curso, el cual, aparte de la exposición de la temática dio la oportunidad para el intercambio de puntos de vista con un equipo de psicólogos

profesionales, quienes tienen la responsabilidad de prevenir conductas de violencia y de suicidio en adolescentes que habitan en las zonas más pobres y vulnerables del Estado de Aguascalientes. Vale la pena resaltar, que aunque el objetivo del estudio no contempla, por cuestión de tiempo, el que los adolescentes fueran también sujetos de estudio, inevitablemente, en cada sesión, surgían reflexiones y el anhelo de formular estrategias para estos adolescentes.

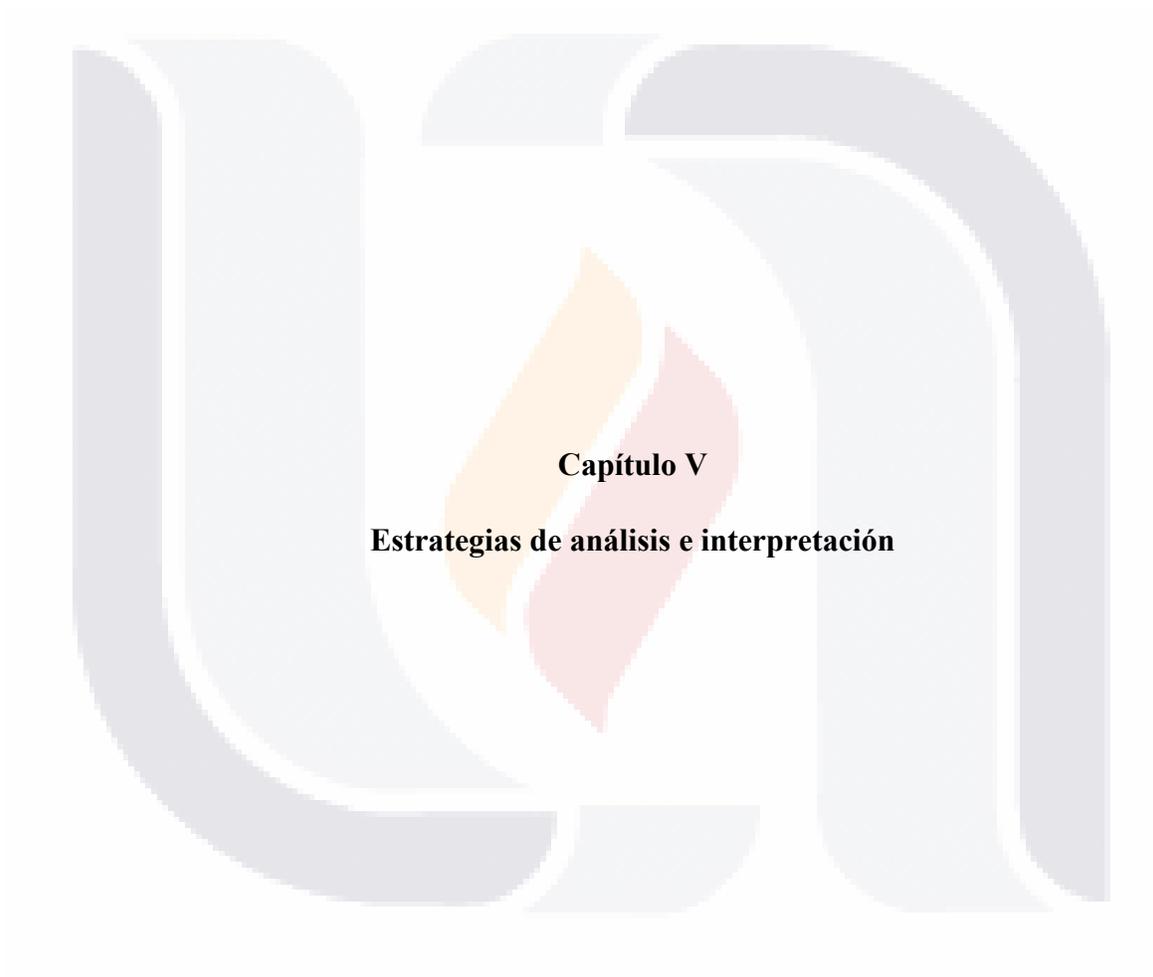
5. Aplicación de la evaluación de cada sesión y los dos principales conocimientos aprehendidos por cada uno de los participantes.
6. Aplicación del cuestionario sobre los principales conceptos de la teoría de Frankl, con la finalidad de comprender con mayor profundidad cuáles cuestiones giraban en torno al pensamiento de los psicólogos.
7. Aplicación del test “Purpose in Life” PIL.
8. Sistematización de los resultados y primeros análisis.
9. Elaboración de las categorías de análisis y la guía de entrevistas a profundidad.
10. Selección de la muestra a conveniencia.
11. Prueba piloto de la guía de entrevistas a profundidad y reformulación de las preguntas.
12. Aplicación de entrevistas a profundidad.
13. Análisis de los resultados.
14. Discusión de resultados.
15. Conclusiones.

#### **IV.5 Consideraciones éticas**

Las consideraciones éticas a las que se acoge esta tesis son:

1. La tesis tiene el objetivo de realizar contribuciones científicas para la resolución del problema de investigación.
2. Revisión detallada del estudio con el fin de buscar mejoras y presentar un trabajo pertinente y de calidad que contribuya a la mejora de la sociedad.

3. Corrección de los errores señalados por los tutores y el comité de tesis para que la tesis sea aprobada.
4. Adquirir los conocimientos y las competencias necesarios para la elaboración de la tesis en cuanto a la teoría como a la investigación empírica.
5. Durante el trabajo de investigación hacer un esfuerzo a favor de la reflexión de las ideas, las habilidades analíticas y apertura a las críticas constructivas.
6. Compromiso de no cometer plagio en ninguna de las partes de la tesis.
7. Compromiso de no presentar o fabricar datos que no sea verdaderos.
8. Compromiso de no manipular información con el fin de sesgar los procedimientos o los resultados.
9. Respetar la confianza de quienes participaron en la investigación salvaguardando su identidad.
10. No incurrir en conflicto de intereses favoreciendo los propios objetivos o a personas que les resulten conveniente la información para fines económicos u de otro tipo.



**Capítulo V**

**Estrategias de análisis e interpretación**

## V.1 Análisis interpretativo de los resultados autoetnográficos

<b>Categoría 1</b> <b>SENTIDO DE VIDA</b>
<p>Ante la dolorosa experiencia como testigo de la pérdida del sentido de vida de mi mamá como consecuencia de la muerte de mi papá, fui observando con un profundo sentimiento de impotencia, cómo ella fue transitando de un estado en el que, en un inicio, se tiene un <i>sentido y propósitos claros en la vida</i> a otro que implica una <i>baja orientación al sentido</i>. En medio de mi ignorancia, la negación y quizás otros mecanismos de defensa que me ocasionaban una gran inestabilidad emocional llega a mis manos el libro del Dr. Viktor E. Frankl, brindándome la oportunidad de conocer la logoterapia y el análisis existencial como técnicas logoterapéuticas para reencontrar el sentido de la vida. Desgraciadamente, mi mamá muere antes de que yo hubiera logrado alcanzar una comprensión clara de esta teoría.</p> <p>Mi proceso de aprendizaje sobre la construcción del sentido se dio a partir de muchos cuestionamientos que surgieron desde lo más profundo de mi ser y que me llevaban constantemente a la reflexión. En aquellos momentos, yo no había formulado en mi interior la pregunta por el sentido de mi vida, simplemente navegaba por la vida sin problematizar mi existencia. Jaspers (2020) lo expone con mucha claridad, antes del suceso, yo estaba viviendo mi vida dentro del marco de una <i>confianza irreflexiva</i>, y de repente, fui confrontada con una situación límite. Mi ser vivió tribulaciones con angustia y ansiedad; y, a partir de esa tormenta se empezó a generar una reconstitución de mi conciencia. En esos momentos empecé a problematizar mi existencia y su sentido, fue entonces, cuando emprendí un camino de búsqueda de respuestas. Mi mente iba contrastando distintas posturas de la filosofía existencial, en el camino, fui atravesando por períodos de reflexión y de análisis, en los cuales yo iba cambiando la postura desde la cual se podía apreciar el fenómeno. Mi postura final, se construye a través de la comprensión teórica y de la experiencia que me habían ido brindado mis vivencias. El complemento de ambas cosas, logran traer al nivel consciente la pregunta sobre el sentido de mi existencia, y, es ahí cuando emprendo el camino de la búsqueda del sentido y su construcción, con una estructura organizada en mi mente y con propósitos específicos por alcanzar. Antes yo no había percibido que en lo más profundo de mi ser subsistía, en palabras de Frankl (1994), un deseo de realización de sentido que requería ser colmado.</p> <p>Una de las cuestiones más importantes a resolver era, si de verdad, yo podía afirmar que la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia. Y mi respuesta fue un sí sincero y contundente. Lo que siguió fue actuar congruentemente con el sí dado desde lo más profundo de mi ser. Posteriormente, emprendí mi ruta hacia el sentido a través de los valores de creación, vivencia y actitud; sin embargo, cabe aclarar que el camino no ha sido fácil porque existen muchas distracciones y obstáculos en el camino. La gran ventaja que yo encuentro es que, gracias a la comprensión de la teoría de Frankl, logré descubrir que su propuesta responde a la necesidad intrínseca que todo ser humano tiene en su interior de cuestionar y problematizar su existencia. Antes de descubrir estos conocimientos, yo transitaba por un sendero nebuloso sin saber en realidad de dónde</p>

venía y hacia dónde me dirigía y ahora existe un faro de luz que me orienta hacia lo más valioso que la vida puede ofrecer a un ser humano: la plenitud y la paz. Con mi experiencia puedo atestiguar lo que Frankl (2001) propone, en cuanto a que, una persona, cuando se proyecta hacia un sentido ante el cual se siente responsable y comprometida está capacitada para afrontar con entereza los retos difíciles que la vida le presenta. Y, además, que los dos grandes pilares en donde se asienta el sentido de la existencia son precisamente la búsqueda del sentido y la capacidad que el ser humano puede desarrollar en aras de lograr la trascendencia.

## **Categoría 2**

### **VACÍO EXISTENCIAL**

En lo personal, no he tenido la experiencia de haber caído en un vacío existencial. En las crisis existenciales que he experimentado sí he sentido miedo, angustia y ansiedad con relación a diversas circunstancias que han sido amenazantes y a la incertidumbre de no saber cómo solucionar los distintos problemas y las consecuencias que estos traerían de cara al futuro, sin embargo, me he sostenido en mantener la decisión de no alejarme del área del sentido existencial usando las armas terapéuticas que aprendí del Dr. Frankl. Por ejemplo, en el caso de mi mamá me he hecho responsable al compartir mis conocimientos sobre el análisis existencial de Frankl con otras personas con el fin de que orienten sus propias vidas hacia el sentido, en vez de cargar con la culpa. En este sentido, aplica la idea de Frankl (2003c) de que toda tragedia humana puede convertirse en un triunfo humano, es decir, en un proyecto que de sentido a la existencia de quien padeció el drama y de otras personas que pueden resultar beneficiadas del evento.

Otro de los aprendizajes, que me han ayudado a no desviarme del camino hacia el sentido es comprender que la reflexión en un ambiente sereno me da la posibilidad de analizar el problema desde diferentes ángulos y así evaluar cuál de las posibilidades de solución guardan en sí una mayor posibilidad de realización de sentido. Por fin, en un momento dado había llegado a mí el punto de inflexión en el que, como afirma Frankl (2004), dejé de preguntarme a mí misma qué sentido tenía mi vida y empecé a reconocer el sentido en las tareas que la vida me reclamaba, la mayoría de ellas, eran fruto de compromisos que yo había contraído por decisión propia.

La vida me ha presentado diferentes pruebas posteriores a la muerte de mi mamá, algunas muy difíciles de enfrentar, las cuales he capitalizado de distintas formas porque también aprendía a aceptar lo irremisible y a partir de ese nuevo estadio volver a planear mi proyecto de vida. Otra de las consignas, que yo misma me he impuesto como tarea es el ser congruente con mis principios y mis valores, es decir, establecí un compromiso que consiste en dar un fiel testimonio de vida. El hecho fehaciente para mí es que he logrado afrontar las pruebas de vida sin angustia existencial, por supuesto que esto no anula sentimientos de miedo e inseguridad, lo cual atribuyo a que, hoy en día, conozco distintas formas de seguir avanzando en mi ruta hacia el sentido. Mi conducta es más humana hacia mí misma y hacia los demás porque he comprendido que no tengo nada que temer si simplemente actúo responsablemente acorde a las circunstancias que se van presentando con toda mi capacidad y empeño por encontrar el sentido y lograr la trascendencia.

Como puede observarse la anterior narrativa puede sintetizarse con las palabras *conocimiento* y *comprensión* de una teoría que se ha enfocado en el tema del sentido de la existencia. Frankl (2003b) asevera que la persona existencialmente frustrada no conoce nada con lo que poder llenar lo que él llama vacío existencial.

### Categoría 3

#### VALORES DE CREACIÓN

Logré descubrir que mi trabajo como docente había dado mucho sentido a mi vida, aunque antes de comprender las implicaciones de la teoría de Frankl ni siquiera fuera yo capaz de percibirlo, que mi vocación era generosa en cuanto a que me daba la oportunidad de realizar, a la vez, los valores de vivencia y de creación. Frankl (1992) afirma que ser persona significa estar orientado hacia más allá de sí mismo. Por lo que la realización humana tiene como eje central la autotranscendencia. Al ejercer la docencia, mi persona se orientaba hacia mis alumnos en un contacto personal. Aprendí a valorar que el gran esfuerzo que ameritaba la docencia, no tan bien remunerada económicamente, era una labor que permitía el desarrollo de mis facultades humanas de manera integral y las experiencias que me ofrecía la convivencia con los jóvenes al estar tratando temas tan profundamente humanos eran una fuente muy importante de realización. Las vivencias más valiosas que puedo destacar son: la convivencia con los jóvenes; observar sus caras de asombro cuando descubrían nuevos conocimientos, que, a su vez, daban sentido a sus vidas; su rebeldía expresada con sus cuestionamientos que me llevaban a mí a formular preguntas más profundas; su necesidad de ser ellos mismos, de conocerse, de expresarse y de descubrir su verdadero camino; la invitación constante por parte de ellos a renovar la manera en la que yo presentaba los temas de las materias para que la comprensión fuera más amable; y recibir su agradecimiento por los conocimientos adquiridos que, de alguna manera, daban luz a sus vidas.

### Categoría 4

#### VALORES DE VIVENCIA

Desde la perspectiva de Frankl (1992) los valores de vivencia hacen referencia al amor, es decir, a la unión entre dos seres humanos. Un *yo* que se une al *tú* en una acción que conjuga un *nosotros*. El nivel a lograr en una relación humana era llegar a valorar a la otra persona en todo lo que su vida tiene de peculiar y de singular.

En mi caso, los valores de vivencia los cultivé en mi empeño por ser mejor esposa y madre de mis cinco hijas en plena etapa de descubrimiento de sí mismas y de la construcción de su identidad, su sentido de vida y de sus propios caminos. Tener una lúcida conciencia de que el amor es la piedra angular sobre la que descansa la construcción del sentido de la existencia según Frankl (1992), me llevó a reflexionar detenidamente en cómo podría amar más y mejor a las personas que me rodeaban. El verdadero amor implica lograr la concepción del ser amado como un *ser peculiar y singular* que merece ser amado por el simple hecho de ser, no por sus cualidades o sus méritos personales.

Contemplé con claridad que cultivar la amistad y visibilizar las necesidades de otros seres humanos eran claves para mantenerme en el área del sentido. Aprendí, además, a creer en mí misma y en mí valía como persona; y, desde esta posición a ser más comprensiva, amable, tolerante y empática con los demás. Un gran reto que he enfrentado es lograr un balance entre el amor que me debo a mí misma y el que debo a los demás, no es fácil entender las jugadas de mi ego que tiende a querer llevarse la mejor parte en detrimento de los demás, a invisibilizar los sentimientos de los otros y ponerme por encima de ellos; a pensar que, en cualquier circunstancia me asiste la razón, por lo que mis oídos se vuelven sordos a la postura que otros tienen para dar a conocer su cosmovisión. Puedo también compartir que el análisis existencial ha desarrollado en mí competencias para el acompañamiento que doy a otras personas, cuando actúo reflexivamente y de cara a las bases antropológicas y ontológicas que aprendí del Dr. Frankl, y con la firme convicción de comportarme con congruencia, logro establecer vínculos profundamente humanos con la persona que me está confiando parte de su vida; a escucharla sin interponer juicios de por medio, a preguntar para que ella misma vaya descubriendo cuáles son las posibilidades de sentido que le ofrece su situación; a ser empática, comprensiva y a la vez exigente.

#### **Categoría 5**

#### **VALORES DE ACTITUD**

Uno de los mayores aprendizajes que obtuve es el haber descubierto que la vida me presentaba la oportunidad de convertir la dolorosa experiencia de la muerte de mi madre en un compromiso de vida; es decir, que el padecimiento y la muerte de mi mamá no quedara en un estadio de lamentos y de culpa, que refugiarte en el papel de víctima solo me llevaría, en última instancia, al decaimiento de mi propio proyecto de vida, a la angustia, a la ansiedad, a estados depresivos y a la manipulación de otras personas desde la victimas. Ahora estaba claro que la realización del sentido existencial es posible en medio del dolor y del sufrimiento, como afirma Frankl (2004).

En el momento en el que le di un sí contundente al sentido de su existencia, asumí, a la par, que en adelante ante situaciones dolorosas una pregunta inútil es el por qué y que la pregunta indicada era el *para qué*, es decir, cuestionarme cómo poder convertir un asunto doloroso en actos de crecimiento personal en beneficio de mí misma y de la sociedad. En mi caso fue el evitar que otras personas padecieran un vacío existencial que, como en el caso de su mamá, podía desembocar en la muerte. Quiero resaltar que aprendí a distinguir la gran diferencia entre culpa y responsabilidad, la primera es la consecuencia de cuando actuamos con malas intenciones y provocamos desgracias para los demás; en cambio, la responsabilidad señala que se actuó de acuerdo a las posibilidades que en ese momento tiene la persona, sin ninguna mala intención, que la ignorancia redujo las posibilidades de actuar con mayor asertividad y sin conocer lo que iba a devenir en el futuro.

**Categoría 6**  
**ESPIRITUALIDAD**

Comprendí a fondo la idea de Frankl (2010) en la que afirma que lo que caracteriza la vida humana es la eterna lucha entre su libertad espiritual y su destino interior y exterior. Desde el ámbito de la espiritualidad la religiosidad ha sido uno de los más firmes pilares que me ha sostenido, mi fe ha ido creciendo en el camino, por elección propia, ya no es la obligatoriedad que algún día muy lejano senté desde la educación de mis padres. Yo hago prácticas propias de su religión católica, aunque mi mayor consuelo lo encuentro en la oración personal con Dios. Mi cosmovisión se sustenta en la fe y en la esperanza, la caridad la vivo a través del amor y el respeto a los demás, reconozco que no es fácil porque el ego siempre quiere jugar a su favor, que es una lucha constante, pero que si se persevera se van adquiriendo virtudes humanas que giran en torno al amor. Otras de las prácticas que me dinamiza mi espiritualidad es escuchar algunas piezas de música clásica que elevan mi espíritu y esta escucha va acompañada de la oración y de la meditación; caminar en lugares arbolados que me hacen sentir como parte de la naturaleza acompañada por respiraciones profundas; escuchar *podcast* con meditaciones que me proporcionan paz interior; la lectura también me aporta enormes beneficios; entre otras. También reflexionar sobre mi propio proyecto de vida, visualizar el futuro que pretendo construir, mis problemas y las posibles soluciones con la finalidad de sacar adelante mis proyectos: el familiar, profesional, social y económico, para esto hay que aprovechar el día, cultivarlo, no dejarlo a la deriva en manos de la suerte o del destino.

**Categoría 7**  
**LIBERTAD**

Desde una perspectiva existencialista, he comprendido que lo que realmente me hace libre es que no basta con tomar la mejor decisión dadas las circunstancias por las que estoy pasando, sino que *la persona se realiza en la acción*; es decir, en la medida en que realizo actos propios de mis diferentes roles, voy definiendo más mi identidad, mi personalidad y mi carácter, los cuales se han ido modelando acorde a los actos que he realizado. También puedo afirmar que he llegado a comprender mediante los escritos de Frankl (2010) que el ser humano no debe estar exigiendo a la vida lo que considera necesitar o desear, sino que, es la vida la que me cuestiona y me demanda y que soy yo como persona quien con responsabilidad y compromiso debe actuar para cumplir esas misiones de vida que la vida me solicita. Gracias a las reflexiones y los debates entre los autores existencialistas pude encontrar que los vínculos humanos no te quitan la libertad, sino que, por el contrario, son el fruto de un compromiso establecido precisamente por un acto libre, consciente y responsable. Uno de los más importantes actos libres que he realizado con toda claridad de conciencia es haber decidido afirmar que la vida sí tiene sentido bajo cualquier circunstancia.

**Categoría 8**

**RESPONSABILIDAD**

Frankl (2010) propone que la persona debe de llegar a un nivel de madurez tal en el que sienta y viva su responsabilidad en cuanto al cumplimiento de todas y cada una de sus misiones y que cuanto mejor comprenda el carácter de misión que la vida tiene, tanto mayor sentido tendrá su vida para él.

Considero que uno de los mayores actos de responsabilidad que ha orientado mi vida hacia el área de sentido es haberme comprometido a tomar las riendas de mi vida en el sentido de no dejar que nadie decida lo que solo a mí corresponde. Ejemplifica esta idea con la práctica que adoptó al vivir la vida de manera más pausada, dedicando más tiempo a la meditación y a la reflexión, siendo más prudente, ubicando a su persona con relación a todos los compromisos previamente contraídos, no enjuiciando a los demás a la ligera, siendo más empática, generosa y amable. Reconozco que el bienestar ha de ir de la mano del bienser y que para lograr esto es necesario orientarse a la luz de los valores trascendentes. Por último, quiero hacer referencia a la siguiente cita de Frankl en la cual se condensa mi orientación hacia el sentido:

Solamente en la medida en que nos damos, en que nos exponemos y entregamos al mundo y a la tarea y a las exigencias que de él irradian sobre nuestra vida, solamente en la medida en la que nos preocupe lo que pasa allá afuera en el mundo y en las cosas y no de nosotros mismos o de nuestras necesidades, *solamente en la medida en que realizamos una misión*, cumplimos con un deber, *llenamos un sentido* o realizamos un valor, en esa misma medida nos realizamos y *consumamos a nosotros mismos*. (Frankl, 2003c, p. 106)

Hoy en día, visualizo mi vida con responsabilidad y también mi muerte con serenidad porque pienso que, si he logrado dar sentido a mi existencia, también la muerte lo tendrá.

**V.2 Análisis de resultados de los conocimientos significativos del curso “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl”**

La sección de los aprendizajes más significativos se clasificó en cuatro rubros: 1) aprendizajes que solo fueron conceptuales, los cuales representaron el 56%; 2) contiene los aprendizajes que, con base a la teoría, se convirtieron en aprendizajes prácticos, el alumno hizo la transferencia y descubrió cómo aplicarlos en su vida, representando el 20%; 3) presenta los conceptos que los participantes enuncian solo con el nombre del concepto, con el 23%; 4) las respuestas que resultaron ilegibles fueron el 1%.

En la tabla que sigue se muestran algunos ejemplos de las respuestas que los psicólogos dieron en los tres órdenes y de acuerdo a algunas de las categorías de análisis con el propósito de que se observen tres fases del proceso.

Solo se enuncia el concepto	Aprendizajes con comprensión conceptual	Aprendizajes prácticos en los que se logró la transferencia para ser aplicados en la vida
<b>Categoría de análisis: Sentido de vida</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El sentido de la vida y su importancia.</li> <li>▪ La vida tiene sentido.</li> <li>▪ El ser humano tiene un sentido.</li> <li>▪ Cómo dar sentido a la vida.</li> <li>▪ Existencia - interacción-entorno.</li> <li>▪ La vida y el sentido.</li> <li>▪ El sentido de la vida en Viktor Frankl.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Las distintas formas de encontrar el sentido propio a la vida dependen de c/u, el sentido es la vida misma.</li> <li>▪ La búsqueda de sentido de vida es personal.</li> <li>▪ El que no hay solo un motivo u objetivo en la vida, tenemos muchos. Enfrentar todo lo que venga, darle sentido.</li> <li>▪ Es necesario encontrar el sentido de la vida, mientras haya un para qué, habrá un cómo.</li> <li>▪ El sentido de la vida está en la vida misma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Me estoy enfocando en el trabajo introspectivo que lleva al sentido.</li> <li>▪ Me hace falta tener momentos para la reflexión, hacer un alto en la vida y encontrar maneras de trascender en nuestro paso por este mundo, dejar huellas buenas con nuestros actos.</li> <li>▪ Debo pensar en la búsqueda de sentido de mi vida, ya que aviva nuestra mente y corazón para resolver situaciones del día a día. (Vivir con propósito)</li> <li>▪ Me resuena el sentido de responsabilidad de ir hacia mis adolescentes. ¿Qué es lo que la vida espera de mí? Como cuestionamiento diario hacia mi actuar personal y profesional.</li> <li>▪ Como herramienta de apoyo, recordar el anclar a las y los adolescentes a su propio sentido de vida, desde su realidad y entorno.</li> <li>▪ Me hizo reflexionar la última pregunta acerca de qué espera la vida de mí, pues comúnmente estamos sumergidos en las expectativas hacia el exterior.</li> <li>▪ Se me ocurren formas para aplicar actividades del sentido de vida a mis alumnos.</li> <li>▪ La importancia de trabajar en mi propia persona, así como en el sentido de mi propia existencia.</li> </ul>

<b>Categoría de análisis: Valores de creación</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El valor del trabajo.</li> <li>▪ Los valores de creación.</li> <li>▪ Valores de vivencia y de creación.</li> <li>▪ El trabajo y el sentido.</li> <li>▪ Sentido de comunidad y trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La integración de visión de Frankl y Mounier me deja la reflexión de que el ser humano es un ser que alcanza el máximo nivel de su existencia siendo un ser pensante, que trabaja y es capaz de amar.</li> <li>▪ Que los deberes al tener sentido le dan sentido a la existencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aprendí cómo aplicar en mi ejercer laboral la práctica de la búsqueda del sentido con los adolescentes.</li> <li>▪ Cómo mi trabajo en la secundaria me ayuda a trascender y a encontrarle un sentido a mi vida mediante el servicio a mis semejantes. Llevar la teoría a mi contexto actual y enfocarla en el aquí y en el ahora.</li> <li>▪ Como terapeuta estoy haciendo un buen trabajo con los niños de la ciudad de los niños.</li> <li>▪ En mi trabajo en la Ciudad de los Niños, debo fortalecer recursos.</li> <li>▪ Aclaré cómo puedo mejorar la terapia con un paciente.</li> <li>▪ Utilizaré esta filosofía y creo que funcionará muy bien. Fortalecer mis conocimientos para ayudar a los pacientes fortaleciéndolos con bases teóricas y filosóficas.</li> </ul>
<b>Categoría de Análisis: Valores de vivencia</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ “All you need is love”.</li> <li>▪ Trascendencia.</li> <li>▪ El concepto de trascender y sentido de existencia que propone Frankl.</li> <li>▪ Somos seres trascendentes.</li> <li>▪ Ser, valores y trascendencia.</li> <li>▪ Frankl: Trascendencia-Valores-Ser Persona.</li> <li>▪ La resignificación de la felicidad y del amor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El amor es la plena realización de la persona, la libera, la realiza, la immortaliza. En el trascender personal se encuentra el sentido de la vida.</li> <li>▪ El ser humano es trascendental. El ser humano debe voltear a ver al otro, pero primero se debe ver a sí mismo. El ser humano es esencia.</li> <li>▪ La trascendencia a través de la espiritualidad.</li> <li>▪ La importancia de la voluntad y los valores en la trascendencia y el encuentro con los demás.</li> <li>▪ El fin último del ser humano es el amor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Enfocarme más en el amor y utilizarlo como medio para la construcción de mi sentido de vida. Una pregunta que me movió mucho fue: ¿Qué es lo que la vida espera de mí? Me sirve considerablemente para mi crecimiento personal.</li> <li>▪ La autorreflexión con relación a la postura y actitud tanto propia como social del sentido de la trascendencia, lo que involucra esta toma de conciencia y acción.</li> <li>▪ Voy a dejar de lado aquellos estereotipos que la sociedad espera de nosotros y buscar una trascendencia más allá del materialismo.</li> <li>▪ Enfocarme más en el amor y utilizarlo como medio para la construcción de mi sentido de vida. Una pregunta que me movió mucho</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Que las personas, nos humanizamos en la medida en que nos damos a los demás a través de los valores.</li> </ul>	<p>fue: ¿Qué es lo que la vida espera de mí? Me sirve considerablemente para mi crecimiento personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A nivel personal el aplicarme en asumir más el compromiso con el otro, pensándolo como un beneficio también para mí, primero identificando aquellos aspectos a trabajar.</li> <li>▪ Voy a centralizar el sentido de mi vida en la conciencia y el amor.</li> <li>▪ Necesito esforzarme más en el área de la familia.</li> </ul>
<p><b>Categoría de análisis: Valores de actitud</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Diferencia entre dolor y sufrimiento.</li> <li>▪ La triada trágica.</li> <li>▪ Vacío existencial.</li> <li>▪ El duelo en la tanatología.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El dolor es un medio por el cual necesitamos pasar irremediamente para encontrar grandes aprendizajes de vida.</li> <li>▪ El encuentro humano, como punto importante para sobreponerse de una situación traumática o complicada y seguir trascendiendo.</li> <li>▪ El dolor puede convertirse en un triunfo humano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Voy a darle un significado distinto a alguna circunstancia drástica y que parecieran sinsentido.</li> <li>▪ Voy a resignificar algunas situaciones dolorosas que aún me duelen.</li> <li>▪ Ahora comprendo que debo entrelazar los valores de vivencia con los de creación para darle sentido a mi sufrimiento y canalizar esta experiencia a los adolescentes.</li> </ul>
<p><b>Categoría de análisis: Espiritualidad</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Espiritualidad</li> <li>▪ El que somos seres espirituales y materiales.</li> <li>▪ Que somos seres espirituales.</li> <li>▪ Lo fundamental del equilibrio entre materia y espíritu.</li> <li>▪ Espiritualidad y religiosidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El aporte filosófico de Mounier es afín al de Viktor Frankl, en el buscar la realización personal desde la espiritualidad como entes con esencia que trascienden, con una crítica positiva respecto al enfoque capitalista en el cual el hombre va en búsqueda de obtener más que llegar a ser.</li> <li>▪ Que necesitamos encontrar un balance entre lo material, espiritual y la toma de decisiones. Que no podemos vivir en la polaridad total.</li> <li>▪ La persona es un ES ser; con inteligencia + voluntad que nos lleva a la trascendencia – libertad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La importancia de la introspección que nos permite ese autoconocimiento y facilita la labor que podemos realizar en este acompañamiento de los chicos.</li> <li>▪ Tengo el poder de trascender como persona, no solo enfocándome en los bienes materiales, sino enfocarme en mi proyección como persona.</li> <li>▪ Reflexión profunda sobre el tener y el ser, que invita a buscar sentido en el actuar cotidiano.</li> <li>▪ La integración del concepto de persona como un ente espíritu-corpóreo; no es un nuevo aprendizaje, pero sí un adecuado recordatorio para mí, justo para mantener el equilibrio, pues en la</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El ser espiritual no implica el ser religioso, puedo ser espiritual de la forma en que mejor me acomode y me sienta cómodo.</li> <li>▪ El concepto de espiritualidad como la esencia más profunda que lo material.</li> <li>▪ El ser humano tiene que ver más por el dejar las cosas superficiales. Al estar bien con uno mismo, lo demás se acomoda en su lugar.</li> </ul>	<p>cotidianidad puedo perder (descuidar) el uno u otro lado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Debo practicar el trabajo introspectivo que me lleva al sentido.</li> </ul>
<p><b>Categoría de análisis:</b> <b>Libertad</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La posibilidad de libertad de elección.</li> <li>▪ La libertad es limitada.</li> <li>▪ Libertad.</li> <li>▪ La libertad según Viktor Frankl.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Toda libertad conlleva una responsabilidad. La libertad se encuentra dentro de cada individuo independientemente del contexto externo, sin embargo, puede verse limitada por diversos factores (ignorancia, violencia, dificultades psíquicas).</li> <li>▪ Aprender que pese a las circunstancias la toma de decisiones y la actitud influyen para afrontar las situaciones particulares.</li> <li>▪ La libertad va en relación con el encuentro de un sentido de vida para cada situación vivida. No dejarse llevar por la influencia del contexto, sino encontrar la realización propia.</li> <li>▪ El sentido de vida va de la mano con nuestra capacidad de ser libres.</li> <li>▪ Que es necesario la congruencia con los valores que dan dirección al sentido y la realización para la vida, en cambio, lo contrario, el no ser congruentes lleva a la frustración y al sinsentido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ser objetivos en lo que queremos realizar, tomar y valorar los elementos más importantes y tener claro e ir descubriendo qué es lo que queremos realizar en nuestra historia de vida.</li> <li>▪ Retomar, reestructurar, conocimientos antes vistos y darle nuevamente sentido a lo que hago.</li> <li>▪ Más que aprendizaje, recordar que estamos inmersos en un contexto que nos devora y tenemos que desarrollar la capacidad para ser conscientes de ello y elegir qué queremos hacer con eso.</li> <li>▪ He tomado conciencia que la individualidad es importante también para el autoconocimiento y enriquecimiento como herramienta para encontrarnos con el otro y el mundo externo.</li> <li>▪ Me hace falta tener momentos para la reflexión, hacer un alto en la vida y encontrar maneras de trascender en nuestro paso por este mundo, dejar huellas buenas con mis actos.</li> <li>▪ Ser capaz de tomar conciencia de mis decisiones.</li> <li>▪ Recordar que estamos inmersos en un contexto que nos devora y tenemos que desarrollar la capacidad para ser conscientes de ello y elegir qué queremos hacer con eso.</li> </ul>

Categoría de análisis: Responsabilidad		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La importancia de la responsabilidad.</li> <li>▪ Libertad – Responsabilidad.</li> <li>▪ Responsabilidad y proyecto de vida.</li> <li>▪ Ser responsable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La responsabilidad es cumplir con los compromisos.</li> <li>▪ La libertad nos lleva a ser responsables.</li> <li>▪ Responsabilidad es trabajar en la mejora de mi persona.</li> <li>▪ Para Viktor Frankl la libertad tiene que ir de la mano de la responsabilidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A nivel personal, el aplicarme en asumir más el compromiso con el otro, pensándolo como un beneficio también para mí, primero identificando aquellos aspectos a trabajar.</li> <li>▪ La importancia de trabajar en mi propia persona, así como en el sentido de mi propia existencia.</li> <li>▪ Como terapeutas es importante guiar a los adolescentes en la responsabilidad que conlleva decidir.</li> <li>▪ Más que aprendizaje, el validar las decisiones que he tomado en mi vida, independientemente de si han sido correctas o no, saber y recordar que sin ellas no estaría en donde estoy ahora.</li> </ul>

El objetivo a lograr es que los psicólogos logren transitar de la comprensión teórica al nivel en el cual se logra la transferencia de los conocimientos dentro de los ámbitos personal y profesional; por lo que se propone que, se integren actividades más reflexivas, análisis de casos y trabajos en equipo.

**Recomendaciones por parte de los participantes**

Una de las recomendaciones más significativas por su trascendencia y profundidad que, incluso es una invitación a realizar un segundo enfoque a los contenidos del curso, dice así: *Es importantísimo trabajar en la conciencia de clases para poder entender el sentido de vida desde el absurdo, pues es la población y contextos con quien trabajamos.*

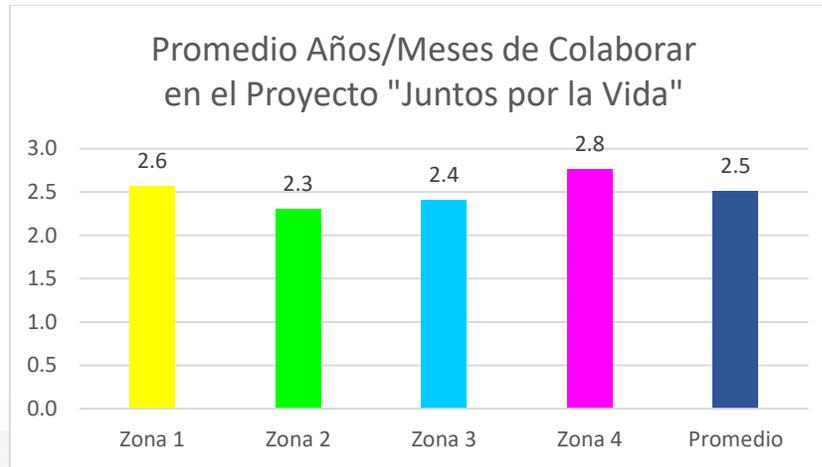
Aunque el Dr. Viktor Frankl hace la afirmación constante de que *la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia*, la realidad de muchos seres humanos que viven en un contexto de pobreza extrema, violencia intrafamiliar, abusos sexuales, feminicidios, abuso laboral, falta

de oportunidades para su desarrollo personal y profesional, abuso en el uso de estupefacientes y otros obstáculos que entorpecen la realización de un proyecto elegido conscientemente por la persona, y por ende, la realización del sentido de la existencia. En dicho contexto, se pierde la esperanza de salir del mismo algún día; por lo tanto, se requiere una intervención integral desde las distintas instituciones que conforman el entramado social y cultural.

### **V.3 Análisis de resultados del cuestionario del curso “El sentido de la Vida en Viktor Frankl”**

El cuestionario en su primera parte pregunta a los sujetos de estudio sobre el tiempo que llevan trabajando en el proyecto, los principales problemas que afectan a los adolescentes, si el curso propició reflexiones profundas en torno a su propio sentido de vida, si les aportó conocimientos significativos para ser aplicados en su vida personal y en el acompañamiento que loes brindan a los adolescentes. En la segunda parte se persigue el objetivo de conocer cuál es su postura en torno a las categorías de análisis, las cuales facilitan la comprensión de cómo ellos se posicionan ante la propuesta del Viktor Frankl.

La *primera pregunta* les pidió que dijeran cuánto tiempo tenían trabajando para el programa “Juntos por la Vida”.



Como puede observarse los resultados son muy similares para las cuatro zonas, no se encuentran diferencias significativas, por lo que el promedio general de las cuatro zonas queda ubicado en un rango de dos años con cinco meses.

La *segunda pregunta* cuestionó sobre cómo entendían el objetivo del programa “Juntos por la Vida”. Algunas de las preguntas más representativas son:

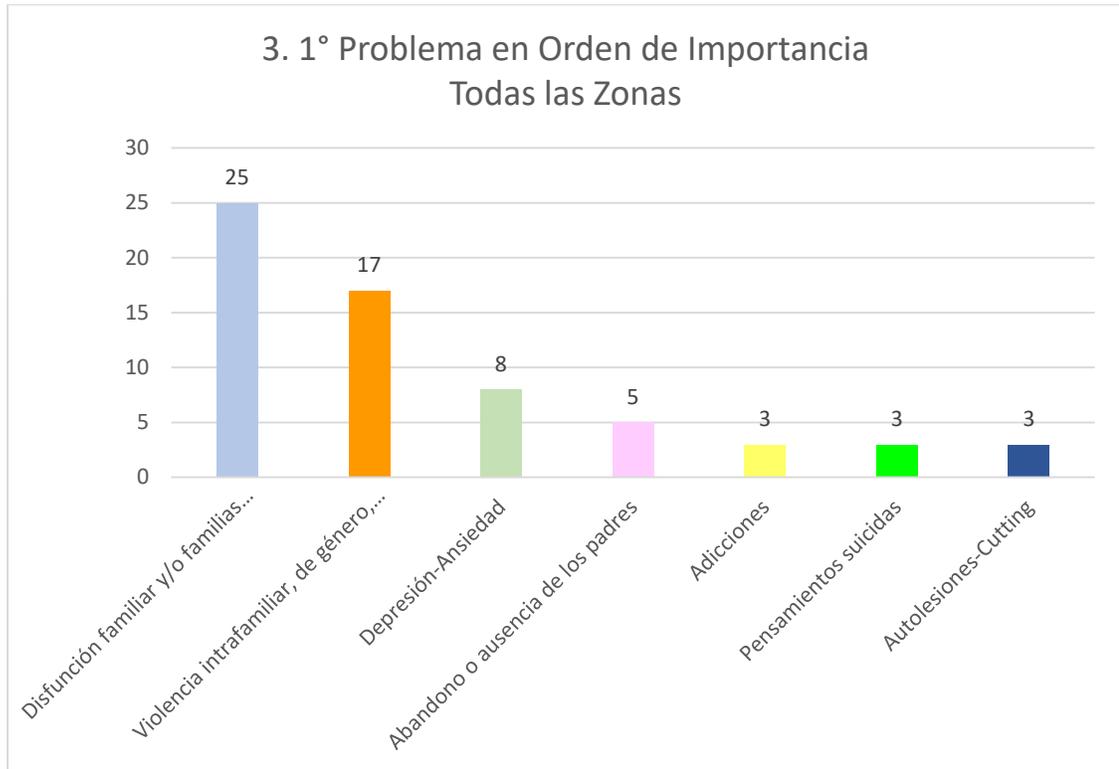
- El objetivo general es promover una red de apoyo en el estado de Aguascalientes, coordinado por el DIF Estatal en la prevención de suicidios y acompañamiento emocional de los adolescentes mediante asesorías psicológicas.
- Apoyar a los adolescentes para afrontar problemas socioafectivos de forma adecuada en pro de prevenir y/o enfrentar estados de desánimo, depresión, trastornos alimenticios, adicciones, etc.
- Brindar atención psicológica a todo alumno de secundaria que así lo requiera, así como brindar orientaciones pertinentes en el contexto familiar y escolar para favorecer al desarrollo emocional y social de las y los adolescentes.
- Encaminado a fortalecer el desarrollo biopsicosocial del adolescente que le permita dotar y reforzar habilidades para la vida que favorezcan una mayor autogestión de su persona y emociones.

- Brindar atención psicológica a adolescentes para impactar de manera positiva en sus vidas generando bienestar y salud emocional, ayudando/tratando de reducir problemas de salud pública (suicidio, violencia, consumo de sustancias, etc.).
- Dar una mirada hacia esos adolescentes que ya no son vistos por su familia, que puedan ser escuchados y nombrados, para que ellos puedan sentirse pertenecientes de nuevo.
- Realizar un trabajo psicológico clínico en problemas que hacen a los adolescentes vulnerables para incrementar las fortalezas individuales que repercuten en el sistema social disminuyendo las problemáticas de salud pública.
- Me gusta el objetivo ya que los adolescentes necesitan un espacio donde pueden expresarse y validar sus emociones y así encuentren un lugar seguro donde se sientan importantes en la escucha y acompañamiento.
- Brindar escucha y orientación a los adolescentes que de por sí son población vulnerable para brindarles (o que la encuentren) mayor consciencia y deseo de mayor calidad de vida y así prevenir el suicidio.
- Es un proyecto, que busca a partir del adolescente, generar un cambio en su familia y en él, para así generar un cambio en la sociedad de Aguascalientes.
- Que los jóvenes descubran el sentido de vida, aprendan estrategias afrontamiento y se conozcan a sí mismos para generar personas con bienestar.

Como puede observarse todas las respuestas contienen elementos esenciales del objetivo del programa, aunque cada participante hace referencia a lo que considera fundamental.

La *pregunta tres* pide que se enlisten, en orden de importancia, los tres principales problemas que afectan a los adolescentes en la secundaria en la que cada uno de los psicólogos prestan sus servicios. Para los tres niveles de mayor importancia, se presentan gráficamente los siete más mencionados, a partir del cuarto nivel de importancia la frecuencia cae significativamente alcanzando un máximo de tres menciones o menos.

**Problemas en el Primer Nivel de Importancia**



El problema que se considera como prioritario, representa el 31%, lo cual señala que la disfunción familiar y/o la desintegración familiar es la principal causa que perturba a los adolescentes. El segundo, corresponde al rubro de la violencia en sus múltiples expresiones, con un 21%. Y, en tercer lugar, tenemos los síntomas de depresión-ansiedad con un 10%. Los cálculos de los porcentajes están estimados sobre la base de 80 respuestas.

De acuerdo con la teoría del Dr. Frankl, se observa que tanto la disfunción o desintegración familiar se relacionan directamente con la oportunidad de vivir los *valores de vivencia*, los cuales hacen referencia a un ambiente de amor y seguridad en los hogares con la finalidad de que el ser humano aprenda a amarse a sí mismo y a trascender por medio del amor hacia otras personas y en general hacia su entorno. La depresión y la ansiedad son algunos de los

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

síntomas que dan cuenta de la falta de sentido existencial de un individuo, dado que, la búsqueda de sentido es lo que mueve fundamentalmente la voluntad de la persona; sin movimiento, viene la inercia y la apatía. Como se ha observado, en el marco teórico, Frankl (1994) afirma que son dos los fundamentos de la felicidad humana: 1) El encuentro y la realización del sentido existencial y 2) El logro del encuentro con otro ser humano en forma de un tú.

Si se integran *la disfunción familiar y/o familias desintegradas* con el problema de la *violencia intrafamiliar* en cualquiera de sus facetas, podemos afirmar que la problemática principal tiene su núcleo en el seno de la familia. Y, en cierta medida, también las adicciones dado que los psicólogos mencionaron que los padres inciden constantemente en el consumo de alcohol y diversos estupefacientes. Es comprensible que, como consecuencia, los adolescentes tengan muy bajos recursos personales para resolver sus problemáticas emocionales y su baja tolerancia a la frustración.

En la *pregunta cuatro*, se cuestionó a los participantes si el curso los ayudó a reflexionar en torno al sentido que daban a sus propias vidas. Los resultados obtenidos fueron que el 94% dieron una respuesta afirmativa y el 6% negativa. Esta pregunta está relacionada con el objetivo del curso: *Analizar de qué manera el análisis existencial suscitó reflexiones profundas y acciones concretas en torno al sentido de la vida de los psicólogos*. Por lo que se puede afirmar que el objetivo se alcanzó de forma significativa.

La *pregunta número cinco*, cuestionó a los participantes: ¿El curso te aportó conocimientos significativos para ser aplicados en tu vida personal? Las respuestas expresadas en términos

porcentuales indican que el 91% de los participantes contestaron de forma afirmativa y el 9% encontraron que el curso no les aportó conocimientos significativos.

La pregunta cinco, pide a los participantes que, en caso de que su respuesta sea afirmativa señalen cuál fue el conocimiento más significativo que el curso les aportó. A continuación, presentamos la tendencia hacia donde apuntaron las respuestas.

- Confirmar que mi existencia actual tiene un sentido de vida y que mi trabajo es una parte importante del mismo.
- Aceptar las condiciones y los recursos que tengo para hacer algo bueno de mí, algo que me dé propósito.
- Tener un plan sin dejar de concentrarme en el aquí y en el ahora, me ayudará a ser objetiva, y, por consiguiente, mi sentido de vida será más sólido.
- Contactar más con mi existencia personal en todos los ámbitos de la vida.
- Salir de mí misma para ir al encuentro del otro.
- Reflexionar sobre la responsabilidad y las decisiones del día a día.
- El tema de los valores, ya que, para poder desarrollarme tanto en el ámbito laboral como personal necesito reconocer mi valía y mis virtudes.
- La importancia de tener un sentido de vida muy claro.
- Aprender que antes de ayudar a buscar el sentido de vida a los demás, tengo que buscarlo yo mismo.
- Valorar y dar significado a mi existencia.
- El concepto de libertad última en el ser humano. Elegir la actitud sobre las cosas que no se pueden cambiar.
- Que no importan las circunstancias siempre habrá algo que nos impulse a seguir adelante.
- Me ha orientado sobre la forma de ver mis metas, la forma en la que trabajo. El sentido que tiene para mí la vida.

- La actitud que tome ante las situaciones que se presenten es importante, además, me ayuda a acomodar mis valores en una categoría basada en los tres valores de Frankl.
- La autoevaluación y revisión interna para conocer en dónde hace falta reforzar personalmente habilidades para poder estar al 100% con el otro.
- Buscar el sentido de mi vida.

Tanto las respuestas presentadas aquí como ejemplo, así como, las restantes nos llevan a afirmar que los sujetos de estudio incurrieron en reflexiones profundas en lo referente al cuestionamiento sobre el sentido existencial.

La *pregunta 6* cuestiona al participante si el curso aportó conocimientos significativos para ser aplicados con los adolescentes de la secundaria en la que laboran. Las respuestas indican que el 89% de los sujetos de estudio afirmó que el curso sí aportó conocimientos significativos a su labor como psicólogos en las escuelas secundarias, mientras que el 11% dio una respuesta negativa.

Aunque el curso fue diseñado para que los psicólogos lo enfocaran a su vida personal, se encontró que constantemente lo hacían extensivo a los adolescentes, esta insistencia se atribuye a que consideraban que, en la medida en la que dieran un acompañamiento más asertivo a los adolescentes su labor sería más trascendente. Desde nuestro punto de vista, ellos realizan su trabajo como una vocación de servicio, no tanto, porque esta sea una profesión altamente lucrativa. A lo largo de las sesiones, pudimos apreciar su compromiso por lograr mejores terapias que ofrezcan una vida más digna y plena para los adolescentes.

La segunda parte del cuestionario plantea preguntas relacionadas con las principales categorías de análisis. En la siguiente matriz se puede ver la clasificación de las preguntas en la categoría de análisis que les corresponde.

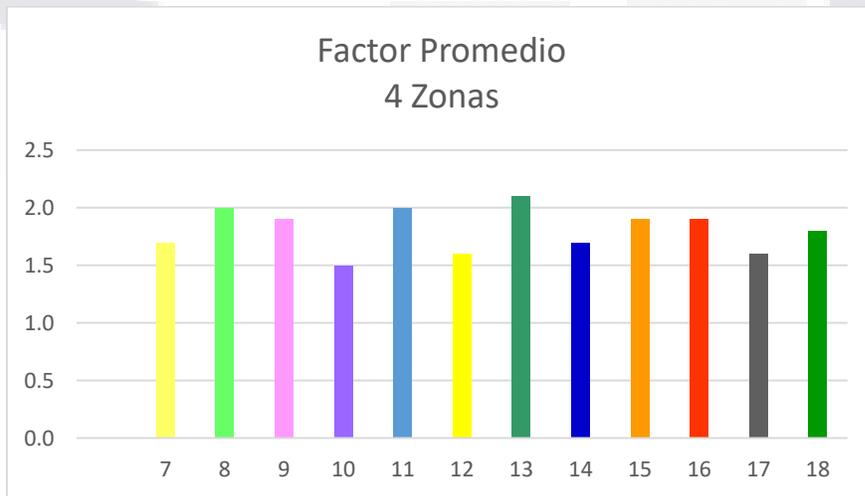
<p><b>Categoría 1</b> <b>SENTIDO DE VIDA</b></p>
<p>Pregunta(s):</p> <p>7 En la medida en que la persona se ocupa de buscar y reflexionar sobre el sentido de cada una de las acciones que realiza se le da la oportunidad de lograr una mayor estabilidad emocional.</p> <p>10 Hacernos responsables de nuestro desarrollo personal nos ofrece la posibilidad de encontrar la paz interior.</p> <p>13 Cuando encontramos el sentido que tienen los deberes que tenemos que cumplir se abre la posibilidad de que estos no resulten una carga pesada y difícil de cumplir.</p>
<p><b>Categoría 2</b> <b>VACÍO EXISTENCIAL</b></p>
<p>Pregunta(s):</p> <p>16 Viktor Frankl afirma que el Vacío Existencial es el sentimiento de que la vida carece total y definitivamente de un sentido. La persona piensa que alberga un desierto dentro de sí; por lo tanto, requiere de apoyo a través de la Logoterapia y el Análisis Existencial.</p>
<p><b>Categoría 3</b> <b>VALORES DE CREACIÓN</b></p>
<p>Pregunta(s):</p> <p>17 El valor del trabajo reside en que representa una oportunidad para que una persona se enlace con su comunidad para prestar un servicio que mejore las condiciones de vida para todos.</p>
<p><b>Categoría 4</b> <b>VALORES DE VIVENCIA</b></p>
<p>Pregunta(s):</p>

<p>11 Encontrar el sentido de la vida implica salir de nosotros mismos para ir al encuentro de otras personas de manera generosa y solidaria.</p>
<p><b>Categoría 5</b> <b>VALORES DE ACTITUD</b></p>
<p>Pregunta(s) 18 El dolor y el sufrimiento provocan una tensión fecunda con la cual la persona crece y madura templando su carácter y humanizándola.</p>
<p><b>Categoría 6</b> <b>ESPIRITUALIDAD</b></p>
<p>Pregunta(s): 8 La persona es un ser espíritu-corpóreo, por lo tanto, es necesario vivir armonizando estas dos dimensiones en nuestro día a día.  14 Los seres humanos estamos dotados de una conciencia que nos ayuda a descubrir el sentido que tiene cada uno de los actos que realizamos, por lo que resulta muy importante formarla.</p>
<p><b>Categoría 7</b> <b>LIBERTAD</b></p>
<p>Pregunta(s): 11 La persona tiene la posibilidad de tomar las riendas de su vida y responsablemente construir su propio proyecto de vida.</p>
<p><b>Categoría 8</b> <b>RESPONSABILIDAD</b></p>
<p>Pregunta(s): 15 Viktor Frankl afirma que es necesario preguntarnos sobre qué espera la vida de nosotros y así encontrar cuál es nuestra misión de vida, en vez de estar exigiendo a la vida que cumpla todos nuestros deseos.</p>
<p><b>Incidencia del contexto sobre la construcción del sentido existencial</b></p>
<p>Pregunta(s): 9 El ambiente cultural en el que nos desenvolvemos actualmente es poco propicio para el encuentro del sentido existencial, por lo que debemos hacer conciencia de cómo nos afecta. (Hedonismo, materialismo, utilitarismo, etc.)</p>

En la siguiente tabla se presentan los resultados de las respuestas de 79 psicólogos relacionadas con las categorías de análisis.

Categoría de Análisis	Pregunta(s)	Factor promedio	Interpretación
1. Sentido de vida	7, 10 y 13	1.8	Se observar que, los factores predominantes en las respuestas a las preguntas derivadas de las ocho categorías de análisis y de la incidencia del contexto sobre la construcción del sentido de la vida, muestran una tendencia hacia los factores 1 <i>totalmente de acuerdo</i> y 2 <i>bastante de acuerdo</i> . Si se calcula el promedio general de las 12 preguntas el resultado es de 1.8 lo que significa que en términos generales los 79 participantes están <i>bastante de acuerdo</i> con lo que plantean. No se observa una desviación significativa en ninguna de ellas.
2. Vacío existencial	16	1.9	
3. Valores de creación	17	1.6	
4. Valores de vivencia	11	2.0	
5. Valores de actitud	18	1.8	
6. Espiritualidad	8 y 14	1.6	
7. Libertad	11	2.0	
8. Responsabilidad	15	1.9	
Incidencia del contexto sobre la construcción del sentido existencial	9	2.0	

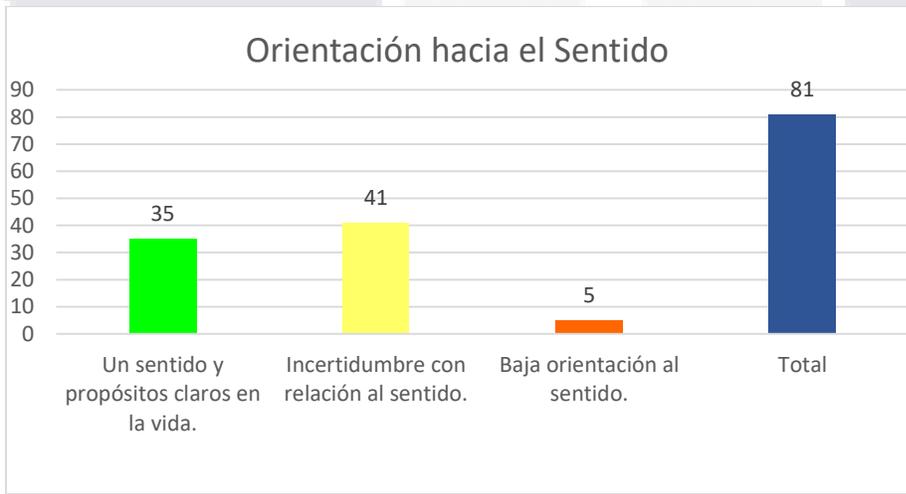
La siguiente gráfica muestra los resultados a las respuestas para las 12 preguntas que se derivan de las ocho categorías de análisis.



La pregunta que surge es ¿qué significa que los psicólogos estén *bastante de acuerdo*? La interpretación que se le da es que ellos aprueban la línea del pensamiento que está proponiendo el Dr. Frankl en las distintas categorías de análisis. Lo significativo es que ellos han conocido y comprendido los ejes antropológicos y ontológicos que conforman el análisis existencial, el cual, a su vez, sostiene a la logoterapia; por lo tanto, están capacitados para cuestionarse sobre el sentido de sus propias vidas y construir su sentido de vida. Si se da una desviación de la ruta hacia el sentido, sabrán cómo retomarla y podrán reconocer los síntomas del vacío existencial; además, estas mismas competencias los habilitan para adentrarse de manera formal en el estudio de la logoterapia y así usarla en sus intervenciones clínicas.

#### V. 4 Análisis de resultados del PIL o prueba de orientación hacia el sentido

Los resultados que se presentan a continuación constituyen la medición del grado de orientación hacia el sentido del total de los psicólogos que integran el equipo del programa “Juntos por la Vida”. Dicha orientación representa el nivel que ellos tenían en el momento de contestar la prueba. La orientación hacia el sentido se presenta en la siguiente gráfica.



En términos porcentuales se tiene que el 43% por ciento de la población presenta *un sentido y propósitos claros en la vida*; mientras que, el 51% se encuentra en el nivel de *incertidumbre con relación al sentido*; una *baja orientación al sentido* la presentaron el 6% de los psicólogos. El objetivo general de este estudio es comprender cómo los psicólogos construyen el sentido de sus vidas, con la aplicación de esta prueba ellos lograron traer a nivel consciente la pregunta sobre el sentido y de ahí como punto de arranque, a través de la reflexividad pueden analizarse a sí mismos para descubrir cómo lo han hecho en el pasado, en qué punto se encuentran en el camino y cómo van a trazar su ruta hacia el sentido proyectándola hacia el futuro. Los *ítems* del cuestionario pueden ser convertidos en objetivos a lograr para así subir al siguiente nivel.

## V.6 Análisis interpretativo de las entrevistas a profundidad

<b>Categoría 1</b> <b>SENTIDO DE VIDA</b>
<p><b>Sujeto 1</b></p> <p>Uriel nos muestra que ha sabido mantener un sentido y propósitos claros en la vida, lo cual, se corrobora con el puntaje obtenido en la prueba de orientación hacia el sentido. La constante búsqueda del sentido de su existencia y la trascendencia han sido los pilares sobre los que él ha edificado su sentido de vida. En palabras de Frankl (1994) “(...) el hombre aspira a encontrar y realizar un sentido, pero también a encontrarse con otro ser humano en forma de un tú.” (p.12) Su logro se debe a la forma en la que ha ido transitando por las tres vías que propone Frankl, a la constante reflexión y al ejercicio de la responsabilidad alineada congruentemente con sus creencias religiosas y sus valores. Desde un inicio él declara que su religión ha sido su principal sostén y la que ha dado orientación a su vida, en términos de Frankl (2010), esto significa que, en la lucha por superar los momentos difíciles de su vida, su libertad espiritual ha logrado vencer a su destino interior y al exterior.</p> <p>En su desempeño laboral, encontramos que constantemente se esfuerza por ser un mejor psicólogo, no por el reconocimiento social, si no por el impacto sanador que puede propiciar en sus pacientes. Al respecto, Frankl (2010) refiere que la persona necesita</p>

tener un punto fijo en el horizonte de su porvenir, algo o alguien por quien luchar, y así, lograr la consecución de la realización del sentido existencial y la plenitud de vida.

El amor es un valor que unifica y da plenitud a la vida de Uriel en dos sentidos dar y recibir. Reconoce que el amor a sí mismo fue el detonante que lo llevó a salir de su crisis. En paralelo menciona que el amar a Dios, a su familia, a su novia, amigos y pacientes lo llevaron a salir adelante de su crisis y lograr el sentido. Frankl (1992, p.185) propone que "(...) los *valores de vivencia* hacen referencia al amor, principalmente a la unión entre dos seres humanos."

A la vez, él ha logrado resignificar las pruebas dolorosas que la vida le ha presentado, en cuanto que ha podido capitalizar y resignificar lo sufrido durante su crisis y canalizarlo con acciones positiva para la sociedad y para él mismo; por ende, esta situación confirma lo propuesto por Frankl (2004) al afirmar que el sentido es posible sin el sufrimiento o a pesar del sufrimiento.

Uriel nos permite ver que la principal sensación cuando se está en el área de sentido es una gran paz interior al saber que se cumple con un compromiso a conciencia y como efecto la persona resurge otra vez a la vida.

## **Sujeto 2**

La pregunta sobre el sentido se detona en Naru en el momento en el que su madre fallece, aunque ya todo apuntaba a que esto iba a suceder, el desprendimiento resultó ser muy doloroso, además, este ocurre precisamente el día del cumpleaños de Naru, cuestión que la impacta aún más. Desde entonces, ella vive su vida con más conciencia y atiende de mejor forma su esfera emocional; cuando se pregunta ¿por qué me pasa esto?, busca respuestas a través de la reflexión; a la par, se va dando el cuestionamiento sobre la misión que debe cumplir en su vida; empieza a poner a su persona en un plano más elevado, dado que antes siempre antepone a los demás. Estas acciones, la encaminaron hacia el sentido de la existencia. El querer atender su esfera emocional, e ir a la reflexividad nos indica que tiene la intención de integrar los tres niveles ontológicos de la persona (biológico, emocional y espiritual) en una unidad antropológica; recordemos que Frankl (2003c) afirma que dicha integración es lo que da autonomía de la existencia espiritual.

Con esta experiencia, ella se hace responsable del acompañamiento a su madre durante su enfermedad y muerte dándole un gran apoyo emocional y gestionando asuntos relativos a su tratamiento. En este punto se puede apreciar que Naru está transitando por la ruta de los valores de vivencia, que como postula Frankl (2003b) es el ámbito en donde se da el encuentro con otro ser humano al que se ama en la forma de un tú. Al acompañamiento que hace a su mamá, se suma que estuvo haciendo prácticas en el ISSSTE atendiendo a pacientes con cáncer, entonces, podemos apreciar que trasciende más allá de su madre. Naru vivió la experiencia de recibir el agradecimiento de su mamá y de otros pacientes, lo cual representa para ella una gran satisfacción, seguida por una sensación de paz interior. Ahora, da gracias a la vida por haberle permitido acompañar

a su madre en este trance, siendo este un ejemplo de cómo ella experimenta la paz que proporciona el encontrar sentido a la propia vida.

A la pregunta de si su vida en el presente tiene sentido, afirma con entusiasmo que sí, la razón estriba en que ella considera que su vida es muy valiosa porque le da la oportunidad de realizarse como persona; y que, en estos momentos se está dedicando a lo que ella quiere, está con la pareja que eligió, se siente integrada como parte fundamental de su familia, y valora mucho la amistad, sus amigos han demostrado ser buenos amigos aún en las circunstancias críticas por las que pasó, aprecia, además, que distintas personas la buscan para compartir eventos de su vida, tanto tristes como alegres. Esta parte de la narrativa de Naru, nos indica que, en gran medida, su sentido de vida se construye gracias a los valores de vivencia, los cuales según Frankl (1992) hacen referencia a la unión profunda entre los seres humanos.

Los valores de creación son también parte fundamental de su sentido de vida actual porque mediante su trabajo se ha dado cuenta de que existen casos en los adolescentes muy complicados, pudo percibir que ellos la estaban pasando mucho peor que ella y que muchos de esos chicos habían perdido a su mamá porque habían sido abandonados, en cambio, ella era una mujer adulta y su madre había muerto por una grave enfermedad, y no porque quisiera abandonarla. Frankl (2003c) afirma que solamente en la medida en que realizamos una misión y cumplimos con un deber se puede avanzar en la ruta hacia el sentido. Los resultados del PIL coinciden con lo declarado por Naru, quien alcanza una puntuación de 113, lo que significa que está en el rango de *un sentido y propósito claros* en la vida.

### **Sujeto 3**

La narrativa de Brisa nos muestra una transición de una etapa en su vida en la que tenía un nivel, de acuerdo al PIL, de *incertidumbre con relación al sentido* a una *baja orientación al sentido* y posteriormente el retorno a una *incertidumbre con relación al sentido*, debido a una carga emocional en su labor como psicóloga en una secundaria ubicada al oriente de la ciudad y una coyuntura en su matrimonio. Frankl (2020) recomienda que en los casos de que la persona padezca incertidumbre o una baja orientación al sentido, hay que ayudarla a ver que su misión más importante y urgente es encontrar la vía que la conduzca a cumplir su misión de vida con una férrea voluntad desde su unicidad y su irrepetibilidad.

Ella declara que ha ido construyendo el sentido de su existencia, a lo largo de su vida, siempre de forma diferente, atribuye a que esto sucede dado que la construcción está en función de la etapa de la vida por la que ha ido atravesando. En este punto se encuentra una relación con la idea de Frankl (2020) en la que afirma que la persona va construyendo su destino según las circunstancias que se vayan presentando y las posibilidades que la persona tiene para encontrar el sentido, lo cual ocurrirá unas veces trascendiendo (valores de vivencia), otras trabajando (valores de creación) y también padeciendo (valores de actitud).

Se observa que, en cuanto a los valores de vivencia, ella recuerda que cuando empezó su etapa de ser madre, el sentido de su vida eran sus hijos, al paso del tiempo, comprendió que sus hijos algún día se irían y que no debía centrar su sentido solo en ellos, entonces, comenzó a buscar otras opciones que dieran sentido a su vida. La vía que ella elige fue darse atención a sí misma, propiciar un reencuentro para conocerse como la persona que en ese momento era. Hasta el momento, esta es la principal vía, y se suman su proyecto familiar y su trabajo.

La vida la ha retado a responder de manera responsable ante un hecho doloroso y ya consumado cuando perdió la confianza en su esposo debido a una infidelidad que él cometió. Este fue un suceso que la impactó fuertemente, causando un gran sufrimiento, lo expresa diciendo, “esta infidelidad me tiró al piso”. La manera en la que logró ir saliendo adelante ocurrió cuando se permitió sentir ese dolor, viviéndolo, llorando la pérdida y el agravio, hasta que llegó el día en el que ya no hubo más lágrimas que llorar. Fue entonces, cuando decidió que lo peor ya había pasado y que era momento de ponerse de pie nuevamente. Durante y después del proceso de duelo, las crisis volvían con mayor o menor intensidad, el hecho es que el sufrimiento no desaparecía del todo, afirma. Lo más difícil de enfrentar era cuando creía que ya estaba bien, aunque luego venía otra recaída y así una y otra vez. Esta narrativa, remite a situaciones en las que Frankl (2010) afirma que el sufrimiento suscita una tensión que, enfocada positivamente, resulta ser fecunda y revolucionaria, y se da cuando la persona acepta la realidad dada, entonces, se facilita la transición entre el ser y el deber ser.

Brisa comparte que la experiencia más representativa de cuando ha logrado encontrar un sentido pleno fue con el nacimiento de sus dos hijos, por ejemplo, cuando vio por primera vez a su primer hijo, lo expresa así, “todo fue luminoso, todo era bonito, nada me dolía, sentía como si estuviera flotando, quería volar, nada importaba solo mi hijo y la relación tan profunda entre los dos”. Estas sensaciones las sentía en el pecho como un aire que lo inflamaba y le daba plenitud. Se le preguntó si ese nexo tan profundo la invitó a ser mejor persona, ella contestó que definitivamente sí, que el sentir la responsabilidad de tener a su cargo a sus hijos la llamaron a mejorar en todos los sentidos. Esta parte de la narrativa remite a lo que postula Frankl (2003c), en el sentido de que la segunda capacidad humana que proviene del ámbito espiritual es la autotranscendencia, la cual denota que el ser humano siempre apunta a alguien diferente de sí mismo con el propósito de lograr un encuentro amoroso, y este acto en la medida en que se vive expansivamente humaniza a la persona y la conduce al encuentro del sentido existencial.

En la actualidad, Brisa afirma contundente que su vida sí tiene sentido, y que esta es una elección personal, simplemente porque se lo merece. Con esta respuesta, Brisa está afirmando implícitamente su valía como persona y además reafirma y resignifica el sentido existencial dado que acaba de salir de una etapa oscura llena de dolor y sufrimiento en la que se cuestionaba constantemente si en verdad su vida tenía sentido.

Reconoce que la falta de reflexión sobre el sentido es la principal causa de su agobio, de su cansancio y de su incertidumbre con relación al futuro, ella ha logrado sobrevivir sin siquiera darse cuenta por todo lo que ha pasado y cómo ha sido que pasó.

## Categoría 2

### VACÍO EXISTENCIAL

#### Sujeto 1

Uriel vivió una severa crisis existencial durante 4 años, de los 16 a los 20. Su crisis fue tan profunda que llegó a sentir que su vida hasta ahí había llegado por lo mal que se sentía. Nunca intentó atentar en contra de su vida, sin embargo, el sufrimiento era tan fuerte que ya no le permitía “vivir”, la pregunta que aparecía en su mente recurrentemente era: “¿en realidad, esto es la vida?” Describe que se sentía como si fuera un *zombie*, estaba como muerto en vida. Él logra describir con claridad esta sensación, al decir, “ya no sentía la vida, sentía solo el sufrimiento, el dolor, mucha angustia, estrés y abatimiento al imaginar que su vida, en adelante, sería así.”

En el abatimiento de su crisis, hace consciente la educación religiosa que recibió desde niño, entonces, comienza a experimentar mucha paz, a la vez que surge una fuerza interior que lo ayuda a emprender el camino hacia la sanación, esto se conoce en la teoría de Frankl como el *poder de obstinación del espíritu*. Frankl (2020) explica que el cambiarse a sí mismo supone elevarse por encima de sí mismo y crecer más allá de uno mismo.

En esa etapa, consolida su relación con Dios por elección propia y no por una imposición materna. Uriel establece una íntima relación con Dios en quien confía y a quien confía sus más íntimas inquietudes existenciales y humanas. “Dios es el interlocutor de nuestros más íntimos soliloquios. Siempre que nos hablamos a nosotros mismos con sinceridad y en soledad, aquél a quien nos estamos dirigiendo puede designarse, en justicia, como Dios.” (Frankl, 2020, p. 72)

Una vez que sale de su crisis y se reestablece dentro del área del sentido puede afirmar contundentemente desde el pensamiento, la palabra y la acción que su vida sí tiene sentido, podemos apreciar que con esto reafirma que la búsqueda de sentido y la trascendencia son los dos pilares sobre los que se apoya el sentido.

#### Sujeto 2

Naru no cayó en el vacío existencial, en su narrativa comparte el proceso que representó el duelo por la muerte de su madre. Con sus propias palabras manifiesta que: “Cuando pasó lo de mi mamá me sentía muy estresada, muy, muy, mal, nunca me había visto así. Y sí llegué a pensar “mejor ya no existo”. No quise matarme, pero sí me cuestionaba ¿para qué existo?, ya no quiero, ya no puedo sentir este dolor, esta presión, esta angustia y otras muchas cosas. Me siento incapaz de levantarme y proseguir mi camino.” Se puede observar con claridad que cuando se presentan circunstancias desgarradoras emerge la pregunta por el sentido, la cual viene acompañada por la experiencia de sentir una enorme necesidad de huir porque lo que se desea en el fondo es no experimentar el

sufrimiento; sin embargo, ella no acudió a ningún tipo de estupefaciente para evadir esa realidad que tanto la lastimaba. En momentos así, afirma (Frankl, 2010) la persona no debe hundirse en el vacío existencial invocando su propia insuficiencia, es decir, a despreciar sus propias posibilidades interiores. Debe surgir la conciencia de que la vida es así, problemática, siempre invitando al ser humano a levantarse, a seguir adelante, a trascender haciendo uso de sus propias facultades y apoyándose en sus seres queridos.

En medio de su crisis, Naru empieza a tener momentos de lucidez, aparece en su mente la idea de que su vida vale mucho, en realidad, ella no creía que pudiera volver a ser feliz, sin embargo, subyace en su interior el sentimiento de que se sentía satisfecha con las decisiones que había tomado y la inundaba de paz el haber acompañado a su mamá hasta los últimos momentos de su vida. Más adelante, resurge en Naru la voluntad de sentido, según Frankl (2003c) manifestándose en los esfuerzos por buscar un pleno sentido a su existencia. A través de la voluntad de sentido retoma la marcha para cumplir responsablemente sus misiones de vida. Aunque la tristeza por la ausencia de su madre sigue en ella, considera que es más importante la presencia que ella dejó por medio de su amor y sus enseñanzas.

### **Sujeto 3**

Brisa sufre una fuerte crisis en su relación matrimonial debido a una infidelidad de su esposo, por lo cual durante mucho tiempo dudó, estuvo desubicada no sabía qué rumbo tomaría su vida, contantemente surgía en ella el pensamiento de “por qué mi esposo me hace esto”, si ella sentía que era algo que no se merecía.

En la actualidad, ella cree merecer que su vida tenga un sentido y no perderlo porque ha luchado mucho por emerger del sinsentido. Ella padeció muchos momentos en los que no se sentía valiosa, sin ganas de retomar su camino, ni siquiera se sentía capaz de salir adelante, pensaba que no había un para qué, porque creía que nada podía ya cambiar y ahí, en el sinsentido era en donde se iba a quedar. La crisis fue siguiendo su curso hasta que empezaron a aparecer ideas más luminosas en las que aparecía una luz de esperanza que le indicaba que las cosas sí podían cambiar y mejorar. Ella describe la sensación que predominaba en esos momentos como que le faltaba algo, la sensación de un vacío en su ser. Y aunque ya había superado esa etapa, nos comenta que, la duda por lo que va a seguir después vuelve a aparecer constantemente, se pregunta ¿por qué no mejoro?, ¿qué sigue de aquí?, ¿por qué la duda sobre el sentido de mi vida persiste?, ¿por qué no logro lo que yo quiero? Ella declara que el vacío, durante la crisis, siempre estuvo latente y que sigue persistiendo, el sentimiento de no poder encontrar “algo” que lograra llenar el vacío que sentía y lo difícil que resulta ser el no saber qué es ese algo. El hecho y lo que a ella más le preocupa es que no se siente plena. El síntoma antes descrito, corrobora la idea de Frankl (2003 b) en la cual afirma que la persona que padece una frustración existencial no conoce “nada” con lo que se pueda llenar lo que él llama *vacío existencial*.

Otro aspecto importante de la entrevista con relación a la categoría de análisis relativa al vacío existencial, surgió cuando se hizo la revisión de algunos ítems de la prueba PIL. Brisa, en septiembre de 2022, hace un año, obtuvo un puntaje de 109 lo cual indica

*incertidumbre con relación al sentido*, al comentar los resultados, ella afirma que definitivamente ella ha experimentado esa incertidumbre tal y como lo ha estado narrando. Nos comparte que con relación a la pregunta 5 que dice: *Cada día es*, ella bajaría dos puntos a la respuesta que dio, es decir, le parece que cada día es *exactamente lo mismo*, en su día a día prevalece el cansancio y lo rutinario. El estado rutinario de su vida, el exceso de trabajo que implican dos turnos y los deberes familiares tienen a Brisa en un estado de agotamiento muy fuerte; y a esto se suma la crisis existencial que ha venido padeciendo.

A la pregunta de si ella ha tratado de evadir sus crisis a través de alguna adicción, nos contesta que no, que ese nunca ha sido su problema. La manera en la que ella canaliza el estrés y los sentimientos negativos es a través del ejercicio.

### **Categoría 3**

#### **VALORES DE CREACIÓN**

##### **Sujeto 1**

Para Uriel el trabajo es valioso porque brinda la oportunidad de ayudar a otras personas, tal y como su terapeuta lo ayudó a él para salir de su crisis. Su labor con los adolescentes le ha permitido establecer conexiones humanas profundas dado que ellos son muy vulnerables al no haber tenido el acompañamiento por parte de sus padres, entonces, cuando encuentran a alguien que realmente los escucha, los comprende y los guía, se abren y se confían compartiendo sus inquietudes con la esperanza de que se les apoye en la sanación de sus heridas. Entonces, ellos dan muestras de agradecimiento y esto es lo que le revela el valor de su misión de vida como psicólogo. Frankl (1992) afirma que la persona avanza hacia la plenitud cuando constantemente se dirige a otras personas con el ánimo de dar apoyo para que realicen su vida a plenitud.

Se observó que Uriel valora su trabajo y está consciente de que los lazos que establece con sus pacientes deben de ser profundamente humanos, honestos y respetuosos. De acuerdo a Frankl (1992), el trabajo cobra su sentido y su valor dado que permite que la peculiaridad del individuo se enlace con su comunidad.

Uriel está consciente de que la sanación integral es el principal objetivo que debe lograr el terapeuta y esto solo se logra cuando se es capaz de reconocer la dignidad de un individuo por encima de sus carencias, defectos o manías. Es importante en este punto, mencionar que Frankl (2003c) afirma que solamente desde la dimensión superior de la espiritualidad es posible captar tanto la unicidad, como su humanidad de la otra persona; y por ende respetar su dignidad. Uriel reconoce que las personas poseen una individualidad que las hace únicas e irrepetibles, por lo que cada quien tiene un proyecto de vida por realizar y que es en ese punto en el que se finca la dignidad de las personas.

En cuanto a la alta realización personal que Uriel dice lograr a través del trabajo, se atribuye a que él considera que el trabajo es un espacio idóneo para la ejecución de los valores personales, la reflexión y la toma de decisiones. Por lo tanto, se está realizando

una misión de vida y “(...) *solamente en la medida en que realizamos una misión*, cumplimos con un deber, *llenamos un sentido* o realizamos un valor, en esa misma medida nos realizamos y *consumamos a nosotros mismos*.” (Frankl, 2003c, p. 106) O bien, se asocia esta declaración de Uriel con el pensamiento en el que afirma que: “Por lo que hace a la autorrealización, de que hoy tanto se habla, me atrevo a afirmar que el hombre sólo es capaz de autorrealizarse en la medida en la que cumple un sentido.” (Frankl, 2003b, p.83)

## **Sujeto 2**

El trabajo para Naru implica un gran cansancio debido a la atención terapéutica es muy desgastante. Afirma que con los adolescentes se trabaja, sobre todo, con cuestiones de autoestima, problemas familiares, abandonos y, en algunas ocasiones, con casos de abuso sexual y otras cuestiones relacionadas con la sexualidad. La tensión en ella está casi siempre presente porque con los adolescentes se tiene que estar muy atento y lograr un excelente rapport para así poder contenerlos. Sin embargo, su labor conlleva grandes recompensas, ejemplifica esta afirmación con el caso de una niña que padecía insuficiencia renal, en ese tiempo, cursaba el primer año de secundaria. Ella sola sacó su cita para recibir atención psicológica, y, desde el primer momento le confió a Naru su historia de vida. La niña tenía muchas ganas de vivir, repetía continuamente, “¡yo quiero vivir!, ¡yo quiero ser feliz!”, deseaba poder comer pastel, tener novio, es decir, poder hacer lo que sus compañeros hacían. En las últimas sesiones que Naru tuvo con ella se dieron conexiones humanas muy profundas, la niña llegó a comprender situaciones familiares que antes la lastimaban. Se logró que la niña conociera y conviviera con su papá dos semanas antes de morir, y en las sesiones que siguieron a este acontecimiento, se dio la oportunidad de que ella resignificara la larga ausencia de su papá, pudo valorar lo bueno que sí tuvo en su vida. A los pocos días murió, en el velorio, la mamá le dijo a Naru que estaba profundamente agradecida por todo lo que había hecho por su hija. Para Naru, esas palabras y ese abrazo fueron altamente significativos, en ese momento, ella pudo reconocer la infinita riqueza de su misión como terapeuta. Frankl (1992) establece que ser persona significa estar orientada hacia más allá de sí mismo y que la esencia de la existencia humana se encuentra en su capacidad de autotranscender. Existir, afirma Frankl (2004), significa buscar el sentido de la existencia, afanarse por encontrarlo y vivirlo a través de los valores de creación, vivencia y actitud.

Su trabajo, finalmente, aunque desgastante le brinda a Naru mucha satisfacción y paz interior, porque sabe que con su esfuerzo puede aportar algo positivo a la sociedad. Frankl (2003c, p. 106) lo establece afirmando que “(...) *solamente en la medida en la que nos preocupe lo que pasa allá afuera en el mundo y en las cosas y no de nosotros mismos o de nuestras necesidades, solamente en la medida en que realizamos una misión*, cumplimos con un deber, *llenamos un sentido* o realizamos un valor, en esa misma medida nos realizamos (...)” como personas.

### Sujeto 3

En su trabajo profesional a Brisa le gustaría crecer profesionalmente, no sabe si lo quiere hacer en su profesión como psicóloga porque es una labor agotadora. El cansancio es sobre todo mental, comenta, por los casos tan complicados y graves que se le presentan, tanto que hasta la vida del paciente depende de las palabras que se le digan, del seguimiento que se les dé o de discernir si el adolescente está en un verdadero riesgo por un abuso o por una situación de violencia grave. Estar recibiendo casos, uno tras otro, todos los días, resulta muy estresante.

Su trabajo implica dar acompañamiento a adolescentes que van nadando contra corriente, son muchas adversidades, hay mucho abandono, la mayoría viven con sus abuelos, en esos ambientes ellos no son vistos, no son ni siquiera nombrados. El hecho de ir a la escuela les ayuda a sentirse pertenecientes a un lugar y eso es lo único que les da recursos para seguir adelante con sus vidas. Su entorno les ofrece violencia, adicciones, intentos de suicidio, abusos, incluso por parte de sus familiares. En algunos casos los chicos cuentan con el recurso de sus familias y en esta encuentran su mayor potencial. Pero hay casos en los que ellos están verdaderamente solos y su labor se torna muy difícil porque Brisa no haya de dónde se puedan sostener. Los abuelos tienen la disposición, pero no las fuerzas para lidiar con las dificultades propias de la adolescencia. En esas condiciones es muy fácil que ellos caigan en la delincuencia. Brisa piensa que la razón por la cual el equipo de psicólogos ocupa constantemente sus pensamientos a buscar la resolución de los casos difíciles es precisamente porque sabe que del manejo que le den al caso depende hasta la vida de los chicos. “Vamos caminando con una carga como de 40 o 50 vidas en nuestra espalda”, comenta, cuando sales de tu trabajo no puedes desligarte, es algo que no puedes dejar atrás para irte tú sola, sin esas preocupaciones a tu casa. Ella describe que siente que va por la vida en espera de cualquier señal que le dé la pauta para encontrar la solución a los casos más delicados, en espera de descubrir esa señal en una canción, una película, en una conversación o en un libro. Desde el punto de vista de Viktor Frankl (2010), es necesario descubrir que el valor del trabajo está en función de un sentido por realizar y de la adquisición de la conciencia de responsabilidad a través del análisis existencial, el cual enseña a concebir la vida como una continua misión.

Ella después de cubrir dos turnos, llega a su casa a hacerse cargo de las responsabilidades propias de esposa, madre y ama de casa; sus hijos, necesitan a su madre entera, cuando llega la noche se pregunta “¿y ahora qué sigue?, pues otro día igual de pesado”.

A pesar de lo difícil de su trabajo como psicóloga, Brisa reconoce que este es un espacio que le brinda la oportunidad de trascender y de servir a la sociedad. Recuerda que atendió el caso de una señora que atentó en contra de su vida, cuando fue dada de alta del hospital, la remitieron con ella para que empezara su terapia. La señora estaba en muy malas condiciones anímicas y le confió que en cuanto pudiera lo iba a volver a intentar y que tendría éxito en su propósito. Después de un proceso terapéutico largo se le dio de alta, a los pocos días regresó al consultorio para darle las gracias y obsequiarle una

maceta con una planta, sus palabras fueron: “Gracias a usted yo estoy viva”. Para Brisa este hecho representó una experiencia muy enriquecedora que le reveló lo que significa la trascendencia en el trabajo y el lograr establecer un contacto profundamente humano con otro ser. Ella se siente muy orgullosa de su logro, sin presunción, simplemente un sentimiento de mucha paz por haber salvado una vida. La planta simbolizó la vida. Ese sentimiento, comenta Brisa, fue muy parecido a cuando recibió en sus brazos a su hijo, porque en ambos había mucha plenitud. Esta experiencia que narra Brisa nos remite al pensamiento de Frankl (2010) en el que afirma que la conciencia de una misión de vida tiene un gran valor psicoterapéutico; es decir, lo que más ayuda a la persona a vencer las dificultades objetivas y las penalidades subjetivas es el cumplimiento de dicho deber.

El trabajo, entonces, es valioso por el hecho de que se está hablando de vidas humanas, de sentimientos, de emociones, de cuidar y acompañar a los alumnos; en este sentido, los maestros y los psicólogos juegan un rol muy importante en la vida de estos chicos porque quizás son los únicos que los ven y los nombran, y quienes, en un momento dado, los pueden rescatar. Como dice Viktor Frankl (2010) todo ser es un ser en relación por lo que hay que afrontar la lucha por su sanación con los medios adecuados, es decir, con armas espirituales, sin perder de vista que lo espiritual se rige por leyes propias.

#### **Categoría 4**

#### **VALORES DE VIVENCIA**

##### **Sujeto 1**

La cosmovisión que Uriel tiene con relación al amor hunde sus raíces en la idea de que el ser humano tiene una esencia espiritual y que el amor es inherente a la persona, y, por ende, parte fundamental de su dignidad. Por ello, considera que para que se funde una relación amorosa es necesario respetar esa esencia y tratar de mejorar en los aspectos que son accesorios. La idea que está implícita es que el amor debe de ser exigente, ya que el objetivo final es lograr la mejora personal y la del ser amado, y con ello, la madurez de la relación. La disposición a la mejora debe surgir de la persona misma y no de la obligatoriedad.

En el caso de la relación terapeuta-paciente, el amor se manifiesta con el respeto a su dignidad y el legítimo deseo de acompañarla en su camino hacia la construcción del sentido y su plenitud de vida. Con esta descripción, Uriel nos lleva al punto en el que, Frankl (1994) asevera que la persona esencialmente aspira a encontrar el sentido de su existencia y a lograr un encuentro personal con otro ser humano siendo ambos el fundamento de la plenitud.

En este caso, descubrir el amor que se debía a sí mismo fue la bujía que detonó la sanación de Uriel y lo impulsó a salir de su crisis, y de ahí, ese amor se derramó hacia los otros.

Otro elemento importante a considerar es que la persona es un ser único e irrepetible, por lo que se le debe atender según su propia forma de ser, esto requiere de procesos de

observación, comprensión y empatía. Frankl (1992) asevera que el ser amado debe ser concebido como una persona que es así y no de otro modo; de este modo se establece una relación *yo-tu*. Con esta idea se puede observar que cuando la persona es sujeto y objeto de amor, es un ser que potencializa todas sus facultades y se aproxima a la plenitud. Frankl (2003c) asevera que sólo en esta dimensión es posible captar a la persona en su unicidad y en su humanidad.

En la medida en la que ha logrado mejorar como persona, de la misma forma ha ido avanzado en la reafirmación de su sentido de vida y le es más fácil lograr la empatía y la condescendencia con las demás personas.

## **Sujeto 2**

El punto de vista de Naru con relación a la incondicionalidad del amor, se remite a que ella piensa que cualquier ser humano merece ser amado y respetado, además, las personas deben hacer por los otros todo lo que puedan, aunque, obviamente existen límites que no se pueden traspasar, no cuando vas en contra de ti mismo. Esta idea del amor incondicional puede ser complementada por el pensamiento de Frankl, en cuanto a que “(...) comprender a una persona en su esencia, tal como es, en su singularidad y su peculiaridad, pero no solo en su esencia y tal como es sino también en su valor, en su deber ser, y esto quiere decir aceptarle positivamente.” (Frankl, 2018a, 271) Así, la visión de cómo ayudar al otro establece pautas que nos ayudan a engrandecer a la persona, a respetarla y a engrandecerla.

Ella ve serios problemas en la comunicación, no sabemos expresar el amor y tampoco estamos dispuestos a recibirlo como el otro lo da; por ejemplo, los padres salen a trabajar para darles una mejor vida a sus hijos, pero los hijos reclaman que sus padres siempre están ausentes. En el caso de los adolescentes estos problemas se agravan por la rebeldía que les es propia. Además, existen muchos casos en los que ellos sufren violencia intrafamiliar y el abandono de sus padres. Naru piensa que todos debemos aprender a pedir el amor en la forma en lo que lo necesitamos, para que el otro pueda comprender cuáles son nuestras necesidades, a la vez, la primera persona ha de escuchar las necesidades del tú. Naru, nos comparte su punto de vista sobre el amor de forma pragmática, es decir, aterriza en conductas concretas lo que Frankl propone como filosofía de vida. El amor, según Frankl (1992) es la vivencia de otro ser humano en todo lo que su vida tiene de peculiar y singular.

A la vez, Naru concuerda con Frankl en que el amor es el sentimiento más poderoso del mundo, cuando amas y te aman te creces como persona y el mundo se ve más luminoso, eres capaz de hacer hasta lo que nunca imaginaste. Las personas se realizan en gran medida en el amor y de ahí emana una sensación de paz y de felicidad, lo cual es sinónimo del sentido existencial. En su experiencia de vida ella reconoce que ha vivido el amor en sus distintas facetas, que nunca ha sufrido su carencia. El amor te da sentido, también, en la medida en la que te hace más consciente de cuáles van siendo tus misiones de vida; te da un sentido de humanización que conlleva la empatía, la comprensión y otros atributos. Frankl (1992, p.185) lo dice así: “El amor aumenta y afina en quien ama

la resonancia humana para la plenitud de los valores.” La carrera de Psicología le ha dado la oportunidad a Naru de descubrir el valor de una palabra amable, de una mirada, de un abrazo cuando más lo necesita la otra persona.

### **Sujeto 3**

Respecto al amor, Brisa piensa que cuando realmente se ama se debe aceptar a la otra persona tal y como es, de otra manera solo se le está utilizando. El límite de tolerancia es cuando el otro por su forma de ser lastima y hace daño. De igual manera, los otros la tienen que amar por lo que ella es, no se tiene que renunciar a la propia identidad y adaptarse al otro para ser merecedora de su amor.

Para ella una parte fundamental del amor consiste en ayudar a los demás, lo ha vivido en su propia experiencia y cuando esto le ha sucedido se ha sentido más satisfecha y más plena. Frankl (2018 a) define al amor como la acción de poder llamar tú a alguien y aceptarlo como es en su esencia, tal como es, en su singularidad y además aceptar su valía como persona, en todo lo que conlleva su dignidad.

A la pregunta de si ella piensa que para que el amor humano llegue a ser más profundo es necesario que la dimensión espiritual intervenga, contestó que sí; entendiendo que la dimensión espiritual no se refiere únicamente a la religiosidad. Ella cree que es un “algo” que ella siente en su interior y que la lleva a tomar las decisiones más importantes de su vida y lo que la lleva a sufrir por el dolor ajeno. La espiritualidad, según Frankl (2018), es la que tiene el potencial de descubrir las cualidades esenciales únicas de otro ser humano lo cual propicia el amor.

Los valores de vivencia sí la han ayudado a construir el sentido de su vida porque desde el amor ella siempre ha sentido como un empuje para salir adelante. La experiencia que nos comparte es el amor que ella siente por su esposo, cuando se siente amada, aceptada y respetada, surge la necesidad de seguir experimentando estos sentimientos y eso la empuja a echarle más ganas, salir adelante y ser mejor persona para él.

### **Categoría 5**

#### **VALORES DE ACTITUD**

### **Sujeto 1**

Los valores de actitud han sido vivenciados por Uriel con una actitud positiva, de tal manera que lo han ayudado a construirse como una mejor persona. El proceso de sanación de su crisis no siempre fue hacia arriba, hubo etapas de desánimo, de profundos cuestionamientos, momentos en que su único deseo era desertar y periodos en los que se reacciona y surge la voluntad de recuperación. Su mejor arma en la lucha ha sido la resiliencia\*. En el vocabulario de Frankl este concepto equivale a la *voluntad de sentido*.

En los periodos en lo que él sentía la necesidad de desertar, no optó por buscar vías de escape que lo llevaran a eludir su estado de depresión y ansiedad. Su principal fuerza fueron sus creencias religiosas, y las que lo mantuvieron alejado de las drogas, el alcohol

o cualquier otra adicción o exceso. Sus valores cristianos lo impulsaron a cuidar de su cuerpo y de su persona en forma integral. Uriel ha luchado por ser congruente con sus creencias manteniéndolas a nivel consciente, de ahí que, además, tiene el hábito de reflexionar en torno a los acontecimientos de su vida y con ello conquista un mayor entendimiento de sí mismo y de las circunstancias para finalizar con una capitalización de la experiencia. Tal como lo señala Frankl (2018a, p. 252) “La existencia acontece en el espíritu.”

Se observa como el sufrimiento que padeció durante su crisis ha tenido una repercusión positiva para la sociedad, es decir, Uriel se eleva por encima de su naturaleza y logra trascender a partir del nivel espiritual. Frankl (2003c, p. 35) hace referencia a esta prerrogativa humana afirmando que: “Podemos transformar una tragedia personal en un triunfo humano.”

Uriel considera que tanto los valores de creación, vivencia y actitud han sido, efectivamente tres vías que lo han conducido a la construcción del sentido de su vida. A la pregunta de si puede proponer otra vía para alcanzar este fin, responde que no se le ocurre otra, que el amor lo engloba todo.

## **Sujeto 2**

La experiencia que Naru comparte en su entrevista con relación a los valores de actitud está basada en la crisis personal que tuvo, hace dos años, por el fallecimiento de su madre, la cual estremeció casi por completo su vida personal y familiar, afirma que hasta el momento presente le ha sido muy difícil sobrellevar el proceso de duelo. Ella se considera a sí misma una persona fuerte, sin embargo, busca apoyarse en varias cosas, por ejemplo, se esfuerza por ser resiliente\*, asiste continuamente a terapia, sin ella, no sabría que sería de ella. En el período que comprende el inicio del cáncer hasta la muerte de la madre, reconoce que ha logrado generar nuevos recursos emocionales y acrecentar los que ya tenía.

En su experiencia personal, cuando ella experimentó dolor y sufrimiento, el proceso lo ha vivido positivamente porque ha estado consciente de todos los síntomas que fue padeciendo, por ejemplo, a nivel físico le dolía muchísimo el pecho y padecía insomnio. Cuando murió la señora y los paramédicos corroboraron que efectivamente ya había fallecido, Naru describe que fue algo tan doloroso que ni siquiera encuentra palabras con las cuales explicar esta sensación, en sus propias palabras: “solo puedo decir que es un sentimiento muy cruel, como algo muy pesado que te cae encima y de lo que no te puedes liberar”. Saber que ya no está esa persona, también generó en ella mucho miedo y mucha tristeza. Su primera reacción fue muy narcisista, acepta Naru. La aceptación vino acompañada del reconocimiento que no era ella la que importaba, sino que su madre por fin podía descansar en paz, solo la fe en Dios pudo ser el sostén para que prevaleciera el amor por encima del egoísmo. De su madre, Naru recibió el don de la vida física, pero también le dio las fuerzas para vivir una vida con responsabilidad y compromiso, para ser una mujer fuerte; además, un regalo muy grande fue que ella confió en Naru y en sus decisiones con relación a su enfermedad. En definitiva, Naru afirma que su mayor

triumfo en esta experiencia fue haber vencido su ego y haber sublimado el sufrimiento por amor, a lo que se puede sumar que se levantó para seguir adelante con su vida. La experiencia del sufrimiento le ha permitido tener una conciencia más lúcida de ella misma y de los demás, aprendió a cuidar más de su persona, cuidar de su familia y de sus pacientes con el ánimo de evitar precisamente dolor y sufrimiento en ellos. También aprendió a ser más consciente del tiempo de cómo usarlo positivamente para no desperdiciarlo, y, más bien, dedicarlo a prepararse más y así dar mejor atención a sus pacientes.

\*Nota: Naru menciona que una de las habilidades que más la ayudó a sobrellevar su duelo es la resiliencia; sin embargo, Viktor Frankl, a lo largo de sus escritos nunca menciona este concepto. De alguna manera el concepto equivalente para él es el *poder de obstinación del espíritu*. La diferencia fundamental asevera Alexander Batthyány en el prefacio a la nueva edición del libro *Logoterapia y Análisis Existencial* (Frankl, 2018, p. 11) es que Frankl toma la frase de Nietzsche <<Quien tiene un porqué para vivir soporta casi cualquier como>>, y supera el *soportar* que es un vocablo pasivo convirtiéndolo en otro que implica la voluntad de sentido refiriéndose a la capacidad que el ser humano tiene de luchar por construir su proyecto de vida colmándolo de sentido.

### **Sujeto 3**

Los momentos de dolor y sufrimiento han llevado a Brisa a cambiar en gran medida rasgos importantes de su personalidad y de sus hábitos, desde sufrir períodos de inapetencia, la forma de actuar con los demás, dudar del sentido de su vida. Ella ha tenido la experiencia de haberse sobrepuesto al sufrimiento de tal manera que este, al final, se convirtió en un triunfo humano. La experiencia que pone como ejemplo es que cuando sufrió la infidelidad de su esposo, como se ha narrado con anterioridad, vivió una crisis tan fuerte y tan dolorosa que llegó a pensar que su vida ya no tendría sentido nunca; sin embargo, se sobrepuso, volvió a creer en ella y a confiar en él, hasta que llegó el momento en que lo perdonó y decidió continuar con su matrimonio. Uno de los aspectos más difíciles a superar fue retomar el amor propio, el comprender que ella no era culpable de lo que había sucedido. Desde la perspectiva de Frankl (2003c) esta actitud es un triunfo humano, porque el amor la llevó primero al perdón, y luego, a trascender y continuar con su proyecto familiar.

Finalmente, se le preguntó si pensaba que los valores de creación, vivencia y actitud han sido para ella tres vías que la han conducido a la construcción de su sentido de vida, a lo que ella contestó que sí y que considera que los tres la han llevado a descubrir qué es lo que quiere para su vida y qué es lo que no quiere, lo cual es un punto de partida para proceder a buscar el sentido y construirlo.

**Categoría 6**  
**ESPIRITUALIDAD**

**Sujeto 1**

Uriel piensa que todos tenemos una dimensión espiritual, y que la muestra de su existencia se ve reflejada en el amor. El amor viene de Dios que es un ser espiritual y se hace presente en nuestra capacidad de amar. La experiencia del amor de Dios, la fue experimentando durante su crisis, hasta que llegó el momento en el que tomó plena conciencia tanto del amor de Dios como del de su familia, y fue ahí, cuando, en realidad, el proceso de sanación empezó a darse con mucha fuerza.

La dinámica espiritual que aparece como dominante en Uriel es la religiosidad a través de la oración, los ritos y la obediencia a los mandatos de Dios y de la Iglesia. El amor que surge de esta vinculación con Dios es el principal valor que orienta su vida.

Un hecho que revela el efecto de la fuerza del amor, lo encontramos cuando la ansiedad domina su vida, entonces, Uriel deja de identificarse con su propia persona y con la vida que tenía. Gracias a la reflexión él logra tomar distancia de sí mismo y observar su realidad desde otra perspectiva; es decir, hizo uso de una de las capacidades de la dimensión espiritual del ser humano. Frankl (2003c) la llama autodistanciamiento.

La segunda capacidad del espíritu es la autotranscendencia, la cual se manifiesta en Uriel en el momento en que decide ser psicólogo para aliviar el sufrimiento de otras personas. Como efecto del uso de ambas surge la voluntad de sentido.

La espiritualidad de Uriel se ve reflejada en su trabajo en la medida en la que él logra comprender, lo mejor posible, el sufrimiento del otro para así poder empatizar y ayudar al paciente a salir de dicho estado. Considera que del amor surge la misericordia, la solidaridad, la amabilidad, la empatía, las cuales, son muestras del amor y del respeto que se siente por otra persona.

La espiritualidad se hace patente en la terapia porque se atienden problemas emocionales y espirituales y en algunos casos estos se somatizan en el nivel físico. En su experiencia es muy común escuchar que los pacientes expresen: “oye, no le encuentro razón a mi vida” o “me duele hasta el alma”. Para Frankl (2010) las terapias hay que enfrentarlas con armas espirituales, la logoterapia es la psicoterapia que arranca de lo espiritual.

**Sujeto 2**

A la pregunta de si ella cree que existe una dimensión espiritual es su persona, Naru responde con un sí contundente. Su experiencia le dice que, ella e inclusive su mamá cuando se sentían física o anímicamente muy mal, surgía “algo” desde muy adentro que las movía a levantarse, a seguir luchando, a su mamá ese “algo” la ayudaba a aguantar el dolor. Naru sintió como tras la muerte de su mamá no quería ni levantarse porque estaba aturdida, ausente, no se sentía capaz de dar terapia a los chicos, pero de igual manera, “algo” muy poderosos desde dentro le hacía tomar conciencia de su responsabilidad. Ese “algo” Naru lo atribuye a que Dios la llamaba para que se levantara

y prosiguiera su camino, pero, también había una fuerza interior que era su misma voz que le preguntaba “¿Quieres vivir?”, lo cual, significa que finalmente se actúa desde la propia libertad, se puedes decir “¡sí, sí quiero vivir!” o “no, hasta aquí llegué”. En esos momentos de dubitaciones, en la mente de Naru aparecían unas palabras que ella había escuchado en un podcast en el que se comentaba que “cuando alguien muere regularmente hay dos muertos”, el que muere físicamente y el que muere anímicamente. Entonces, Naru, decidió que no quería eso para ella, que ella no se quería morir, aunque en un momento dado, ella pensó que era mejor irse con su mamá, ahora comprende que ese pensamiento fue fruto de un arrebato, del miedo a seguir sola su camino, sin el acompañamiento de su madre. Entonces, decidió que quería vivir para seguir con las experiencias que la vida tenía por ofrecerle y que, además, quería corresponder a las enseñanzas que había recibido de su madre. Ser responsable.

Naru narra que hace apenas unos días comentaba con sus compañeros del DIF que a ella el libro “El Hombre en Busca de Sentido” le dio mucha perspectiva, lo leyó cuando estaba en la universidad, ella recuerda que él decía que se imaginaba a su mujer:

Pero mi mente se aferraba a la imagen de mi esposa, imaginándola con una asombrosa precisión. Me respondía, me sonreía y me miraba con su mirada cálida y franca. Real o irreal, su mirada lucía más que el amanecer. En ese estado de embriaguez nostálgica se cruzó por mi mente un pensamiento que me petrificó, pues por primera vez comprendí la sólida verdad dispersa en las canciones de tantos poetas o proclamada en la brillante sabiduría de los pensadores y los filósofos: el amor es la meta última y más alta a la que puede aspirar un hombre (...) la salvación del hombre sólo es posible en el amor y a través del amor.” (Frankl, 2004, p.65)

Desde el punto de vista de la espiritualidad, Naru piensa que su mamá en realidad sigue con ella solo que, de otra manera, ella la acompaña todo el tiempo dentro de su corazón.

Con relación a la forma en la que ella dinamiza su espiritualidad es a través del autocuidado, socializar, disfrutar el momento, abrazar a sus seres queridos, decirles cuanto los quiere, etc.; es decir, Naru vive su espiritualidad a través de los valores de vivencia y trata de ser, cada día, más amable, comprensiva, empática, solidaria, generosa, entre otras. En cuanto a su trabajo trata de inculcar en sus pacientes estas mismas virtudes, sobre todo, que sean agradecidos, esto implica el reconocimiento de lo que otras personas han hecho por ellos. Su trabajo le ha dado la oportunidad de ponerse en contacto con el ámbito espiritual de sus pacientes porque en las sesiones de terapia ellos comparten sus más íntimas creencias, por ejemplo, qué piensan de Dios, de sí mismos, de la vida, del mundo, etc.

Otra práctica espiritual es la oración, da gracias a Dios, piensa que Dios es amor, su relación es directa, no lo hace a través de ninguna religión.

### **Sujeto 3**

Brisa cree sí que existe una dimensión espiritual en su persona, nos comparte que la manera en la que ella experimenta momentos en los que conecta con ella misma y siente

su espiritualidad desde lo más profundo de su ser es cuando escucha música a solas. Sentir la música, cantarla, escucharla, vivirla es lo que la conmueve profundamente, otra manera, es cuando al caminar y siente el aire en su cara y en sus manos, esta sensación le provoca establecer una conexión consigo misma.

Con respecto al amor, reconoce que también vive su espiritualidad cuando es solidaria, amable, servicial y empática con otras personas, porque el dar es súper importante porque es lo que la hace trascender. En su trabajo su dimensión espiritual se manifiesta cuando ella les comunica su sentir, sus deseos de que ellos sean felices y cuando logra una gran empatía. La clave está en que ellos se sientan escuchados y que se les comprende y que su dolor es también mi dolor, esto es lo que Brisa llama empatizar. Frankl dedica gran parte de su obra en fundamentar lo que es la trascendencia y cómo esta opera en la persona, con el siguiente pensamiento se describe, en gran medida, la experiencia que Brisa describe. “(...) solamente en la medida en la que nos preocupe lo que pasa allá afuera en el mundo y en las cosas y no de nosotros mismos o de nuestras necesidades, *solamente en la medida en que realizamos una misión*, cumplimos con un deber, *llenamos un sentido* o realizamos un valor, en esa misma medida nos realizamos y *consumamos a nosotros mismos*.” (Frankl, 2003c, p. 106)

### **Categoría 7**

### **LIBERTAD**

#### **Sujeto 1**

La libertad como prerrogativa humana es vista por Uriel como parcial o limitada en la que la persona se enfrenta a grandes obstáculos para poder ejercerla. El pensamiento de Uriel coincide con el de Frankl (2020) pues ambos afirman que: libertad humana es libertad finita dado que la persona enfrenta diversas condiciones que le impiden ejercer su voluntad a plenitud.

La experiencia a la que él hace referencia para describir su punto de vista es cuando se lastimó la rodilla y ya no pudo seguir jugando fútbol por lo que tuvo que renunciar a su sueño de ser futbolista profesional. Este evento fue uno de los factores clave que lo llevó a padecer su crisis, sin embargo, la manera en la que resuelve el dilema es mediante el análisis de qué otras opciones de realización personal eran viables, de entre ellas, elige la psicología porque esta le permitiría ayudar a rescatar a otras personas del sufrimiento. Se observa que la decisión fue tomada con una proyección hacia el sentido a través de la autotranscendencia, a continuación, él adopta un compromiso de vida que se realiza desde la responsabilidad. Según Frankl (2001) cuando las personas actúan en esta dirección tienen grandes posibilidades de supervivencia en situaciones límite, mucho mayores, a las que tienen las personas que se estancan en la victimas.

Uriel conquista los espacios de libertad que están latentes en su realidad y los nuevos que se abren en el momento en el que hace un gran esfuerzo en la búsqueda de posibilidades de sentido escondidas en el drama por el que transitaba. Esta actitud completa la idea que expone Frankl (2020) con relación a la libertad, en cuanto que

afirma que, si bien, la libertad se encuentra limitada, la libertad fundamental consiste en asumir libremente la actitud que este tome ante las circunstancias que se le presentan.

Justamente, en este punto se puede observar que uno de los principales objetivos de la logoterapia y el análisis existencial según Frankl (2014) es ayudar a la persona a que por sí misma descubra las posibilidades de realización de sentido; aunque, en este caso, Uriel lo logró por sí mismo, actuando de manera autónoma; es decir, sin tener como referente la teoría de Frankl.

### **Sujeto 2**

La narrativa de Naru con relación a la libertad se enfoca básicamente al proceso de formación que empieza con la educación de sus padres y después ya bajo su propia tutela. Naru empieza a tener conciencia de sí misma y del sentido de su vida a partir de la adolescencia con preguntas de reflexión que apuntaban hacia la comparación de sus gustos y preferencias con relación a otros compañeros, y decide optar por sus propios gustos, más adelante, cuando entra a la universidad empieza a dar los primeros pasos en la toma de decisiones de lo que ella realmente quería. Ha seguido por ese camino, y piensa que ha logrado fortalecer, en gran medida, su capacidad de tomar decisiones de manera autónoma. Sus padres, desde muy temprana edad, confiaron en ella y le permitieron tomar sus propias decisiones, dentro de ciertos límites apropiados a la edad, la acompañaban preguntándole ¿qué tiene de malo?, o, ¿en qué te beneficia? Piensa que esta educación le permitió madurar y ser responsable de sus acciones. En el trayecto ella ha ido identificando sus valores y sus propios límites, justamente este ejercicio le ha ayudado a ser más consciente de las responsabilidades y compromisos que conlleva cada decisión. Los comentarios o consejos de otras personas los escucha y los sopesa, pero no se deja llevar por ellos.

Naru, hoy en día, se siente responsable de su propio proyecto de vida, no espera que las cosas lleguen por sí mismas, si no que hace todo lo que está en sus manos por lograr lo que se propone dentro del marco de una libertad que es finita.

### **Sujeto 3**

Con relación a la libertad, Brisa comparte una experiencia de vida que fue muy significativa para ella, la conversación gira en torno a que desde su libertad ella decidió convertir la pérdida más grande que ha tenido en su vida, la muerte de su abuela, quien fue como una segunda madre para ella y una persona sumamente bondadosa en una vivencia de paz y de amor. El proceso de la pérdida fue tan bonito, que ni siquiera lo puede considerar como un sufrimiento. Un poco antes de morir, Brisa fue al hospital en donde estaba internada su abuela, quien estaba ya agonizando, por lo que la visita era una despedida, la señora ya no escuchaba, no hablaba, estaba como dormida. Cuando Brisa se acerca a su cama, su abuela responde a su saludo, pone su mano en el vientre de Brisa, abre sus ojos y le dice: “te quiero mucho, vas a ser una excelente mamá”. En esos momentos solo Brisa y su esposo sabían del embarazo, ni siquiera se lo había dicho a su mamá.

El acto de libertad al que se refiere Brisa es haber aceptado conscientemente que la hora de su muerte ya había llegado y pronunciar las palabras, “abuelita ya te puedes ir”. Para Brisa esta vivencia representa una experiencia espiritual en la que se dio una conexión muy profunda entre las dos, y a la vez, un acto de libertad porque considera que la entregó con mucho amor y con mucha paz. Respecto a la libertad humana, Frankl (2010) funda lo que él llama la libertad fundamental en la idea de que la persona, sin importar las circunstancias por las que esté atravesando, sigue siendo dueña de su libertad para estructurar su existencia, de un modo o de otro, lo que importa, en sí, es la actitud que se tome ante el destino. En el caso de Brisa se puede observar que su actitud fue de aceptación, honra la vida de su abuela y la despide con amor.

Con relación al cuestionamiento de si se siente responsable de su propio proyecto de vida, Brisa contesta que sí, que ella es totalmente responsable de su vida, aunque tiene la sensación de que no ha hecho todo lo que hubiera podido, esto se debe a que le cuesta mucho trabajo tomar decisiones, no le gusta moverse del área que le da seguridad e intentar cosas nuevas, ella misma es su propio freno. Las condiciones externas si son, en algunas ocasiones, un límite, pero ella sabe que la voluntad puede ir más allá de lo que aparentemente es inamovible. Y ahí es precisamente en donde ella siente que no se mueve lo suficiente para lograr sus propósitos. Frankl (2020, 2018c) argumenta con relación a este freno al que Brisa hace referencia que el cambio hacia la mejora personal supone elevarse por encima de sí mismo, crecer más allá de uno mismo y atreverse a descubrir el potencial que se encuentra en lo más profundo del ser, en específico en la dimensión espiritual. La persona siempre está en la posibilidad de renovarse, porque la existencia acontece en el espíritu. El ser humano no permanece estático, la persona para Frankl (2010) está llamada siempre a ser-otra y a vivir en relación.

### **Categoría 8**

### **RESPONSABILIDAD**

#### **Sujeto 1**

La responsabilidad es considerada por Uriel como una consecuencia natural de la libertad. En un primer momento, se le preguntó si él se sentía responsable de su propio proyecto de vida a lo que contestó con un sí contundente.

La manera en que operativamente ejerce la responsabilidad para tomar el control de su vida es reflexionando sobre las circunstancias por la que está pasando, él mismo se plantea preguntas críticas, siendo muy riguroso consigo mismo, la pregunta central es llegar al discernimiento de si la opción evaluada representa un impacto positivo para él y para los demás; y si, realmente guarda un profundo sentido. En paralelo, analiza los recursos personales con los que puede enfrentar la situación con el fin de determinar si es una opción viable.

En el planteamiento anterior se aprecia, que Uriel hace uso de la capacidad espiritual llamada *autodistanciamiento*, la cual es ejercida a través de profundas reflexiones

permitiendo que las respuestas fluyan desde el inconsciente espiritual e instalándose en la conciencia para desde ahí ser operadas.

Ante la relación que pudiese existir entre responsabilidad-sentido de vida, Uriel piensa que el no ser responsable conduce a una vida sin fundamento, sin estabilidad; entonces, entre más se es responsable, es más sencillo encontrar un sentido a la existencia. Por lo contrario, si se es irresponsable, si no se es fiel a los valores elegidos, a la familia, a la forma de amar y de atender el trabajo, la vida sería como una barca a la deriva. Al respecto, al contrastar esta percepción de Uriel con el pensamiento de Frankl (2010) encontramos que precisamente Uriel adopta la postura que implica el cuestionar cuál es el sentido de la vida, pero, desde la posición de quien admite que la vida es quien cuestiona a la persona y esta debe responder y ser responsable ante ella. La posición contraria implicaría que la persona sea quien continuamente está cuestionando a la vida, reclamando lo que se desea adoptando una postura egocéntrica.

### **Sujeto 2**

Para Naru ser responsable significa simplemente hacer lo que te toca. Reconoce que sí existe un vínculo entre la responsabilidad y el sentido de la existencia porque si no sabes que quieres hacer con tu vida, si no tienes sueños que quieras realizar, si se tiene un objetivo te tienes que hacer responsable de realizar las acciones necesarias para lograrlo. Frankl (2010) advierte que la responsabilidad es cumplir con el deber, pero aconseja que ese deber ha de estar colmado de sentido para que su cumplimiento abone a la realización personal y al encuentro de la plenitud. En la medida en que se es responsable, se va viendo con claridad cuál es el sentido de la propia vida, comenta Naru, porque cuando vas en el camino correcto se experimenta una sensación de satisfacción y de paz interior.

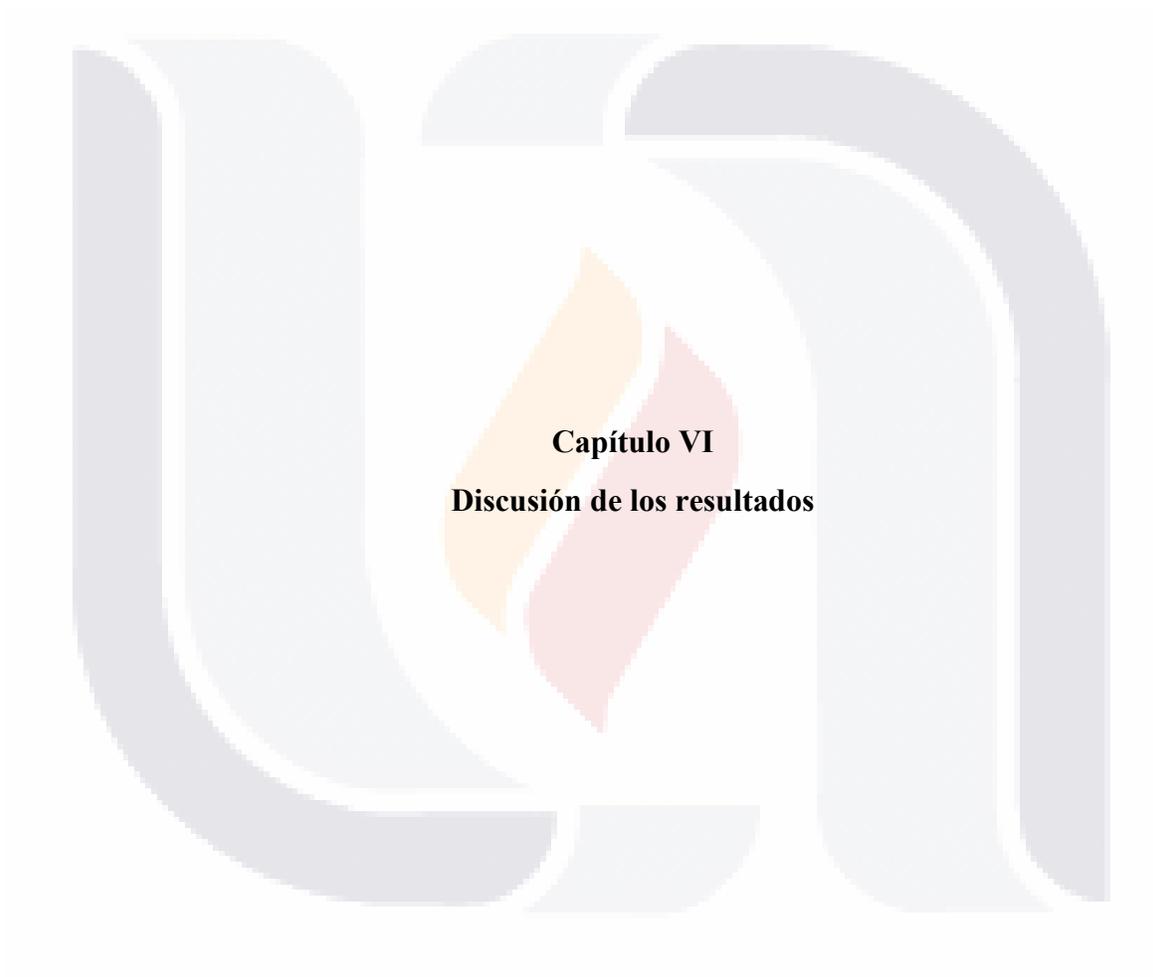
### **Sujeto 3**

La responsabilidad para Brisa es un motivo de conflicto que le provoca mucho estrés. Este hábito le fue inculcado por sus padres desde muy niña, ambos llevaban sus responsabilidades siempre al extremo y ella ahora repite estos mismos patrones, es decir, se formó en ella un introyecto. En gran medida, su sensación de llevar a costas el peso del cansancio y sus días rutinarios es fruto de un cumplimiento del deber a través de una disciplina férrea, pero sin buscar o haber encontrado el sentido a sus deberes. Lo que se observa en ella es que, por un lado, sí tiene claro el sentido de sus deberes, pero esto sucede de manera intermitente y contradictoria, transita del sentido al sinsentido porque cae en la trampa de cumplir con el deber por el solo hecho de que es un deber, se enfoca en este punto y deja a un lado la conciencia lúcida del sentido que ella misma ya ha descubierto.

Nos relata que hace poco se ganó un premio de un viaje a la playa, para ir tenía que faltar un día al trabajo, sin embargo, ella nunca había faltado, en esta ocasión después de una lucha muy dura consigo misma, decidió “soltar” e irse. La posibilidad del viaje la sacudió, suscitó la idea de que ella tenía una necesidad muy profunda de vivir el presente de manera consciente y salir de ese loco y acelerado viaje a través de la rutina porque tal vez ya no habría un mañana. En los tres días que duró el viaje, ella sintió como se fue

relajando, cómo hubo momentos para la reflexión, cómo se disfrutó a sí misma y a su esposo, cómo disfrutó un baño sin la ansiedad de hacerlo rápido para ir al cumplimiento de sus deberes y el comer despacio disfrutando cada bocado. Esta experiencia le recordó que existe otra manera de vivir la vida y le despertó el deseo de reconsiderar hacer cambios para dejar de vivir en modo automático y lograr vivir con mayor tranquilidad. Piensa que el exceso de responsabilidades en su trabajo y en su familia, la han llevado a ser irresponsable de con ella misma, a no disfrutar los momentos hermosos de la vida, a no darse cuenta, ni siquiera en qué momento sus hijos ya han crecido tanto. Ella se está dando cuenta que más que vivir ha sobrevivido.

En cuanto a la relación entre responsabilidad y sentido de vida, Brisa considera que para ella sí existe esa relación, sin embargo, ella lo hace de manera incongruente, la responsabilidad es una carga tan pesada que no le permite ver con claridad cuál es su sentido de vida. Para quien lo sabe llevar de manera correcta, piensa que definitivamente la relación responsabilidad-sentido de vida es muy positiva para la construcción del sentido de la existencia. En el planteamiento antropológico de Frankl (2010, p.15) “Ser-hombre equivale a ser-consciente-y-responsable”



**Capítulo VI**  
**Discusión de los resultados**

“La persona debe encontrar el sentido de su existencia”, afirma el Dr. Viktor E. Frankl (2001) dado que esta búsqueda es un acto que le es connatural ya que subsiste dentro de su propia esencia; por lo tanto, no lograr este propósito significa padecer una frustración existencial. Las consecuencias que ésta trae consigo se presentan como severas crisis de angustia, ansiedad, depresiones, una imperante necesidad de llenar el vacío interior que parece no llenarse con nada y, ante la desesperación de no poder hacerlo, se lucha por evitar el sufrimiento que este vacío implica. La persona, en esos momentos, intenta escapar por vías alternas que se traducen en serias adicciones a las drogas, el alcohol, deportes extremos, trastornos alimenticios, vivir la vida de manera trepidante y hasta con el suicidio. Lo delicado del asunto es que: “normalmente la frustración existencial no es, por supuesto, visible, sino latente. El vacío existencial puede permanecer larvado, enmascarado, y sabemos de diferentes máscaras tras de las que se oculta el vacío existencial”. (Frankl, 2003c, p.88)

La necesidad latente que tiene la persona de encontrar el sentido a su vida queda fundamentada por Frankl (2003a) en el análisis existencial que realiza en aras de sostener las bases antropológicas de la logoterapia. La persona antropológicamente es un ser que en esencia “es” espiritual; y que ontológicamente representa una unidad de cuerpo, alma y espíritu. Lo “espiritual” es lo que hay de humano en la persona, sin ninguna connotación religiosa. En términos pragmáticos significa que: “una persona que se proyecta hacia un sentido, que ha adoptado un compromiso por él, que lo percibe desde una posición de responsabilidad, tendrá una posibilidad de supervivencia incomparablemente mayor en situaciones límite que la del resto de la gente normal”. (Frankl, 2001, p. 36)

Ante este planteamiento surge la pregunta de si toda persona en cualquier momento de su vida ha de estarse cuestionando por el sentido de su vida. La respuesta es: no necesariamente. La pregunta por el sentido surge desde el inconsciente, usualmente, cuando la persona se ve enfrentada ante el dolor y el sufrimiento, una pérdida o una prueba de vida. Karl Jaspers (2020) lo explica argumentando que la persona vive su día a día tratando de evadir las preguntas existenciales que la ponen ante situaciones límite haciendo como si no existieran, ignorándolas. Un claro ejemplo que ilustra esta actitud es que el ser humano olvida que tiene que morir, por ende, prefiere vivir orientado desde los valores vitales hacia situaciones concretas que puede dirigir y controlar según su voluntad. Sin embargo, cuando una situación dolorosa ineludible como destino se presenta con toda su intensidad, la persona reacciona con desesperación dando lugar a una conmoción y una transformación de la conciencia, con lo cual se empieza a dar cuenta de quién es en realidad como persona, cuáles son sus fines, cómo ejercer su libertad, cómo se relaciona con otros seres que habitan su entorno, y cómo puede dar sentido a su existencia. Mientras se es feliz se tiene una confianza irreflexiva en el sentido de la vida.

El planteamiento antropológico y ontológico de Viktor Frankl hunde sus raíces, en gran medida, en el pensamiento de Karl Jaspers (2020), quien es un fiel representante de la filosofía existencialista. Jaspers propone que la persona es un ser capaz de tomar conciencia de sí misma en el origen de su pensar y de su obrar. En este acto asume el hecho de su libertad, y sabe que, así como puede decir sí, también puede decir no. La persona no está sometida por completo a las leyes de la naturaleza como los animales. La encomienda de la libertad humana es brindar la posibilidad de construir el propio proyecto de vida dotándolo de sentido. La persona, a su vez, cuando va tomando consciencia de estas realidades comprende que dar sentido a su existencia significa tener la certeza de que no se debe a ella misma, sino que, su libertad clama por una

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

dirección, y que la dirección correcta es la trascendencia, siendo esta la condición para que la persona llegue a ser persona en toda la extensión de la palabra y para que llegue a ser sí misma.

Viktor Frankl, sin ser uno de los representantes del personalismo comunitario, se nutre y además abona desde su análisis existencial a esta corriente del pensamiento filosófico y científico. En Emmanuel Mounier se encuentran ideas que se asemejan y complementan la postura antropológica sobre la que sustenta Frankl su análisis existencial. Mounier considera que la persona como ser espíritu-corpóreo es un fin en sí misma y que la trascendencia constituye un rasgo eminentemente humano. El acto por medio del cual la persona trasciende emana de una necesidad vital que clama por expresar lo que subyace en lo más profundo de la propia intimidad. Visto desde esta óptica, la apreciación subjetiva de la realidad tiene una validez incalculable para la reconstrucción del mundo y para la definición de la identidad personal. El individuo ha de guardar una sólida articulación con su comunidad como consecuencia de su esencial capacidad de trascendencia y su vocación al amor. Una vez que la persona descubre su radical vocación que la llama a salir de sí misma para ir al encuentro del otro es cuando está capacitada para construir el sentido de su existencia a la luz de un sistema de valores profundamente humanos. La trascendencia en este sistema es el valor de los valores. Los valores no han de permanecer flotando en torno a la persona como ideales inalcanzables, sino que han de encarnarse y manifestarse en acciones de la vida diaria, en las relaciones personales y en el trabajo: “hacer, y al hacer hacerse”, es decir, la identidad personal se va perfilando en la acción. Una vez que cada miembro de la comunidad es congruente con este sistema de valores el compromiso se

establece independientemente de los mandatos morales impuestos por las instituciones sociales.

Viktor Frankl (2010, 1994, 2001), como psiquiatra, considera que es fundamental la declaración explícita de los fundamentos ontológicos y antropológicos que sostienen a la logoterapia siendo que esta tiene como objetivo, precisamente, hacer que el paciente tome conciencia de sus deberes. La responsabilidad, para él, es el eje de la vida personal y social, siempre y cuando la persona logre cumplir con sus deberes. Descubriendo el sentido oculto que existe en ellos estará en posición de afianzar su misión de vida y una vida plena. Su visión sobre el ser de la persona postula que ontológicamente esta conforma una unidad entre la dimensión biológica y la somática que se conjuntan en un sistema cerrado; sin embargo, a este conjunto se adhiere la dimensión espiritual que, a diferencia de las anteriores, es un sistema abierto, del cual surge la capacidad de autotranscendencia. “Porque ser hombre significa, por sí mismo, estar orientado hacia más allá de sí mismo.” (Frankl, 1992, p. 51) En la esencia espiritual de la persona radica la libertad, por medio de la cual está llamada a construir su proyecto de vida elevándolo a un estado de plenitud y dotándolo de sentido. Las tres vías que llevan hacia el sentido son para Frankl el trabajo, el amor y el dolor y/o sufrimiento, siendo que estos últimos cuando se les dota de sentido tienen el potencial de transformar una tragedia en un bien superior. Las circunstancias retan a la persona, la invitan a cumplir misiones de vida a las que ella debe contestar con acciones concretas en el aquí y en el ahora. Las respuestas han de ser personales, ya que hacen referencia a un individuo y a una circunstancia única e irrepetible.

En este punto, creemos necesario reflexionar sobre la convergencia de ideas entre Karl Jaspers, Emmanuel Mounier y Viktor Frankl, dado que proponen aspectos fundamentales de la condición propia del ser humano.

Jaspers (2020), en su propuesta, afirma la existencia de la libertad humana, la cual brinda la posibilidad de elegir cómo cada quien construye su propio proyecto de vida y el sentido que le quiere otorgar. Al asumir la esencia de su existencia, la persona comprende que el sentido proviene de la certeza de que su misión de vida no se encuentra encapsulada en su egocentrismo, sino que es un ser abierto a otras realidades; por ende, la dirección de la libertad es la trascendencia. La unión de un *yo* con un *tú* conforma un *nosotros*, considerando como base de la relación el respeto a la dignidad de la persona y el amor. Mounier hace énfasis en el valor que tiene reconocer que: “yo no me realizo como persona, sino el día en que me doy a los valores que me llevan más allá de mí.” (Mounier, 2002, p. 88) Frankl, a partir de un sustento filosófico, aporta una teoría y una terapia en la que la piedra angular es la toma de conciencia a través del análisis existencial. Para Frankl la persona es un ser libre, la libertad fundamental es el acto supremo de la voluntad y se manifiesta cuando ante un evento que se presenta de manera irremisible, la persona decide qué actitud va a tomar ante este golpe del destino. Lo propio de la vida humana es la eterna lucha entre su libertad espiritual y su destino interior y exterior. La libertad que aflora desde la esencia espiritual de la persona genera la pregunta sobre el sentido de la vida, teniendo como propósito justamente problematizar la propia existencia. Una de las grandes aportaciones de Frankl a la filosofía existencialista y a la psiquiatría con relación a la pregunta por el sentido es dar un giro de 180° a lo que se pensaba con anterioridad, afirmando que el ser humano no es quien debe cuestionar a la vida por su sentido, sino que,

le corresponde a la vida interpelar al ser humano retándolo a cumplir diversas misiones de vida. El concepto de autotranscendencia en Frankl converge con los dados por los anteriores filósofos. Para él, el amor es un acto de gratuidad, y la trascendencia significa que la persona ha de orientarse más allá de sí misma hacia alguien o hacia un proyecto que realizar.

Uno de los ejes de análisis de la presente investigación pretende explicar cómo el contexto es un elemento esencial para facilitar o entorpecer la construcción del sentido de la vida. Frankl (2003b) advierte que, a partir del siglo XX, se empiezan a manifestar constantemente casos en que la frustración existencial se hace manifiesta especialmente en los jóvenes. La frustración existencial se caracteriza por la carencia de objetivos, aburrimiento, falta de sentido y propósitos. Ante estas circunstancias, la persona existencialmente frustrada no encuentra nada con que poder llenar esa dolorosa sensación de vacío que le atormenta. Con el propósito de sanar las neurosis noógenas, Frankl propone que el ser humano se abra a la dimensión superior que es la espiritual, solo así será posible construir el sentido de la vida y lograr la plenitud.

La conducta humana, entonces, es realmente humana en la medida en que ella significa “actuar en el mundo”. Esto, a su vez, implica ser motivado por el mundo. De hecho, el mundo hacia el cual un ser humano se trasciende a sí mismo es un mundo pleno de sentidos (que constituyen las razones y motivaciones para actuar) y lleno de otros seres humanos (que constituyen las personas para amar) (Frankl, 2003c, p.28).

Mounier piensa al respecto que el sistema capitalista incide en la definición de un perfil humano que, según Mounier, da vida a la burguesía. La persona pierde el sentido de su *ser*, y el fin de su vida se orienta desde el deseo excesivo de bienes materiales. Los valores del

capitalismo consisten en el gozo del placer, en el dinero que proporciona dicho placer, la vanidad por el *status quo* logrado, y el reconocimiento social y el poder como posibilidad de influir en las esferas familiar, social y política. El burgués ha canjeado el *ser* por el *tener*, por ende, esto trae como consecuencia el divorcio entre el espíritu y la materia, lo cual significa una retractación del ser personal y el derrumbamiento de la cultura. La ruptura de la unidad corpóreo-espiritual provoca la pérdida de su capacidad para autotranscender y de darle sentido a su existencia.

Bauman atribuye a la sociedad líquida la responsabilidad de haber coartado la libertad de la persona, en tanto que, la capacidad que debería tener para escapar de las estructuras sociales que la constriñen, ha quedado prácticamente pulverizada. Ya la persona no se mueve a la luz de sus propias decisiones, actúa como un robot, se ha constituido como un ente anónimo de la masa, no asume su libertad personal de una manera responsable y comprometida. Bauman, nos lleva a reflexionar y, en un segundo momento, a cuestionar si en la actualidad las personas tienen la capacidad de ser jueces competentes de su propia situación o, por el contrario, si la sociedad de consumo es quien comanda el juicio, en aras de crear necesidades y así estimular el consumo de bienes que garanticen al comprador el *status* social anhelado. Durante la investigación se encontró que Frankl y Mounier apuntan a que la persona tiene el compromiso de ampliar su capacidad de acción en aras de lograr su propia realización personal y de favorecer el desarrollo de su comunidad. “El consumo no los lleva a la seguridad ni a la saciedad, sino a la ansiedad.” (Bauman, 2017, p. 35) El problema es que los bienes materiales nunca son suficientes, en estos términos, el consumidor busca la felicidad en un lugar en donde no la va a encontrar; por lo tanto, se

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

puede deducir que la frustración existencial se presentará de manera inminente, tarde o temprano, en la vida del individuo.

Byung Chul Han hace referencia a la forma en la que la sociedad y la cultura repelen el dolor y el sufrimiento. Se encontró que la propuesta de Han, guarda una profunda relación con la de Viktor Frankl. Ambos coinciden en que el dolor y el sufrimiento son parte esencial en la vida de la persona y que éstos pueden ser constructivos si se comprenden desde un punto de vista antropológico; la razón es que, tanto el uno como el otro, potencian enormemente la totalidad de las dimensiones humanas. El problema se presenta cuando observamos que el imaginario colectivo rechaza el dolor y el sufrimiento. Hoy en día, impera una especie de *algofobia* o *fobia al dolor*, un miedo generalizado al sufrimiento. Con el fin de evitar el dolor y el sufrimiento, las personas viven en un estado de *anestesia permanente*. Han afirma que la sociedad neoliberal del rendimiento, se caracteriza por su tendencia al hedonismo; por lo tanto, se percibe que el dolor y el sufrimiento carecen de sentido y de utilidad. La nueva consigna cultural se abrevia en dos palabras: *¡sé feliz!* Han afirma que las estructuras del poder coaccionan la libertad humana desde el orden de la anterior consigna. El sistema capitalista orienta el ideal de vida de los individuos haciéndolos pensar que ser feliz equivale a poseer todo aquello que se desea, y así, fomentar el consumo de las masas. Lo más preocupante es que el individuo se explota a sí mismo desde su interior y no es consciente de la pérdida de su libertad y de la sumisión a los cotos de poder. En la esfera social las consecuencias se centran en un individualismo acérrimo que provoca la pérdida de solidaridad, empatía y conmiseración hacia los otros. Se piensa que, si se es infeliz, es porque no se tuvo la inteligencia, la voluntad y el empuje para lograr el éxito económico y social esperado, de ahí, el surgimiento de tantos estados depresivos y

crisis de angustia y ansiedad. Estos últimos estados en muchos casos provienen de un sinsentido existencial. En pocas palabras, dice Han: “Somos demasiado vitales para morir, y estamos demasiado muertos como para vivir” (Han, 2021, p. 32). La imagen de un *zombie* es la que puede describir el estado anímico de la persona que ha caído presa de las prácticas capitalistas. En síntesis, el dolor y el sufrimiento carecen de sentido, reprimirlos solo equivale a potenciarlos. Si, por el contrario, ambos tuvieran sentido, entonces, se daría una narrativa capaz de integrar la vida en un horizonte de significado. El dolor y el sufrimiento guardan en sí el potencial de que el pensamiento sea más profundo y el espíritu más lúcido.

En síntesis, haciendo una recopilación del pensamiento de los autores antes mencionados, nos encontramos con que el ser humano es una unidad espíritu-corpórea que tiene como prerrogativa sobre otros seres la libertad para elegir su manera de ser y de actuar y que la trascendencia, vista como el espíritu de servicio y amor hacia los demás, es la manera de encontrar el sentido de la existencia. Con referencia al contexto en el que vivimos y nos desarrollamos, se encontró que la cultura de la sociedad de consumo obstaculiza la búsqueda y la construcción del sentido existencial. La persona, en la actualidad, no tiene en sí la capacidad de agencia dado que la consigna *¡sé feliz!*, representa una fuerte manera de manipulación desde los cotos de poder. La teoría ha permitido observar, reflexionar y cuestionar la realidad que ésta propone.

A continuación, se presentan los resultados de la indagación empírica.

Los resultados empíricos encontrados a través de los distintos instrumentos para la obtención de la información con relación al cuestionamiento sobre el sentido de la vida, nos fueron presentando los siguientes resultados:

En un primer momento, se invitó a los psicólogos a que compartieran los conocimientos que ellos consideraban más importantes de las sesiones del curso. Con referencia al tema del sentido de la existencia, los conocimientos en los que se logró hacer la transferencia como aplicación del conocimiento a su vida personal y profesional son: 1) Reconocer que se necesitan momentos de reflexión con la finalidad de encontrar maneras de trascender en el mundo y así dejar huellas con sus actos; 2) Haber logrado realizar prácticas de reflexión introspectivas con relación al cuestionamiento y construcción del sentido; 3) Descubrir la importancia de hacer un trabajo interior con el fin de cuestionar y construir el propio sentido existencial; 4) Es necesario lograr propósitos que conduzcan a encontrar el sentido de la vida, los cuales avivan la mente y el corazón para resolver situaciones en el día a día; 5) A través del cuestionamiento: ¿Qué es lo que la vida espera de mí?, se encontró que los psicólogos están conscientes de la responsabilidad que tienen de dar acompañamiento a los adolescentes para que ellos logren su realización personal y que encuentren su sentido de vida desde su realidad y en su entorno; 6) La adopción del análisis existencial como forma de aplicar actividades terapéuticas a los adolescentes. Las respuestas representadas en esta síntesis nos llevan a afirmar que los sujetos de estudio incurrieron en reflexiones profundas en lo que se refiere al cuestionamiento sobre el sentido de la vida y descubrieron nuevas herramientas para su construcción.

En la segunda parte del cuestionario sobre el curso, se presentaron tres parámetros que giran en torno al sentido de la existencia. El primero aborda la cuestión de si la búsqueda del sentido a través de la reflexión de las acciones que se realizan en el día a día logra una mayor estabilidad emocional; la segunda, hace referencia a que la persona al hacerse responsable de su desarrollo personal encuentra la paz interior; y la tercera, enuncia que

cuando se encuentra el sentido del cumplimiento del deber se abre la posibilidad de que este no resulta ser una carga tan pesada. Las respuestas dan como resultado un factor promedio de 1.8, lo que significa que están *bastante de acuerdo* con las tres proposiciones.

La prueba PIL mostró que el 43% de la población presenta *un sentido y propósitos claros en la vida*, el 51% un nivel de *incertidumbre con relación al sentido* y el 6% de los psicólogos una *baja orientación al sentido*. Sin embargo, se observa que esta ubicación no es producto de la reflexividad y de una decisión consciente y voluntaria, simplemente se pudo haber alcanzado por una disposición interna asumida desde la educación, los valores, la experiencia y la posibilidad de trascendencia que les da su labor con los adolescentes. Esta conclusión se asume por el contraste entre los comentarios de su desconocimiento de la teoría de Frankl, su actitud de sorpresa al descubrir que había tres vías claras que conducen al sentido, la falta de hábitos reflexivos en torno una antropología filosófica llevada al plano de lo personal y el análisis del contexto actual. Se considera importante mencionar que la prueba PIL puede usarse en un inicio como un instrumento metodológico cuantitativo, pero que en una investigación cualitativa se debe retomar para escuchar desde la subjetividad personal el significado y la resignificación que el sujeto de estudio va dando a cada una de las preguntas y la relación que guardan las respuestas con sus experiencias personales; así como los posibles errores al interpretar el sentido de los ítems.

Las entrevistas a profundidad y la narrativa autoetnográfica, en síntesis, nos presentan los siguientes resultados. Primero con relación a la categoría de análisis correspondiente al sentido, se observa que en la narrativa autoetnográfica, parto de la experiencia de ver cómo mi mamá pierde el sentido de su vida y yo como espectadora comienzo a estudiar lo que es el análisis existencial y la logoterapia. El estudio me lleva a transitar por la reflexión y

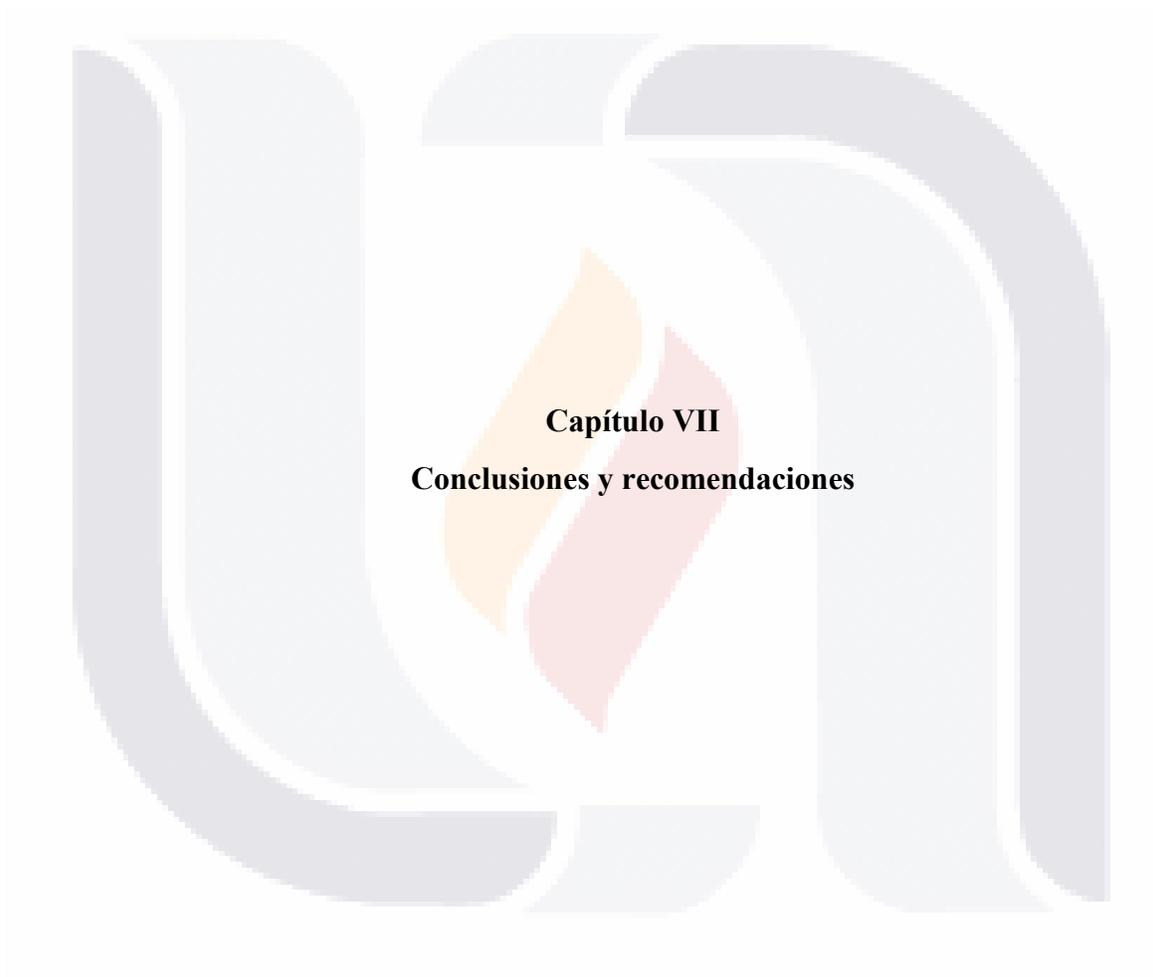
el análisis para luego llegar a la decisión de querer vivir en el área de sentido usando los conocimientos y las herramientas aprendidas. Los sujetos que participaron en las entrevistas a profundidad no lograron su capacidad de construir el sentido de sus existencias a través del estudio, ellos experimentaron en carne propia los efectos de la pérdida de sentido y con sus propias armas salieron adelante. Vimos tres crisis distintas en ellos: el conflicto entre los padres de Uriel, la muerte de la madre de Naru y la infidelidad del esposo de Brisa.

Uriel debe su logro a la forma en la que transitó por los valores de creación, vivencia y actitud propuestos por Frankl, a la constante reflexión y al ejercicio de la responsabilidad alineada congruentemente con sus creencias religiosas y sus valores. El amor a sí mismo es clave para que él encuentre la motivación para superar su crisis. Naru empieza a buscar respuestas a su crisis existencial a través de la reflexión; a la par, se va dando el cuestionamiento sobre la misión que la vida le pide cumplir; se da cuenta de que tiene que amarse a sí misma para poder amar a los demás. El hecho de haber acompañado a su madre en su enfermedad y muerte la llevaron a ejercer su libertad con responsabilidad. El agradecimiento expresado por la madre en sus últimos momentos la hicieron sentir la plenitud de quien logra la trascendencia. Las acciones en su trabajo, en sus relaciones personales y en la superación del sufrimiento la llevaron hacia el sentido de su existencia. Su espiritualidad la dinamiza siendo empática y solidaria con las demás personas y a través de su relación personal con Dios. Brisa ha ido construyendo el sentido de su vida en función de las circunstancias que se le han presentado, hace notar que no siempre ha sido de la misma manera. Su mayor experiencia de plenitud es cuando ha encontrado el sentido en el amor a sus hijos, en la ayuda que ha brindado a sus pacientes y en la superación del

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

sufrimiento que le causó la infidelidad de su esposo; su mayor triunfo ha sido llegar a perdonar. Estos tres eventos corresponden a la experiencia de los valores de vivencia, creación y actitud. En cuanto a la espiritualidad la vive a través de la música y el contacto con el aire como parte de la naturaleza.

Cerramos este capítulo, partiendo de la aceptación de lo propuesto por Viktor Frankl en lo que se refiere a que la necesidad latente que subyace en la intimidad de todo ser humano de buscar y construir el sentido de su vida es un propósito que debe realizarse, como se ha expuesto con anterioridad y que, de lo contrario, de no realizarse, pone en serio peligro la estabilidad de la persona, y, además, se obstruye la capacidad de realización personal. La dimensión espiritual, para Frankl (2001, 2003a), es el elemento integrador que vivifica y coordina al resto de las dimensiones humanas. En este estudio se pudo observar en el análisis de las entrevistas a profundidad que los psicólogos, aunque, no de manera consciente, sin apearse a planteamientos teóricos, a través de sus buenas intenciones y acciones concretas se encuentran en permanente búsqueda de su estabilidad personal, la de sus seres queridos y la de los alumnos a los que dan acompañamiento. Los vínculos humanos que se forjan a través de relaciones amorosas, mediante las cuales, se da la comprensión, la empatía, la solidaridad, entre otras, dan noticia de que la persona ha logrado descubrir la radical vocación de su vida, ha descubierto que lo propio es salir de sí misma para ir al encuentro del otro. En este momento, se puede afirmar que la persona está capacitada para construir el sentido de su existencia a la luz de un sistema de valores profundamente humanos.



**Capítulo VII**  
**Conclusiones y recomendaciones**

Finalmente presentamos las conclusiones centrándonos en la revisión de si los objetivos establecidos se cumplieron, o en su defecto, las razones por las cuáles no fue posible su logro. La pregunta central del estudio se tradujo en espejo a un objetivo general: *Comprender cómo construyen, significan y/o resignifican el sentido de sus vidas los psicólogos y cómo influyen estos procesos en sus intervenciones con los estudiantes de secundaria a los que acompañan.* El objetivo general se acompañó de cuatro objetivos particulares, los cuales servirán como marco de referencia en la redacción de las conclusiones que se presentan a continuación.

La comprensión lograda del fenómeno se dio principalmente gracias a los diversos instrumentos de obtención de la información utilizados, los cuales, en su conjunto permitieron la visualización desde diferentes ángulos el problema de investigación. Se considera que, un complemento valioso para lograr el objetivo fue la convivencia que el investigador tuvo con los psicólogos durante los meses en los que se impartieron las sesiones del curso “El sentido de la vida en Viktor Frankl”.

El acercamiento a la vida de los psicólogos a través de un trato personal, durante el curso, brindó la oportunidad de escuchar diversas reflexiones profundas a las que iban llegando los psicólogos que, de manera espontánea, surgían en la medida en la que se abordaban los conceptos más relevantes de la teoría de Frankl, los cuáles en el estudio se convirtieron en categorías de análisis. Además, se logró que los psicólogos vincularan la teoría con casos relevantes que acontecían en las secundarias cuyos protagonistas eran los alumnos que atienden, mediante actividades de aprendizaje desarrolladas en equipos en las que se analizaba un caso que ellos mismos proponían, para después ser expuestas las conclusiones de cada uno de los equipos en sesión plenaria.

Las dinámicas utilizadas proporcionaron la oportunidad de escuchar de viva voz las reflexiones de ochenta y dos psicólogos, así como la manera en la que iban captando los conceptos para su comprensión, acuerdos y desacuerdos sobre lo que se iba proponiendo en el grupo, sus dudas, sus hallazgos teórico-prácticos, y lo más valioso: la transferencia del planteamiento teórico a su realidad personal y profesional. La observación de sus actitudes, de sus expresiones faciales y de su lenguaje corporal fueron otra fuente de información y aprendizaje para el investigador. Al final de cada sesión y en el transcurso de los días que seguían las experiencias de observación y escucha fueron escritas en un diario de campo con la finalidad de preservarlas y no dejar que se perdieran en la memoria.

El primer objetivo particular pretendió: *Comprender cómo han resuelto sus crisis de sentido los psicólogos.*

La autoetnografía asume que la subjetividad del investigador lo sensibiliza y lo hace capaz de estudiar la ajena, es decir, la de los sujetos de estudio. En el caso de este estudio, la reflexión, desde diferentes ángulos, en torno al tema sobre el sentido de la existencia, y después, el escribir la narrativa de la propia experiencia de la investigadora, fue la oportunidad para incurrir en un profundo proceso de aprendizaje, no solo sobre el aspecto teórico, sino de los procesos internos por los que se transita cuando la persona se confronta con la pregunta sobre el sentido de su existencia. Si uno de los objetivos era comprender cómo los psicólogos construyen sus propios entramados para resolver sus crisis existenciales y, en su momento, cómo significar o resignificar sus experiencias, se confirma que dicha comprensión se facilitó gracias a las vivencias de la investigadora, dado que, los referentes y las dinámicas internas ya se habían experimentado y se encontraban presentes a nivel consciente. Al respecto, se concluye que el proceso de aprendizaje experimentado

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

y la manera en la que la investigadora ha dado solución a sus crisis existenciales o cómo ha construido su propio sentido de vida se justifica como parte medular de la investigación gracias a que este es un sólido puente de entendimiento con relación a los sujetos de estudio.

Desde el instrumento del cuestionario de los conocimientos significativos del curso “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl”, se observó que, previo al curso o muy al inicio de este, los psicólogos no tenían un referente teórico que les sirviera como guía para llevar a cabo el proceso que implica el cuestionamiento, la significación y la resignificación del sentido, dicho en otras palabras, el proceso que implica la resolución de las crisis de sentido. En el momento en el que se aplicó el instrumento de evaluación, se encontró que solamente el 20% de los participantes lograron hacer las transferencias de la teoría a la aplicación práctica en el contexto de sus vidas de los conceptos que sirven para la resolución de la cuestión que ocupa a este estudio. El 56% de los psicólogos se quedaron en el estadio en el que solo se comprende el significado teórico del concepto, el 23% solo llegaron a contestar la pregunta con el nombre del concepto sin que enunciaran su significado. Desde esta perspectiva, se concluye que hace falta incluir en el curso más dinámicas que faciliten la comprensión profunda de los conceptos y así garantizar el logro de las transferencias.

Las resoluciones de sus crisis existenciales las han venido haciendo mayormente desde la orientación del sentido común, la educación recibida en la familia, los valores que ellos han hecho suyos por libre voluntad, y por la influencia social y cultural del entorno, entre otros. Se observó que el problema existencial subyacía en el nivel de su inconsciente dado que ante los interrogantes se dieron muestras de admiración, aunque al ir reflexionando emergían tanto las preguntas como las posibles respuestas.

Al respecto se considera valioso tener en cuenta que, en la medida en la que los sujetos de estudio fueron aprehendiendo los conceptos más importantes de la teoría de Frankl, los cuales equivalen a las categorías de análisis utilizadas en los instrumentos usados en esta indagación, fueron transitando a través de un proceso de reflexión, análisis y crítica constructiva de los conceptos. Se dieron cuenta que no basta guiarse por el sentido común porque descubrir y construir el sentido de sus existencias es esencial para lograr la plenitud en su persona y en la de los seres humanos que los rodean, entre ellos, principalmente sus seres queridos y los adolescentes a los que acompañan.

A partir del cuestionario sobre el curso “El sentido de la Vida en Viktor Frankl”, en la segunda parte, se presentó a los sujetos de estudio una serie de preguntas agrupadas en torno a las categorías de análisis cuyas respuestas podían ser sí o no, es decir, el objetivo que se persiguió fue conocer si el psicólogo estaba de acuerdo o no en lo que implicaba lo enunciado, desde su muy particular punto de vista. Para comprender cómo ellos concebían lo que implicaba el sentido de la vida y la resolución de las crisis de sentido, se encontró que, según las preguntas siete, diez y trece, ellos afirmaron dentro del rango que oscila entre *totalmente de acuerdo* a *bastante de acuerdo* que, sintetizando las tres cuestiones: En la medida en que la persona se ocupa de buscar y reflexionar sobre el sentido de cada una de las acciones que realiza, se da la oportunidad de lograr una mayor estabilidad emocional; además, de hacerse responsable de su desarrollo personal, esto le ofrece la posibilidad de encontrar la paz interior; y que, cuando encuentra el sentido que tienen los deberes que tiene que cumplir se abre la posibilidad de que estos no resulten una carga pesada y difícil de cumplir. Como puede observarse en conjunto, los anteriores planteamientos comparten

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

un eje común: la responsabilidad. Por lo tanto, se infiere que ellos asumen que, en la resolución de las crisis de sentido, un elemento esencial es precisamente la responsabilidad.

La prueba “Orientación hacia el sentido” PIL coadyuvó al logro de este primer objetivo particular mediante el conocimiento de que los psicólogos nunca habían contestado esta prueba tan usual en la logoterapia; por lo tanto, se pudo confirmar que ellos no estaban familiarizados con esta teoría y con los instrumentos de evaluación que esta ofrece.

Un segundo aspecto, es que se pudo conocer el grado de orientación hacia el sentido que cada uno de ellos tenía en esos momentos, con relación al sentido de sus existencias. Los resultados mostraron que el 43% presentaba *un sentido y propósitos claros en la vida*; mientras que, el 51% se encontraba en el nivel de *incertidumbre con relación al sentido*, y el 6% de ellos tenían una *baja orientación al sentido*. Como propuesta se considera que estos resultados ayudan significativamente a la formulación de un plan de acción que tenga como propósito dar continuidad a la capacitación teórico-práctica para que los que se encuentran en los niveles bajos o medios logren ascender al más alto: *un sentido y propósitos claros en la vida*. Para este fin se pueden considerar tanto diplomados como especialidades en logoterapia y análisis existencial que pueden ofrecer instituciones acreditadas ante la SEP.

Otro aspecto importante a destacar es que la radiografía que estos resultados mostraron, indican claramente que el estadio, en cualquiera de los niveles en los que hayan calificado, se debe a una serie de toma de decisiones que van siendo guiadas a través del sentido común. La idea es que ellos lleguen a ser capaces de saber cómo resolver sus crisis de sentido, cómo no desviarse de la ruta que los conduce al sentido, y que cuando la vida les

presente disyuntivas dolorosas puedan utilizar herramientas logoterapéuticas para convertir el reto en una experiencia enriquecedora para ellos mismos y para otras personas, esto ya desde un nivel profesional. Se considera que la salud emocional del psicólogo debe de ser una prioridad para las políticas públicas, ya que sus personas y su labor resultan ser un elemento vital para que se cumpla el objetivo de restaurar el tejido social mediante la sanación emocional de los sujetos que lo integran.

En las entrevistas a profundidad se observó que, en el caso de Uriel, el amor a sí mismo es un elemento esencial que detona el movimiento interior para que él encuentre la motivación necesaria para superar su crisis. Naru, a través de la reflexión, empieza a buscar respuestas a su crisis existencial, al mismo tiempo que se pregunta ¿cuál es la misión que la vida me pide cumplir? Se da cuenta de que tiene que amarse a sí misma para poder amar a los demás. El hecho de haber acompañado a su madre en su enfermedad y muerte la llevaron a ejercer una libertad responsable de acompañamiento basado en el amor. Se observa que el agradecimiento que le expresó su mamá, poco antes de morir, la hicieron sentir la plenitud de quien logra la trascendencia y con ella el descubrimiento del profundo sentido de la vida. Brisa se caracterizó por ir construyendo el sentido de su vida en función de las disyuntivas que la vida le iba presentado a través del tiempo. En la entrevista expresa que, pensándolo detenidamente, sus caminos para solucionar sus crisis de sentido han sido diversos. Sin embargo, piensa que superar la crisis existencial que le provocó la infidelidad de su esposo se debió al esfuerzo, casi sobrehumano que hizo para llegar al perdón. En contraposición a sus crisis existenciales, reconoce que sus mayores experiencias de plenitud de vida se han dado cuando ha encontrado el sentido de su existencia en el amor a sus hijos, en la ayuda que ha brindado a sus pacientes, y en el haber superado

positivamente los momentos de sufrimiento en su vida. En esta parte de la investigación, se hizo patente, la gran diferencia entre el ir viviendo todas estas experiencias de vida de manera meramente circunstancial, y cuando la reflexividad lleva al individuo a recrear lo vivido en aras de capitalizar las experiencias. A lo largo de las entrevistas, se vivió la experiencia, como investigadora, de ser testigo de cómo ellos se conmocionaban desde lo más profundo de su ser al recordar lo ocurrido, hubo momentos de llanto en los que se desahogaron cuestiones que aún no estaban totalmente resueltas. Pudimos ver cómo ellos iban poniendo orden en sus pensamientos, como iban reconociendo que a aún a pesar del dolor hubo mucha riqueza que se fue cultivando en el camino y que ahora que ya se tenía todo esto a nivel consciente era posible capitalizarlo para el propio bien y para el de los demás.

Con relación al segundo objetivo particular: *Analizar de qué manera el análisis existencial suscitó reflexiones profundas y acciones concretas en torno al sentido de la vida de los psicólogos.*

En el cuestionario sobre conocimientos significativos del curso “El sentido de la Vida en Viktor Frankl” se tomó como punto de referencia las transferencias que los psicólogos lograron hacer a partir de los conceptos teóricos y la aplicación de estos para la resolución de sus disyuntivas existenciales. A continuación, transcribimos las transferencias que consideramos más representativas para ilustrar de qué manera el análisis existencial suscitó reflexiones profundas y acciones concretas en la construcción del sentido o en la resolución de sus crisis existenciales.

- “Me estoy enfocando en el trabajo introspectivo que lleva al sentido.”

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- “Me hace falta tener momentos para la reflexión, hacer un alto en la vida y encontrar maneras de trascender en nuestro paso por este mundo, dejar huellas buenas con mis actos.”
  - “Debo pensar en la búsqueda de sentido de mi vida, ya que aviva nuestra mente y corazón para resolver situaciones del día a día (vivir con propósito).”
  - “Como herramienta de apoyo, recordar el anclar a las y los adolescentes a su propio sentido de vida, desde su realidad y entorno.”
  - “Me hizo reflexionar la última pregunta acerca de qué espera la vida de mí, pues comúnmente estamos sumergidos en las expectativas hacia el exterior.”
  - “La importancia de trabajar en mi propia persona, así como en el sentido de mi propia existencia.”
  - “Enfocarme más en el amor y utilizarlo como medio para la construcción de mi sentido de vida. Una pregunta que me movió mucho fue: ¿Qué es lo que la vida espera de mí? Me sirve considerablemente para mi crecimiento personal.”
  - “La autorreflexión con relación a la postura y actitud tanto propia como social del sentido de la trascendencia, lo que involucra esta toma de conciencia y acción.”
  - “Voy a centralizar el sentido de mi vida en la conciencia y el amor.”
  - “Voy a resignificar algunas situaciones dolorosas que aún me duelen.”
  - “Me hace falta tener momentos para la reflexión, hacer un alto en la vida y encontrar maneras de trascender en mi paso por este mundo, dejar huellas buenas con mis actos.”

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- “La importancia de trabajar en mi propia persona, así como en el sentido de mi propia existencia.”
  - “La integración del concepto de persona como un ente espíritu-corpóreo; no es un nuevo aprendizaje, pero sí un adecuado recordatorio para mí, justo para mantener el equilibrio, pues en la cotidianidad puedo perder (descuidar) el uno u otro lado.”

Como puede observarse, lo que ellos manifiestan son intenciones claras que se encaminan a acciones concretas. Desde nuestro punto de vista, es notorio que ya no resuelven sin un plan de acción previo, sin una intención concreta que parte de una estrategia que emana del análisis existencial enfocado a su propia persona a través de la introspección que hace referencia a la comprensión de una teoría. El paso a seguir sería dar continuidad a estas intenciones para que no se queden solamente en el papel, es decir, se debe proceder a la formación del hábito. Para este fin, se recomienda que el psicólogo tenga acceso a una serie de logoterapias en las que un especialista pueda darle asesoría y dar seguimiento al cumplimiento de sus propósitos, así como a extender su plan de acción de manera más completa y puntual.

En el cuestionario sobre el curso “El sentido de la Vida en Viktor Frankl”, en la pregunta número cuatro, se les preguntó a los psicólogos si los contenidos del curso en los que se exponen los elementos esenciales del análisis existencial los ayudaron a reflexionar en torno al sentido que daban a sus vidas. El resultado que se obtuvo fue que el 94% de ellos respondió afirmativamente, es decir, el resultado indica que la reflexión teórica orienta a la persona hacia la reflexión de su propia postura personal facilitando la toma de conciencia del problema existencial, la resolución de sus crisis y el logro de la construcción del sentido. En la pregunta número cinco, se les preguntó si el curso les aportó conocimientos

significativos para ser aplicados en su vida personal. En términos porcentuales se encontró que el 91% de los participantes dijeron que sí, y el 9% encontraron que el curso no les aportó conocimientos significativos. La pregunta, en caso de ser contestada de manera afirmativa, les pedía que compartieran cuál era el conocimiento más significativo. A manera de ejemplo, se enuncian algunas respuestas que resultaron ser muy descriptivas: “Confirmar que mi existencia actual tiene un sentido de vida y que mi trabajo es una parte importante del mismo.” En esta respuesta se puede apreciar que el sujeto está poniendo en el centro de su reflexión si su vida tiene sentido, lo confirma y, además, reconoce que el trabajo (valores de creación) es un medio para lograr el sentido. “Salir de mí misma para ir al encuentro del otro.” En esta respuesta se encuentra que el sujeto habla sobre la trascendencia que, como se ha visto a lo largo de la tesis, es uno de los elementos clave para lograr el sentido existencial a través de los valores de vivencia. “Valorar y dar significado a mi existencia.” En esta respuesta se observa que el sujeto de estudio llegó al punto en el que reconoce que la existencia es valiosa y que se le debe dar sentido.

En la segunda parte de este mismo cuestionario, los psicólogos contestaron una serie de preguntas que giran en torno a las ocho categorías de análisis, lo cual dio oportunidad para que ellos reflexionaran y tomaran postura con relación a lo que cada una de ellas implica. Los resultados indican que las respuestas de los setenta y nueve psicólogos se mueven entre el rango que oscila entre *totalmente de acuerdo* y *bastante de acuerdo* dentro del criterio que propone cada una de ellas. A continuación, se presentan tres ejemplos para ilustrar cómo puede observarse la posición del psicólogo ante ellas. Una de las preguntas que se eligió está relacionada con la *libertad* como categoría de análisis: *La persona tiene la posibilidad de tomar las riendas de su vida y responsablemente construir su propio*

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

*proyecto de vida*. El resultado que se obtuvo es que los psicólogos están *bastante de acuerdo* con dicha aseveración. Con referencia a la *espiritualidad*, el postulado: *Los seres humanos estamos dotados de una conciencia que nos ayuda a descubrir el sentido que tiene cada uno de los actos que realizamos, por lo que resulta muy importante formarla*. De igual manera, en promedio, las respuestas señalaron que ellos están *bastante de acuerdo* con el criterio propuesto. En la categoría de análisis que se refiere a los *valores de actitud*, se planteó: *El dolor y el sufrimiento provocan una tensión fecunda con la cual la persona crece y madura templando su carácter y la humaniza*. El criterio que Frankl propone en su teoría acepta que el dolor y el sufrimiento son valiosos, por lo tanto, una formación humana orientada con base a la orientación al sentido de la existencia debe comprender que de esta tensión fecunda pueden emanar posibilidades de realización personal y trascendencia. Se considera que cuando la persona llega a la comprensión y aceptación de este principio tiene ante sí una gama de posibilidades para convertir un evento doloroso en actos fecundos de realización humana.

Como investigadora en el área de las Humanidades estas formulaciones teóricas permiten observar la postura de los sujetos con relación a temas específicos. En este caso específico, nos permitió ver cómo ellos se posicionaban y asimilaban el análisis existencial en sus vidas. Además, cabe agregar que, desde nuestra óptica, se considera que en este tipo de cuestionarios es superior una respuesta que declara estar *bastante de acuerdo* porque se deja abierto un espacio importante para el diálogo y el intercambio de cuestiones que favorecen el análisis y una crítica propositiva entre profesionales de la salud emocional.

La prueba PIL “Orientación hacia el sentido” brindó la oportunidad para que los psicólogos tuvieran a su disposición elementos de análisis con el fin de avanzar en sus análisis

existenciales. La primera contribución fue conocer el resultado que la prueba les arrojó dando la pauta para que se suscitaran reflexiones profundas, planteándose preguntas relacionadas con el sentido de sus existencias. En un segundo plano, cada uno de los ítems suscitaron otros tantos interrogantes que los orientaron en el descubrimiento del sentido de sus vidas a través del análisis existencial.

En las entrevistas a profundidad se encontró que el análisis existencial les hizo valorar que la reflexión filosófica es parte fundamental de la vida de la persona, y que facilita el descubrimiento de los valores que llevan a la trascendencia. En este análisis, se dieron cuenta de que es necesario responder a la pregunta ¿quién es la persona? en sentido genérico, para después trazar su perfil como individuos. Analizar y cuestionar la propuesta antropológica y ontológica de Frankl los llevó a reflexionar si en realidad se consideran seres espíritu-corpóreos, no en sentido genérico, sino con referencia a su propia persona. De ahí surge el cuestionamiento que lleva a descubrir que están haciendo para dinamizar e integrar en una unidad personal sus diferentes dimensiones. Comprendieron la propuesta que hace Frankl con relación a los valores de creación, vivencia y actitud, y la manera en la que cada uno ofrece la oportunidad de construir el sentido de la existencia. Se planteó la diferencia entre un estadio en el que conscientemente se logra el sentido, y un estadio en el que la angustia representa el vacío existencial. En la medida en la que ellos iban asimilando la teoría de Frankl tomaban su propia postura y decidían con mayor libertad lo que sí aceptaban como cierto y lo que no era parte de su cosmovisión. Lo importante y el objetivo que se persiguió no fue el adoctrinamiento, sino la capacidad de reflexión y análisis crítico ante la misión de vida que implica la construcción del sentido existencial. Las entrevistas a profundidad sirvieron para comprender el fenómeno en cuestión, además de llevar a los

participantes a una reflexión más profunda y sistematizada de las categorías de análisis. Mediante esta reflexión, una vez que se comprende a fondo la acepción de los conceptos se puede hacer un plan ordenado de cómo construir el sentido de sus vidas. Lo que logramos comprender es que, con mayor o menor profundidad, dependiendo del caso, fue que emprender la ruta hacia el sentido implica el uso de una libertad responsable y un compromiso consigo mismo y con los seres que están a su alrededor, ya sea a través del amor, el trabajo o el sufrimiento. Una conclusión importante del estudio es que, esta postura fortalece a los psicólogos como agentes de cambio dado que tienen el potencial de influir positivamente y generar un efecto multiplicador en los adolescentes que atienden y en sus comunidades.

El tercer objetivo particular pretendió *valorar cuáles y cómo los referentes sociales y culturales influyen en la construcción o pérdida del sentido existencial en los psicólogos.*

Se encontró en el cuestionario sobre conocimientos significativos del curso “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl” que los valores de la burguesía, en cuanto a la obsesión por la posesión de bienes materiales, han infectado a los mismos psicólogos, sin siquiera darse cuenta. En sus reflexiones, ellos consideran que, una vez más, la reflexión es el antídoto para evitar que el tener vaya en detrimento del ser. Transcribimos algunas de sus propias expresiones, las cuales dan fundamento a estas ideas:

- “Voy a dejar de lado aquellos estereotipos que la sociedad espera de nosotros y buscar una trascendencia más allá del materialismo.”

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- “Más que aprendizaje, recordar que estamos inmersos en un contexto que nos devora y tenemos que desarrollar la capacidad para ser conscientes de ello y elegir qué queremos hacer con eso.”
  - “Reflexión profunda sobre el tener y el ser, que invita a buscar sentido en el actuar cotidiano.”

En una de las sesiones del curso, en cuanto a los referentes sociales y culturales que los psicólogos ven como obstáculos para la realización del sentido existencial, mencionaron como conclusión de una actividad de aprendizaje, que el materialismo que impone la sociedad de consumo y que contrasta cruelmente con la pobreza y la vulnerabilidad en la que viven los adolescentes, es una de las principales causas por las que su inestabilidad emocional es muy significativa y difícil de sanar. El afán de poseer todo aquello que el consumismo y la moda imponen los conduce a un estado de impotencia y de vulnerabilidad que los lleva delinquir de una u otra manera, con el fin de obtener lo deseado, y así superar el estado de frustración que tanta angustia les provoca.

Como se ha comentado en distintas ocasiones, la situación de indefensión, pobreza y vulnerabilidad en la que los adolescentes se desarrollan afecta profundamente a los psicólogos, por lo tanto, los referentes sociales y culturales que padecen los chicos y sus consecuencias influyen directa o indirectamente en la construcción o pérdida de su sentido existencial. No se pierde de vista que incluso algunos de ellos viven dentro de estas mismas circunstancias, aunque el estudio no midió este factor. Este estudio no llegó a profundizar en las características del entorno, razón por la cual dejamos este señalamiento como un área de oportunidad en algún estudio posterior.

En el cuestionario sobre el curso “El sentido de la Vida en Viktor Frankl” solo se tuvo una pregunta con relación a la influencia de los referentes sociales y culturales. *El ambiente cultural en el que nos desenvolvemos actualmente es poco propicio para el encuentro del sentido existencial, por lo que debemos hacer conciencia de cómo nos afecta (hedonismo, materialismo, utilitarismo, etc.)* La respuesta de los psicólogos apuntó, en promedio, al rubro *bastante de acuerdo*, lo cual nos lleva a la interpretación de que ellos consideran adversas las ideologías que se mencionan. El área de oportunidad que queda por explorar estaría enfocada en hacer conciencia de cuáles son en específico estas ideologías u otras que pudieran añadirse y cómo afectan a las personas en el afán por dar sentido a sus vidas.

En las entrevistas a profundidad se comentó, al final de las sesiones, ya sin una pregunta específica dentro de la guía de entrevista, los aspectos del entorno que inciden en la pérdida de sentido, la dificultad para construirlo, o bien, para resolver las crisis de sentido. Los psicólogos coincidieron en que el materialismo es el más importante de ellos, agregando que el ambiente familiar que rodea a los adolescentes no solo les impide avanzar, sino que lo consideran un factor de retroceso importante.

El cuarto y último objetivo particular se estableció con el fin de *inferir la incidencia que el análisis existencial de sus propias vidas propició en los psicólogos algún cambio con relación a su labor de acompañamiento con los adolescentes de las secundarias en las que laboran.*

En el cuestionario sobre los conocimientos significativos del curso “El Sentido de la Vida en Viktor Frankl” los psicólogos lograron hacer sus transferencias relacionadas con su labor con los adolescentes. Se transcriben algunas de las más significativas:

- TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS
- “Me resuena el sentido de responsabilidad de ir hacia mis adolescentes. ¿Qué es lo que la vida espera de mí? Como cuestionamiento diario hacia mi actuar personal y profesional.”
  - “Se me ocurren formas para aplicar actividades del sentido de vida a mis alumnos.”
  - “Como terapeutas es importante guiar a los adolescentes en la responsabilidad que conlleva decidir.”
  - “Aprendí cómo aplicar en mi ejercicio laboral la práctica de la búsqueda del sentido con los adolescentes.”
  - “Cómo mi trabajo en la secundaria me ayuda a trascender y a encontrarle un sentido a mi vida mediante el servicio a mis semejantes. Llevar la teoría a mi contexto actual y enfocarla en el aquí y en el ahora.”
  - “Como terapeuta estoy haciendo un buen trabajo con los niños de la Ciudad de los niños.”
  - “En mi trabajo en la Ciudad de los Niños, debo fortalecer recursos.”
  - “Aclaré cómo puedo mejorar la terapia con un paciente.”
  - “Utilizaré esta filosofía y creo que funcionará muy bien. Fortalecer mis conocimientos para ayudar a los pacientes fortaleciéndolos con bases teóricas y filosóficas.”
  - “Ahora comprendo que debo entrelazar los valores de vivencia con los de creación para darle sentido a mi sufrimiento y canalizar esta experiencia a los adolescentes.”
  - “Cómo mi trabajo en la secundaria me ayuda a trascender y a encontrarle un sentido a mi vida mediante el servicio a mis semejantes. Llevar la teoría a mi contexto actual y enfocarla en el aquí y en el ahora.”

Como puede observarse los psicólogos no se conforman con aprovechar sus nuevos conocimientos para sí mismos y para sus familias, sino que, en su mente, constantemente aparece el propósito de llevarlos a los adolescentes que atienden. Cabe resaltar que se encontró que ellos ya relacionan entre sí las distintas categorías de análisis, por ejemplo, cuando se dice: “Cómo mi trabajo en la secundaria me ayuda a trascender y a encontrarle un sentido a mi vida mediante el servicio a mis semejantes”, se interpreta que esta persona logró asimilar que, al realizar los valores de creación (trabajo), simultáneamente está realizando los valores de vivencia (amor), por lo tanto, se está avanzando en la ruta que conduce hacia el sentido.

En el cuestionario sobre el curso “El sentido de la Vida en Viktor Frankl”, en la pregunta número tres se pidió a los participantes que enlistaran los principales problemas que aquejan a los adolescentes debido a sus circunstancias y al medio ambiente en el que se desarrollan. El resultado obtenido señala que la disfunción familiar y/o la desintegración familiar es la principal causa que perturba a los adolescentes; el segundo, corresponde a la violencia en sus múltiples expresiones; en tercer lugar, aparecen los síntomas de depresión-ansiedad; en cuarto lugar, el abandono o ausencia de los padres, lo cual, una vez más, nos orienta a que el origen es la familia. La problemática familiar, según los sujetos de estudio, muestra que las adicciones, como el consumo de alcohol y diversos estupefacientes por parte de los progenitores inciden profundamente en la salud emocional de ellos mismos, como en la de sus hijos e hijas. Se infiere, por ende, que es comprensible que, una de las principales consecuencias es que los adolescentes tengan muy bajos recursos personales para resolver sus problemáticas emocionales y su baja tolerancia a la frustración. Incluso

TESIS TESIS TESIS TESIS TESIS

para los chicos está ya normalizado que sus padres hayan atentado en contra de sus vidas, en algunas ocasiones, logrando su propósito.

En la pregunta número seis se cuestiona al participante si el curso aportó conocimientos significativos para ser aplicados con los adolescentes de la secundaria en la que laboran. Las respuestas indican que el 89% de los sujetos de estudio afirmó que el curso sí aportó conocimientos significativos a su labor, de tal manera que, al hacer sus propias introspecciones y reflexiones en torno al análisis existencial de sus vidas, los llevaba continuamente a plantearse cómo ayudar a los adolescentes en su camino del descubrimiento de la vida.

Aunque el curso fue diseñado para que los psicólogos lo enfocaran a su vida personal, se encontró que constantemente lo hacían extensivo a los adolescentes, esta insistencia se atribuye a que consideraban que, en la medida en la que dieran un acompañamiento más asertivo a los adolescentes, su labor sería más trascendente, por ende, se aminoraría el sufrimiento tanto de los adolescentes, como de ellos mismos.

La prueba PIL con relación a este objetivo aporta al estudio que existe una necesidad de, que, como se mencionó en el análisis del primer objetivo los psicólogos reciban capacitación profesional con la finalidad de que ellos mismos tengan al análisis existencial y a la logoterapia como herramientas que los ayuden en el ejercicio de sus funciones como orientadores hacia el sentido de los adolescentes que ni siquiera pueden contar con el acompañamiento y la orientación de sus propios padres. Esta reflexión nos lleva a la también urgente necesidad de extender la ayuda a los familiares, y así, con una labor

conjunta entre padres, profesores y psicólogos, promover un cambio sanador en toda la comunidad.

En las entrevistas a profundidad se observó que los sujetos de estudio continuamente se preocupan por encontrar la solución de cómo abordar las problemáticas que aquejan a los adolescentes dado el contexto en el que viven y en el que tienen que desarrollarse. Su trabajo lo consideran más como una misión de vida que como una labor que simplemente les aporta un sueldo para la manutención de ellos mismos y de sus familias. Se puede citar, el caso de Uriel, quien comentó que las heridas que padecen los adolescentes fácilmente se trasminan a la persona del terapeuta, y entonces ellos van como cargando toda esta problemática en sus espaldas, por lo que considera muy importante que el psicólogo sea capaz de dar sentido a su existencia y que, a su vez, tenga las herramientas necesarias para transmitir estos conocimientos a los adolescentes.

En síntesis, por nuestra parte afirmamos que el estudio dio respuesta a la pregunta: ¿Cómo construyen, significan y/o resignifican el sentido de sus vidas los psicólogos que colaboran en el programa “Juntos por la Vida”? Esto debido a los distintos instrumentos de obtención de la información, si bien en el camino también se tuvo la oportunidad de descubrir áreas de oportunidad para su mejora. Podemos mencionar como ejemplo, que hubiera sido conveniente profundizar más en la indagación sumando al menos tres o cuatro entrevistas a profundidad, con el objetivo de conjuntar otras voces y otras miradas, y así llegar a una comprensión más profunda. La idea proviene de la posibilidad de haber podido contrastar las narrativas de personas que se encontraban en distintos estadios con relación al sentido: *Baja orientación al sentido, incertidumbre con relación al sentido*, o bien, *un sentido y propósito claros en la vida*; y así, determinar si existen diferencias significativas.

Consideramos que es justo reconocer y constatar que, dentro del espacio en el que se impartió el curso, a lo largo de las sesiones, se tuvieron evidencias del profundo compromiso que los psicólogos tienen por lograr que se cumplan los objetivos del programa “Juntos por la Vida”, de su vocación, entrega y sacrificio para que los adolescentes logren una sanación integral en sus personas y que el Estado y la sociedad sean capaces de ofrecerles oportunidades reales de superación. Los psicólogos tienen un gran interés por conocer las mejores terapias que ofrezcan una vida más digna y plena a los adolescentes. Esta apertura para aprovechar las capacitaciones que el DIF Estatal les ofrece es un elemento muy valioso para que se logren los objetivos del programa. Se pudo observar que su interés por llevar el tema del sentido de la vida quedó manifiesto al declarar que les gustaría estudiar más sobre logoterapia y análisis existencial, y así poder integrarlos a la gama de terapias que actualmente manejan con sus pacientes.

Desde nuestra perspectiva, además, proponemos que para sanar las heridas existenciales de la población a la que hace referencia el presente estudio, es necesario que los adultos que atienden la formación humana de los adolescentes: padres de familia, profesores y psicólogos deben entrelazarse en una red integral con el fin de fomentar y facilitar la construcción del sentido de vida, tanto en sus propias personas como en la de los educandos. Estas prácticas beneficiarían, no solo a los adolescentes, sino que representaría un beneficio para los adultos, en cuanto a que ellos mismos puedan acceder con mayor amabilidad a la construcción del sentido de sus vidas, logrando así una mayor plenitud de vida.

## Referencias

- Armas A. Milagros. (2016) “Sentido de la vida y afectividad negativa en pacientes con ansiedad y depresión” España. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=56676>, el día 5 de abril de 2023.
- Armas A., Milagros y López C., Antonio. CAURIENSIA, Vol. XIII (2018) 57-72, ISSN: 1886-4945 DOI: <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.57> Recuperado de: [El sentido de la vida: factor protector de ansiedad y depresión \(unex.es\)](#), el día 6 de enero de 2023.
- Bauman, Zygmunt. (2020a) *Modernidad Líquida*. México. FCE.
- \_\_\_\_\_ (2020b) *Tiempos líquidos. Vivir en una época de incertidumbre*. México. Tus Quest.
- \_\_\_\_\_ (2019) *Sobre la educación en un tiempo líquido*. México. Paidós.
- \_\_\_\_\_ (2017) *El arte de la vida. De la vida como obra de arte*. México. Paidós.
- Barreto Dos Santos, David M. (2019). “Educación para sentido en la vida y valores: percepción de universitarios a partir del libro “El hombre en busca de sentido” de Viktor Frankl” Revista Brasileira de Estudios Pedagógicos, 2019 - [educa.fcc.org.br.file:///C:/Users/magmc/OneDrive/Desktop/DESC/AAA%20DIRECCI%C3%93N%20DE%20TESIS/ESTADO%20del%20ARTE/Persepci%C3%B3n%20de%20sentido%20de%20vida%20y%20valores.pdf](http://educa.fcc.org.br/file:///C:/Users/magmc/OneDrive/Desktop/DESC/AAA%20DIRECCI%C3%93N%20DE%20TESIS/ESTADO%20del%20ARTE/Persepci%C3%B3n%20de%20sentido%20de%20vida%20y%20valores.pdf). Recuperado el 5 de abril de 2023.
- Bech, Ulrich at all. (2001). *Modernización Reflexiva. Política, tradición y estética en el orden social moderno*. España. Alianza Editorial.
- Bénard C., Silvia M. (2020) *Voces desde la diversidad*. México. UAA.
- \_\_\_\_\_ (2019) *Autoetnografía. Una metodología cualitativa*. México. UAA.
- Bochner, Arthur P. y Ellis Carolyn. (2016) *Evocative autoethnography*. USA. Routledge.
- Chang, Heewon and Boyd, Drick. (2011) *Spirituality in Higher Education: Autoethnographies*. California. Left Coast Press. Inc.
- Creswell, J. (2013). *Qualitative inquiry & research design*. Choosing among five approaches. USA. SAGE, third edition. Ed. Península.
- Camus, Albert. (2021) *El extranjero*. México. Ed. Emecé.
- Clifford, Geertz. (2003) *La interpretación de la cultura*. Madrid. Gedisa.
- Denzin, N. K. y Lincoln Y. S. (2005) *Introduction: the discipline and practice of qualitative research. The sage book of Qualitative Research*. 3° Ed. USA.
- Ellis, C. (2004) *The ethnographic I. A methodological novel about autoethnography*. USA. Altamira.

Fabry, J. B. (2009) *Señales del camino hacia el sentido. Descubriendo lo que realmente importa*. México. Ediciones LAG.

\_\_\_\_\_ (1968) *La búsqueda de significado*. México. Ediciones LAG.

Flick, Uwe. (2015) *El diseño de Investigación Cualitativa*. España. Morata.

\_\_\_\_\_ (2014) *La gestión de la calidad en Investigación Cualitativa*. España. Morata.

Frankl, Viktor E. (2020) *Psicoterapia y Humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?* México. FCE.

\_\_\_\_\_ (2018 a). *Logoterapia y Análisis Existencial*. Textos de seis décadas. España. Herder.

\_\_\_\_\_ (2018 b) *¿Neurotización de la humanidad o rehumanización de la psicoterapia?* España. Herder.

\_\_\_\_\_ (2018 c) *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión*. España. Herder.

\_\_\_\_\_ (2015) *A pesar de todo, decir sí a la vida*. Guatemala. Editorial Sinergia.

\_\_\_\_\_ (2010) *Psicoanálisis y Existencialismo. De la Psicoterapia a la Logoterapia*. México. FCE.

\_\_\_\_\_ (2004) *El Hombre en Busca de Sentido*. España. Herder.

\_\_\_\_\_ (2003a) *El Hombre en Busca del Sentido Último. El Análisis Existencial y la Conciencia Espiritual*. México. Ed. Paidós.

\_\_\_\_\_ (2003 b). *Ante el Vacío Existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. España. Herder.

\_\_\_\_\_ (2003c) *La Idea Psicológica del Hombre*. España. Rialp.

\_\_\_\_\_ (2001) *En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano*. México. Paidós.

\_\_\_\_\_ (1994a) *El Hombre Doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. España. Herder.

\_\_\_\_\_ (1994c). *La voluntad de sentido*. Conferencias escogidas sobre logoterapia. España. Herder.

\_\_\_\_\_ (1992) *Psicoanálisis y Existencialismo De la psicoterapia a la Logoterapia*. México. FCE.

Frankl, Viktor E. y Lapide, Pinchas. (2005) *Búsqueda de Dios y Sentido de Vida*. España. Herder.

Giddens, Anthony. (1995) *Modernidad e Identidad del Yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Barcelona. Península.

\_\_\_\_\_ (1993) *Las Nuevas Reglas del Método Sociológico. Crítica positiva de las sociologías interpretativas*. Buenos Aires. Amorrortu editores.

Giddens, A. y J. Turner y otros. (1990) *La teoría social, hoy*. Capítulo: *Teoría de la estructuración y praxis social*. Cohen, Ira J. México: Conaculta, Alianza.

Giménez, Gilberto. (2005) *Teoría y análisis de la cultura, Vol. 1*, México. Colección Intersecciones CONACULTA/Instituto Coahuilense de Cultura.

Geertz, Clifford. (2003) *La Interpretación de las Culturas*. México. Gedisa.

Gobato, F. (2013). "Los giros del helicoide. Los avatares de la construcción dialéctica de un tema y un problema de investigación", en Aibar, J., Cortés, F., Martínez, L. y Zarembeg, G. (coord.) *El helicoide de la investigación: metodología en tesis de ciencias sociales*, México: FLACSO. Kaplan.

Han, Byung-Chul. (2021) *La sociedad paliativa*. España. Herder.

\_\_\_\_\_ (2019) *El aroma del tiempo*. España. Herder.

Jaspers Karl. (2022) *La Filosofía desde el punto de vista de la existencia*. México. FCE.

Kansas. *Dust in the wind*. Recuperado el 11 de febrero de 2022. [Dust in the wind - Kansas \(subtitulado en español\) - YouTube](#)

La Salle, José María. "La Cultura y el Poder: ¿una afinidad electiva?" *Letras Libres*. 16 de diciembre de 2013

Lukas, Elisabeth. (2020) *Logoterapia. La búsqueda de sentido*. México. Paidós.

Malet, Ana María y Monetti, Elda. *Debates universitarios acerca de lo didáctico y la formación docente*. Nuevos Aires. México. Noveduc.

Millán Puelles, Antonio. (1962) *Fundamentos de Filosofía*. Madrid. Rialp.

Mounier, Emmanuel. (2002) *El personalismo. Antología esencial*. Salamanca. Sígueme.

Padilla R., Yolanda. *Resacralizar lo social. Cambio religioso y nuevas tendencias espirituales en el Aguascalientes contemporáneo*. México. UAA.

Patiño, María Eugenia y Padilla, María Rebeca. (2011) "La construcción del objeto de estudio en el análisis cultural. Un ejercicio reflexivo para visibilizar y discutir los elementos del proceso", *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*." vol. XVII, núm. 34, 2011, pp. 157-176 Universidad de Colima, Colima, México.

Reale G. y Antiseri D. (2002) *Historia del Pensamiento Filosófico y Científico. Tomo Tercero. Del Romanticismo hasta hoy*. España. Herder.

Reguillo, Rossana. "Subjetividad, crisis y vida cotidiana. Acción y poder en la cultura". En Grimson, Alejandro. *La cultura en las crisis latinoamericanas*. CLACSO, Consejo

Latinoamericano de Ciencias Sociales, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina. 2004.

Patton, M. Q. (2002) *Qualitative Evaluation and research methods*. 3° Ed. Londres. Sage.

Rocco, T. y Plakhotnik, M. (2009). Literature reviews, conceptual frameworks, and theoretical frameworks: terms, functions, and distinctions, *Human Resource Development Review*, Vol. 8, No. 1, March.

Sandberg, J. y Alvesson, M. (2010). “Ways of constructing research questions: ¿Gap spotting or problematization?” *Organization*, (18) 1. Recuperado de: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-69242019000100042&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-69242019000100042&script=sci_arttext), el 12 de marzo de 2021.

Sartre, Jean Paul. (2019). *La náusea*. México. Grupo editorial Tomo.

Smedema M. Yoel y Barahona E. Ma. Nieves. “Autoestima y sentido de la vida en jóvenes universitarios.” *CAURIENSIA*, Vol. XIII (2018) 39-55, ISSN: 1886-4945 DOI: <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.39>. Recuperado el 5 de abril de 2023.

Smedema M. Yoel y Franco M. Ma. Paz. “Resiliencia, ansiedad y sentido de la vida en estudiantes universitarios”. *CAURIENSIA*, Vol. XIII (2018) 87-106, ISSN: 1886-4945 DOI: <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.87>. Recuperado el 5 de abril de 2023.

Tolstoi, León. *La muerte de Iván Ilich*. México. Ed. BOEKMÉXICO. Primera edición.

Torraco, R. (2005). Writing integrative literature reviews: guidelines and examples, *Human Resource Development Review*, Vol. 4, No. 3, September.

Werner, T. y Rogers, K. (2013). “Scholar – Craftsmanship: question type, epistemology, culture of inquiry and personality type in dissertation research design”, *Adult learning*, Vol. 24 (4).