

## La significación de la personalidad y de la experiencia propia del psicoterapeuta para el curso de la terapia desde la perspectiva del análisis de la existencia. \*

(Sobre la base de un texto presentado en una mesa redonda del XIV Congreso Internacional de Psicoterapia Médica de Lausanne -Suiza- del 9 al 15 de octubre de 1988).

Cuando se plantea la cuestión acerca de cual es el papel de la personalidad del psicoterapeuta en el proceso terapéutico, debe tenerse en cuenta las variables con respecto a los pacientes y a los métodos que se emplean. Por esto el cuestionamiento fue precisado y delimitado por el presidente de la mesa redonda, Profesor G.Garronne, de Ginebra. Ahora bien, se trata de aclarar como la intervención psicoterapéutica puede ser optimizada por el training del terapeuta y cuales son los criterios para esto. Por este motivo yo quiero decir en primer lugar algo sobre el concepto de personalidad y seguidamente presentar los criterios de una formación en análisis de la existencia y logoterapia.

### 1) Persona-personalidad.

Puede ser significativo para el actual modo de pensar el que permanentemente se hable sobre "personalidad" sin que se intente decir que es personalidad, lo que ya se ha hecho notar críticamente. Ha sido notable observar que el concepto de personalidad se ha usado en diferentes sentidos.

En el análisis existencial de Viktor Frankl se encuentra la siguiente descripción de la personalidad que yo quiero ofrecer a Uds. porque sobre su base puede tomarse fácilmente cual es el valor que la personalidad del terapeuta asume en el análisis de la existencia y logoterapia. La por cierto muy breve descripción de la personalidad aludida se encuentra en el libro de V.Frankl "El homo patiens": "El hombre... 'es' una persona ....y 'deviene' una personalidad". En el análisis de la existencia por lo tanto no se entiende bajo personalidad ninguna propiedad innata. La personalidad es lo que la persona ha hecho de si misma, "lo que ha hecho" de si - es decir de sus capacidades, o sea lo que ha realizado en fidelidad a si mismo.

El recién nacido es en este sentido una "pequeña personita" como se acostumbra decir, pero no una personalidad. La personalidad es la actuación biográficamente sedimentada de la persona, y porque ella es la figura de la persona que ella misma se ha dado puede ella ser motivo para el respecto en el caso que esta se halla

\* Esta es la traducción de un artículo aparecido en el Bulletin der Gesellschaft für LOGOTHERAPIE und EXISTENZANALYSE. 3 Feb.1989, elaborado por el Dr. Alfried Längle -Presidente de la Sociedad en Austria - traducido por nuestro Asesor Científico Dr. Nolberto A. Espinosa.

concretado. Persona y personalidad (1) designan en este planteo cosas esencialmente diferentes. A esta diferencia se ha hecho referencia hoy repetidas veces cuando se ha hablado de "propiedades dinámicas de la personalidad" y "propiedades estáticas de la personalidad", siendo las primeras precisamente la persona y la segunda la personalidad en nuestro sentido.

Pero "¿qué es la persona?" Persona es eso en el hombre que puede ser siempre cada vez de modo distinto, lo que por tanto tiene la alternativa, es decir, la libertad, lo que por lo tanto no está determinado, sino que está destinado al ser abierto, a la apertura ininterrumpida y al entrar en relación permanentemente renovado. "Nosotros denominamos 'persona' desde el principio solamente lo que se comporta libremente - no importa con respecto a qué cosa" (V. Frank), 1984, página 143). La persona no está nunca limitada a ser así sino que fundamentalmente puede devenir siempre de otra manera, por el contrario la personalidad es lo que se ha hecho estático, biográficamente consolidado y con esto la personalidad es aquella *gestalt* que la persona se ha dado a sí misma sobre la base de sus capacidades y facultades:

- Por experiencias: que ella ha "hecho", y como las ha elaborado posteriormente.
- Sobre la base de sus relaciones con otros hombres, consigo mismo, con cosas.
- Por elecciones tomadas (decisiones) y las actitudes tomadas.
- Por el modo del responsabilizarse y de la instancia frente a la cual se sabe responsable.

La forma como se actúa en estos sectores decide sobre las propiedades de la personalidad del terapeuta, de las cuales depende, en último lugar, si él puede constituir relaciones con sus pacientes duraderas y plenas de confianza (por ejemplo competencia, estabilidad de las decisiones, autenticidad, experiencia con el padecer humano, etc.)

A menudo se entienden bajo el concepto personalidad, propiedades que en la comprensión del análisis de la existencia pertenecen a las capacidades cognitivas de la persona o a sus componentes psíquicos: inteligencia, tipo de inteligencia, capacidades mnémicas (su índice de olvido), capacidad de concentración (distracción), capacidad de *closures* son capacidades cognitivas puras; a los componentes psíquicos pertenecerían, según este modo de ver, las variables extraversión e introversión, neuroticismo (anancasmo, medrosidad, depresividad, esquizotimia), tipos de reacción: rigidez psíquica (por ejemplo viscosidad), tendencia a la proyección, etc.

(1) Allport dice que la personalidad agrega a persona el matiz modal, es decir el modo propio, personal. (N. del T.)

Mientras capacidades cognitivas especiales (por ejemplo capacidad de memoria) pueden impresionar a los semejantes en ciertas ocasiones, ellas pueden ser, tanto como los componentes psíquicos, escaso fundamento para el aprecio y la respetuosa consideración del semejante, tal como se les otorgó a personalidades del tipo de Albert Schweizers, Konrad Adenauers o Willi Brandts. La razón de esto reside en el hecho de que las variables cognitivas y psíquicas constituyen únicamente un material aun informe en las manos de la persona. En el transcurso de su vida la persona, y sobre la base de éste material y de las propiedades innatas, ha de darse aquella figura que mejor le cuadra a ella misma y que, por ello, ha de ser su personalidad mas adecuada.

## 2) La relativa significación de la personalidad para el acontecimiento psicoterapéutico.

Personalidad es lo que uno ha devenido. Ella es pasado condensado, que llega al presente. Ella emerge de la vida ya vivida y se teje nuevamente con la vida actual. Lo que ya ha pasado tiene ya su significación, sin que por esto deje de tener importancia para el presente, cuyo fundamento proporciona. De igual forma ha tenido la personalidad su significación cuando ella fue constituida proporcionando el punto de partida para una nueva gestalt.

Este rostro doble que presenta todo lo pasado y lo devenido, lo anoto Martin Heidegger, con motivo de una visita a Viktor Frankl, en el libro de visitas en una significativa brevedad: "lo pasado pasa, lo ya sido viene" (lo meramente "pasado" no deja rastro, pasó, en cambio lo "sido", ha sido y por lo tanto es, llega al presente; en el primer caso alude al verbo pasar, en el segundo, es el pasado de ser [sido]).

Solamente entra en la personalidad aquel presente en el cual la persona estuvo "presente" espiritualmente. Ese presente queda en la personalidad como algo ya sido viviente y que, por ello puede volver de nuevo a la vida. El terapeuta, del cual se trata en esta discusión, es un conocedor de aquellos sectores de la existencia que él mismo ha vivido intensamente. El puede rápidamente y de un modo preciso empatizar con el paciente y traer una mejor luz en la situación terapéutica. Por el contrario en los aspectos donde la persona ha vivido sin participar realmente, allí donde ella no ha estado presente, donde ella ha dejado pasar el presente, allí no ha quedado propiamente nada "sido", y los acontecimientos quedan en la oscuridad, sin dejar huella en la personalidad.

Esta personalidad en devenir histórico que se ha ido enriqueciendo a través de tomas de posición, actitudes y decisiones fundamentales determina la gestalt de su futuro devenir no de un modo forzoso. La personalidad puede asumir todavía otras formas en la medida en que siga viviendo. Así como la personalidad en el eje longitudinal de su evolución tiene siempre delante de si un espacio de juego abierto, del mismo modo ella no determina transversalmente el comportamiento futuro de la persona. De acuerdo a esto la persona está en un permanente trato con su propia

personalidad. Así la personalidad del terapeuta tiene para el trabajo terapéutico el especial valor que también asume el método psicoterapéutico. El terapeuta puede recurrir a él más o menos según la oportunidad. El método representa una ayuda para el diagnóstico, para la relación terapéutica y para el tratamiento. La eficiencia terapéutica como es sabido, solo en casos extraordinarios descansa exclusivamente sobre la metodología. Lo que hace viviente al "método personalidad" es la persona. Ella es el sustrato decisivo de la terapia, lo que crea el encuentro con el paciente y establece la relación con él. La personalidad expone en cierto modo el color y la figura bajo los cuales aparece la persona. Ese color ella lo recibe a través de lo que cada vez es un sentido para su vida (aquí se está pensando también en la "deformación profesional", más todavía, el modo como ha orientado su vida, por ejemplo: si alguien encontró el sentido de sus actividades solamente en tener el reconocimiento en los demás, o también el poder o el servir a un Dios, etc., o escapar al aburrimiento, a la angustia o el estar preocupado por hallar alegría en algo, etc.)

### 3). Cualidades de la personalidad del analítico de la existencia y logoterapeuta.

De acuerdo a lo dicho, no puede ya resultar extraño que diferentes tipos de personalidad y aun personalidades contrapuestas de psicoterapeutas alcancen comparativamente buenos resultados en la terapia. Pues en el acontecimiento psicoterapéutico tiene la personalidad el rango de un buen método psicoterapéutico, siendo desde hace mucho bien conocido que la eficiencia terapéutica de buenos métodos es igualmente grande.

En las conferencias y discusiones se nombró una serie de factores de personalidad favorables para la psicoterapia. Ellos tenían como fin el crear una relación plena de confianza y un buen clima terapéutico. El Profesor Khächele (Ulm) realizó investigaciones en las que se describen estas propiedades de la personalidad; son todas propiedades que caracterizan a un hombre bueno y noble y que podrían ser de importancia tanto para un comerciante como para un empleado de banco o una secretaria.

Desde el punto de vista del análisis existencial las características del terapeuta como persona son, por el contrario, mucho más significativas que estas cualidades investigadas, relativamente estáticas, y estas cualidades personales no pueden ser simplemente las "cualidades de un hombre bueno y noble", sino que ellas apuntan a una especificidad exigible para el proceso psicoterapéutico. Las capacidades personales del psicoterapeuta han de desarrollarse respectivamente en la actualidad del acontecimiento psicoterapéutico y de ninguna manera son algo programado con anterioridad. La personalidad tiene aquí la significación de que ella no debe constreñir las capacidades personales, sino por el contrario facilitarlas.

Aquí deben ponerse en relieve tres capacidades específicamente terapéuticas de la persona, las que también pueden servir de criterio para la formación en análisis de la existencia:

1º) La capacidad de poder detenerse en un tema (problema, posibilidad de sentido.)

2º) La capacidad de abrirse.

3º) La capacidad de activar la capacidad de relación del paciente.

Sobre estos tres puntos que anteceden podemos decir:

1) Para poder considerar un tema, un círculo de problemas o una vivencia importante en el paciente desde el fondo existencial se requiere del terapeuta mas que solo un análisis racional. Puesto que en el análisis de la existencia no se trata solo de un análisis de contenidos o de estructuras. Se trata mas bien de poder detenerse en lo que el paciente expresa, abrirse a esto atentamente, estar junto al paciente y reflexionar con él. Solo así puede experienciarse el peso existencial, sacar a luz lo esencial y despertar las posibilidades encerradas en tales o cuales contenidos. El permanecer juntos del paciente y del terapeuta permite que la emocionalidad mucho mas lenta del paciente pueda desplegarse a través de las ramificaciones de su complejo de vivencias.

2) Intimamente unido a este detenerse, pero dando un paso mas adelante, se da la capacidad del terapeuta de abrirse. Esta actitud fenomenológica fundamental del terapeuta aparta su mirada de la superficie y la orienta hacia los planos profundos del paciente, (2), hacia lo que él muestra de esencial: hacia los motivos de su obrar. No se trata ya de que el terapeuta se interese por lo que el paciente ha vivenciado, tampoco como el paciente lo ha vivenciado, sino porqué él lo ha vivenciado así y como él ha tomado posición con respecto a eso. El terapeuta se coloca así en el lugar de la persona del paciente. Con su actitud fenomenológica fundamental el analítico de la existencia ayuda a sacar al paciente de su propia incomprensión, a poner en movimiento su persona. El paciente por su parte puede abrirse mas, porque él se siente comprendido, quizás mejor comprendido de como el mismo se comprende. No existe una mejor base de confianza en la terapia.

3) La nueva apertura del paciente crea el supuesto de que éste puede asumir nuevas relaciones. No se está pensando ahora en la relación paciente-terapeuta sino mas bien en la relación que el paciente pueda tomar con respecto a otros hombres, con respecto a sí mismo, con respecto al pasado y a lo todavía posible, con respecto a cosas valiosas y portadoras de sentido, en fin que pueda acercarse a todo esto. Al entrar en tales relaciones el paciente se activa como persona total, porque la persona se levanta de su latencia cuando está junto a otro (cf. Frankl, 1984, página 91).

Para alcanzar esto ya no es suficiente solo la empatía. Aquí el analítico de la existencia debe ofrecer su voz para que puedan ser escuchadas las apelaciones de nuevas posibilidades vitales desde el fondo del mundo del paciente. Él debe conducir al paciente para que pueda afrontar estas posibilidades no vistas aún. Para el analítico de

tras terapias. Se trata para él, en último lugar, de la creación de una relación con el fundamento último de la vida, con el misterio del ser del hombre y de todo Dasein, al que hay que experimentar, como ayer lo dijo el Pro. Kimura (Kyoto).

Para poder hacer esto es ineludible un entrenamiento del terapeuta. El debe haber hecho ya esta experiencia: que más atrás de todas las palabras se abre un no saber (noético) en el cual él se puede abandonar. Para este fin, él mismo debe haberse confrontado consigo mismo. Sólo a los 30, 35 años se alcanza, por lo general, esta madurez personal.

Si todavía le es posible al terapeuta realizar este trabajo sin caer en un *distress* puede el considerarse que tiene toda las cualidades de un "auténtico catalizador"

**Dr. Alfred Längle.**

.....

**Actividades realizadas y no publicadas anteriormente:**

- Junio -2 y 3. Jornadas sobre "Psicodiagnóstico y logoterapia", para médicos y psicólogos, en la Universidad Nacional de Cuyo (Mendoza), a cargo de la Lic. Marta G. de Iglesia, auspiciado por la Asociación Mendocina de Logoterapia.
- 2 al 4 - Jornadas de Psicología organizadas por la Sociedad Argentina de Psicología, en la jornada sobre Distintos enfoques psicoterapéuticos, expuso el Dr. Oscar R. Oro sobre "La logoterapia: una terapia para el presente"
- 8 - "Jornada sobre Ciencias de la Educación y su aporte a la familia actual: propuesta de la logoterapia", realizada en la Universidad Católica Argentina, a cargo de la Lic. Marta G. de Iglesia.
- Julio 13 al 15. Quinta Etapa de formación en logoterapia, en San Pablo (Brasil), organizada por el Núcleo Regional de San Pablo para médicos y psicólogos, a cargo de la Lic. Marta G. de Iglesia. (cont. en página 23)