

VIKTOR E. FRANKL, *La psicoterapia en la práctica clínica. Una introducción casuística para médicos*, traducción de Roberto H. Bernet, Herder, Madrid, 2014, 368 pp. ISBN: 978-84-25430572.

Viktor Frankl se forma como médico psicoanalista en la Viena de principios de siglo. Debido a su origen judío es deportado en otoño de 1942 a un campo de concentración junto a su mujer, con quien había contraído matrimonio el año anterior, y sus padres. Pasó por varios campos de concentración, entre ellos Auschwitz. El 27 de abril de 1945 fue liberado por el ejército norteamericano. La experiencia vivida en el campo de concentración la relató en uno de sus libros más significativos *El hombre en busca de sentido*, que salió a la luz el mismo año de su liberación. Ésta experiencia vital también supuso para el autor una transformación teórica que se concretó en una nueva modalidad de psicoterapia que él denominó "logoterapia", es decir, una psicoterapia que orienta al paciente a buscar el sentido de su existencia.

Se suele decir que la logoterapia es la tercera escuela vienesa de psicología, después del psicoanálisis de Sigmund Freud y del análisis individual de Alfred Adler —modalidad analítica que practicó nuestro autor antes de su experiencia en el campo de concentración—. Lo propio de la logoterapia es la incorporación de las reflexiones existenciales/existencialistas en su corpus teórico. De ahí que el mismo autor denomine a la logoterapia como "análisis existencial" e incorpore en sus escritos reflexiones y aportaciones de Heidegger, Jaspers o Kierkegaard.

El libro que reseñamos lo publica Viktor Frankl pocos años después de su liberación del campo de concentración. Se trata de la época más fructífera de su carrera literaria. Poco antes habían salido a la luz algunos de sus títulos más significativos como *El hombre en busca de sentido* y *Psicoanálisis y existencialismo*. En esta época dirigía el Hospital Policlínico de Viena y dictó un curso para los médicos del hospital. Del material recopilado para ese curso surge el libro. Por tanto se trata de un libro elaborado para médicos que utiliza el lenguaje técnico de la época. Tiene una estructura de manual de psicopatología y está repleto de casos clínicos para ilustrar las distintas entidades psicopatológicas que describe. Se trata de una obra de madurez que recoge con casos prácticos los fundamentos teóricos de la logoterapia y el análisis existencial. Aparecen con especial deleite los mecanismos de la intención paradójica y la derreflexión como técnicas psicoterapéuticas para abordar las diferentes patologías. El libro acaba con un anexo: "Psicoterapia, arte y religión", un artículo exquisito para entender el pensamiento de Viktor Frankl.

Resulta muy significativa la perspectiva existencial de la logoterapia que es quizá uno de los aspectos más singulares de la teoría de Viktor

Frankl ya que supone reconocer la importancia de la espiritualidad para el ser humano en el ámbito de la medicina, tradicionalmente una disciplina de fuerte calado empírico. Él mismo apela a determinados conceptos existenciales, como la cura médica de almas, que permiten al paciente avanzar en su recuperación cuando ya no resulta posible desde la psicoterapia. Para Viktor Frankl lo característico de la existencia humana es su trascendencia, es decir, la capacidad del ser humano de elevarse por encima de su realidad psicofísica hacia una dimensión noética y espiritual. La autorrealización no es el fin último del hombre pues cuanto más va el ser humano en busca de ella, del placer o de la felicidad, más se le escapa. Lo realmente importante para el ser humano es la realización del sentido de su existencia y los valores (instinto moral). Esto último es precisamente lo que diferencia su pensamiento de la psicología humanista, que considera la autorrealización como el fin último del ser humano. El autor reconoce que el médico, en el proceso de la psicoterapia, no tiene el derecho a inmiscuirse en las ideas trascendentes del enfermo, sin embargo señala que una psicoterapia bien aplicada ha de liberar la religiosidad del paciente. El ejemplo más claro lo expone en el anexo de "Psicoterapia, arte y religión". Aquí un paciente con una disposición al arte importante, a partir de la psicoterapia va desbloqueando su creatividad y al final también su espiritualidad.

250

La voluntad de sentido es un recurso psicoterapéutico fundamental y esa evidencia la experimentó el propio autor en el campo de concentración. Allí los sujetos vivían una situación límite y aquellos que perdía el sentido de su existencia -frustración existencial- entraban en un proceso característico y a las pocas semanas morían. F. Nietzsche lo expresa con las siguientes palabras: "Quien tiene un porqué para vivir, puede soportar casi cualquier cómo". Ahora bien, el sentido no puede darse -no lo puede dar el terapeuta al paciente- el sentido debe encontrarse y únicamente puede encontrarlo cada uno por sí mismo. Esta idea elaborada por Viktor Frankl resulta en la actualidad muy significativa pues la frustración existencial, la pérdida del sentido de la existencia en el ser humano, se ha hecho más patente si cabe. Se ha producido una pérdida progresiva del instinto y una destrucción sistemática de las tradiciones que permitían al sujeto saber lo que tiene que hacer o lo que debe hacer. Este hecho nos ha arrojado a un vacío existencial, o sea, nos ha llevado al sentimiento de haber perdido el sentido de nuestra existencia y el contenido de la vida. La consecuencia es la caída del sujeto en la "neurosis noógena" que se diferencia de la neurosis psicógena en que la primera es debida a esta crisis existencial mientras que la segunda se fundamenta en los conflictos psíquicos del sujeto. La solución para las neurosis noógenas es que la psicoterapia conduzca al sujeto a descubrir su dimensión noética. Sin embargo Viktor Frankl va más allá y considera que en el proceso psicoterapéutico de las neurosis psicógenas nos encontramos necesariamente también con el vacío existencial del sujeto.

La logoterapia asciende a la dimensión más específicamente humana mediante dos características antropológicas fundamentales del

ser humano. La primera es la autotrascendencia, el hecho antropológico que hace que el ser humano sea plenamente él mismo cuando sale de sí y se entrega a una tarea, cuando se olvida de sí mismo en el servicio de una causa o en el amor a otra persona. La segunda es el autodistanciamiento que es la capacidad específicamente humana de distanciarse de los hechos. Una forma de autodistanciamiento es el humor. Las dos técnicas más características de la logoterapia, la intención paradójica y la derreflexión, son la utilización del autodistanciamiento en el tratamiento de las neurosis psicógenas.

En el libro que estamos reseñando Viktor Frankl nos habla de los precedentes del concepto de intención paradójica. Nos habla de Rudolf Dreikurs quien hace referencia a un "truco" análogo ya en 1932, o alguien previo como Erwin Wexberg. También menciona la semejanza de esta técnica con otras utilizadas por el conductismo para tratar determinados trastornos de ansiedad –exposición, inundación, modelado, etc.-. Tanto la intención paradójica como la derreflexión son dos técnicas psicoterapéuticas muy relevantes en psicoterapia. Su aplicación sigue siendo recomendable en ciertas patologías como trastornos sexuales, fobias, trastornos de ansiedad o incluso trastornos del sueño. Sin embargo el resto del trabajo psicoterapéutico desarrollado por Viktor Frankl resulta menos original. Es partidario del apoyo farmacológico, de la utilización del entrenamiento autógeno de Schultz, de la sugestión, de la hipnosis e incluso de los electroshocks en el tratamiento de algunas patologías.

251

Me resulta muy sugerente respecto a la relación terapéutica la idea de considerar, más allá del método utilizado, la entrega humana del psicoterapeuta como principal herramienta para la transformación de la personalidad del paciente. La esencia de la cura la sitúa en la conexión del psicoterapeuta como ser humano con el paciente como ser humano que sufre. Es decir, en el encuentro del psicoterapeuta con su capacidad de ser persona. En cuanto a los sueños, dejando de lado el enfoque freudiano, los considera "como un test para medir de vez en cuando los progresos de una terapia psicológica profunda o como síntesis de los restos de neurosis que quedan todavía por superar" (p. 256).

Por último, en la dialéctica entre el destino y la libertad, Viktor Frankl considera que la psicoterapia debe restablecer la responsabilidad del enfermo, apostando por la libertad humana frente al destino ineludible. Ahora bien, libertad y responsabilidad precisan que se reconozca la autonomía del sujeto enfermo, incluso su autonomía frente al médico. La derogación de este derecho del paciente supone la dependencia de éste frente al médico, uno de los efectos iatrogénicos más perversos que se pueden dar en la relación terapéutica.

Xavier Torró Biosca