

Fundamentos en Humanidades

Universidad Nacional de San Luis

Año VII – Número I – II (13-14/2006) 183/192 pp.

Existencialismo y humanismo ante la crisis de la psicoterapia. Una revisión

Eliana N. González

Universidad Nacional de San Luis

e - mail: gonzal@unsl.edu.ar

Resumen

A la largo de la historia en el campo de la psicología y de la psicoterapia se han percibido diferentes crisis, dadas por motivos muy diversos.

En este artículo se analiza la crisis de la psicoterapia entendida como una crisis enraizada en su objeto de estudio, es decir en el hombre mismo, como sujeto de continuos cambios y devenires. Asimismo esta crisis del hombre reclama una psicoterapia capaz de dar respuesta a los planteos existenciales, esenciales de todo hombre.

En tal sentido, se analiza la filosofía existencial y humanista y los posteriores planteos existenciales y humanistas dentro de la psicoterapia como una respuesta a este hombre en crisis.

Abstract

Historically, psychology and psychotherapy fields have gone through several crises due to different reasons.

The present paper analyzes the crisis of psychotherapy in relation to its object of study, i.e. man as a subject who undergoes continuous changes and experiences. This crisis of man claims for a psychotherapy able to answer existential questions which are essential to his nature.

Hence, existential and humanist philosophy, and the subsequent psychotherapy approaches are analyzed as an answer to this man in crisis.

Palabras claves

historia - psicología - psicoterapia - existencialismo - humanismo

Key words

history - psychology - psychotherapy - existentialism - humanism

La psicoterapia se ha constituido en una de las prácticas profesionales más difundidas en la comunidad de la psicología argentina. En general, ha existido una larga tradición de distintos abordajes psicoterapéuticos de orientación psicoanalítica, aun cuando en las últimas décadas han cobrado fuerza psicoterapias cognitivas - integrativas o sistémicas (Barrera, I., Rocca, R., Giraldo Font, F., Des Champs, C., Mujica, E., Millán, C., Niceboim, E., Galera, N., Ríos, C. & Tebaldi, M. E., 2002). En cambio son menos conocidos los abordajes psicoterapéuticos basados en el movimiento humanista y existencialista, o en lo que se suele llamar la «tercera fuerza de la psicología» aun cuando tampoco han faltado algunos antecedentes en el país (Lerner, 1974; Artilles, 1975; Vilanova, 1993, 2003). El presente trabajo presenta una revisión sintética de los principales antecedentes históricos de la psicoterapia humanista y existencial en el marco de la denominada «crisis de la psicoterapia».

Desde sus mismos orígenes la psicología ha presentado continuas crisis, sean por falta de definición en el marco general de las ciencias, por falta de definición de su objeto de estudio o por discrepancias metodológicas.

Un problema análogo parece existir en el campo de la psicoterapia, respecto a la cual pareciera no haber unanimidad de criterios en torno a los alcances de ese concepto.

Hay quienes sostienen que, desde su origen, la psicoterapia ha transitado por continuas crisis, dadas por la multiplicidad de movimientos y corrientes filosóficas que la constituyen (Caponnetto, 2003).

No obstante, es al remitirnos al objeto de estudio de la psicoterapia, el hombre mismo, donde podemos encontrar el origen de la crisis, entendida más bien como crisis de su objeto y de sus psicoterapeutas, en tanto hombres, en la medida, que consideramos al ser humano en un continuo camino de realización (Gebattel, 1966).

Dentro del campo de las psicoterapias innumerables son sus manifestaciones, desde corrientes tradicionales, como psicoanalíticas, pasando por corrientes cognitivas - conductuales hasta corrientes de corte humanístico y planteos emparentados con filosofías orientales y trascendentales.

Paulatinamente esta inquietud por el hombre, como objeto de estudio e investigación, se iría trasuntando en las diferentes corrientes dentro de la psicoterapia. Así es como, por ejemplo, dentro de las psicoterapias existenciales - humanistas este interés por la existencia humana y la responsabilidad ante la misma se convierte en el tema central.

Todas las psicoterapias abordan el problema del hombre como punto de análisis, en la consideración del sujeto enfermo, no obstante, muchos son los abordajes. Desde las psicoterapias de corte existencial y huma-

nista el planteo del hombre entendido como sujeto responsable e integrado, parece evidenciarse de un modo más medular, guiando el rumbo de su accionar.

Los planteos filosóficos del existencialismo abordan, desde diferentes ámbitos y con algunas disidencias, al hombre concreto, a esta existencia arrojada al mundo, que se autodefine en la libertad de su accionar. Todo ello, no obstante, implica un debate existencial constante, una angustia, un enfrentarse ante continuas decisiones, que lo comprometen y responsabilizan.

Sin entrar en el análisis de este movimiento y de sus diferencias y similitudes (González, 2002) es importante recordar los postulados centrales del existencialismo, los que van a impregnar toda práctica y acción terapéutica.

Para el existencialismo se trata ante todo de la “existencia de la persona humana, captada por el hombre, en tal sentido ...”(…) “lo que crea nuestra personalidad es la elección libre de un destino”. Es en el encuentro con ese ser concreto, “encarnado”, “un ser real, viviente” donde se determina nuestro arrojo (Thonnard, 1947: 240). Todo esto sin entrar en posturas extremas de aquellos que consideran al hombre como creador de su propia esencia.

El existencialismo, en su conjunto, surgió como un movimiento carente de un centro único, cuyos representantes comparten la preocupación por una interpretación de la existencia humana en el mundo que enfatizaba su específico y problemático carácter. Como movimiento consciente de sí mismo, fue un fenómeno del siglo XX, abarcando a Martin Heidegger, Karl Jaspers, Jean-Paul Sartre, Gabriel Marcel y algunos hasta incluirían a Merleau Ponty. Con todo, sus rasgos distintivos podrían rastrearse antes, especialmente en el siglo XIX con autores como Nietzsche y Kierkegaard.

La filosofía existencial negará la reducción del ser humano, de su personalidad, a una entidad cualquiera. El hombre no puede reducirse a ser un animal racional, pero tampoco a un ser sociable, o un ente psíquico o biológico. Por lo que para el pensar existencial, el hombre no era conciencia, ni tampoco conciencia de la realidad, sino que era la realidad misma. Este movimiento ha presentado y presenta una diversidad muy amplia, dentro de un existencialismo compatible con el ateísmo (Heidegger y Sartre), hasta otro próximo al cristianismo (Kierkegaard, Marcel) y con la teología (Paul Tillich, Rudolf Bultmann).

Es de destacar que, surgido originariamente en Europa y con una fuerte impronta filosófica, va tener un gran impacto en otras partes del mundo, y en otras disciplinas. Por eso, todavía en Europa, el movimiento impactó decididamente el campo de la psicología, en autores como Binswanger.

Asimismo recordaremos, que también dentro de la filosofía humanista, existen diferencias marcadas. Algunos autores, como Caturelli, sostienen que sólo merece ser llamado humanismo, a las filosofías que no desconocen al hombre como una realidad ontológica y metafísica, llamado a la trascendencia de sí mismo, en la posesión de un bien, un Bien Absoluto y Sobrenatural. No obstante por fuera de este “verdadero humanismo” existen otros “humanismos” cuya “contaminación” proviene de haber aceptado que el hombre es la medida de lo real y, consecuentemente, que lo realmente finito es inmanente a sí mismo (Caturelli, 1980). Es decir, un hombre reducido a ser la medida de todas las cosas, ser su propia medida y la del mundo circundante, un hombre encerrado en sí mismo.

Si bien dentro de la psicología humanista, tal vez por su origen, no es posible evidenciar de modo claro sus antecedentes filosóficos, no podemos dejar de reconocer sus influencias. Dentro de las influencias se encuentra la filosofía existencial, con sus múltiples vertientes, y una visión positiva del hombre, como ser capaz de autorrealizarse y trascenderse a sí mismo, pero no con relación a un bien Absoluto y Sobrenatural, sino albergándose en un plano humano e inmanente (Burston, 2003).

Con todo, la psicología humanista, entendida como aquella corriente que toma influencias de la filosofía existencial, también comparte este interés por el hombre particular, considerado como artífice y gestor de su propio destino. Aun cuando tanto existencialistas como humanistas albergan diferencias en torno a la concepción del hombre (González, 2004).

En Estados Unidos, Rollo May, había hecho notar, en el marco de la comunidad científica norteamericana de los años 1950- 1960, el notable paralelismo entre las posturas de William James y el pensamiento existencialista. Hay autores que atribuyen a Rollo May junto con Ernst Ange y Ludwig Binswanger la introducción en América de la psiquiatría existencial (Burston, 2003).

Para May,

“Cuando William James regresó de Europa, en la segunda mitad del siglo XIX, se hallaba comprometido - como Kierkegaard, que escribió treinta años antes- en un ataque contra el vigente panracionalismo de Hegel, que identificaba la verdad con los conceptos abstractos. Tanto James como Kierkegaard, aunque en diferentes contextos y época, trataron de redescubrir al hombre como un ser vital, capaz de decidir y experimentar” (May, Allport, Feifel, Maslow & Rogers, 1963: 10).

Así Paul Tillich, consideraba al respecto:

“Lo mismo que los filósofos norteamericanos William James y John Dewey, los filósofos de la existencia rechazan la conclusión del pensamiento “racionalista”, que identifica la Realidad con el objeto pensado, con las relaciones o “esencias” y aceptan la Realidad tal como los hombres la vivencian inmediatamente en su vida. Por consiguiente están entre los que consideraron la experiencia inmediata del hombre como una revelación más íntegra de la naturaleza y característica de la Realidad, que la dada por la experiencia cognitiva” (Tillich, 1944: 10-11).

Según May, la analogía entre ambos pensamientos explicaría el interés de los psicólogos orientados hacia la psicoterapia, por una visión existencial, a diferencia de aquellos dedicados a la investigación de laboratorio o a la elaboración de teorías, ya que, necesariamente, “tenemos que enfrentarnos con seres humanos presentes que sufren, actúan y experimentan conflictos numerosos y diversos” (May, Allport, Feifel, Maslow & Rogers, 1963: 11).

“El enfoque existencial no significa un retroceso al sillón de la especulación, sino un intento de comprender la conducta y experiencias humanas en términos de los presupuestos subyacentes en las mismas, subyacentes en nuestra ciencia e imagen del hombre. Es el esfuerzo por comprender la naturaleza de ese hombre que experimenta y a quien le suceden las experiencias” (May, Allport, Feifel, Maslow & Rogers, 1963: 12).

El autor comprendía la inserción de este movimiento a la luz de la realidad norteamericana que se vivía por esa época, relacionada con “la convicción americana de que todos pueden cambiar su vida, llamado algunas veces nuestro ‘existencialismo optimista’. De ahí el gran interés en América por ayudar a la gente en sus problemas. Es así como “la vasta difusión de las agencias matrimoniales, de centros de adaptación, y la difundida popularidad de la psicoterapia se conectan en parte con esta convicción de que todos están capacitados para transformarse en algo nuevo” (May, 1978: 178).

En este sentido, May, encontraba tres aspectos de importancia del existencialismo, dentro de la psiquiatría y psicología. Primero, “lo apasionado de tratar al hombre, aún en las ciencias, como algo más que homo naturans y la insistencia en la condición distintiva de la calidad humana del hombre”. “Segundo, el abrirse paso a través de la ‘soledad epistemo-

lógica' de nuestra situación actual". "Tercero, la insistencia en que toda psicoterapia se basa en supuestos filosóficos, y que de la falta de esclarecimiento de estos supuestos sólo puede surgir perjuicios y confusión" (May, 1978: 182).

En ese contexto, afirmaba, al enfoque existencial, como un movimiento que puede tener y efectivamente tendrá profundos efectos en la práctica terapéutica con los pacientes.

Un movimiento que vendría a dar respuestas en el ámbito de la clínica, ante la insuficiencia de modelos existentes y ante una sociedad americana deseosa de encontrar respuestas de orden humano y no satisfecha con respuestas de orden técnico, que nada parecían haber aportado para la solución de los problemas del hombre concreto

El existencialismo significaba considerar a la persona existente como centro, poniendo el énfasis en el ser humano tal como surge y deviene.

En este sentido se ha afirmado que todo terapeuta es existencialista en la medida que puede aprehender al paciente en su realidad y es capaz de brindarle comprensión. Entendiendo, al existencialismo, como filosofía de base que sustenta y fortalece al accionar terapéutico, y le brinda un basamento epistemológico. Siguiendo a Paul Tillich, compartimos la idea de que "el existencialismo ha descubierto muchas características de la situación humana que pueden proporcionar una matriz filosófica a la psicoterapia" (Tillich, 1965: 35).

Al respecto, una de las características del pensamiento norteamericano de la década de 1950 y de 1960, fue el creciente interés por una psicología y una psicoterapia más humana, como base propicia para el estudio del hombre desde un aspecto más amplio, ya que en aquellos años surgió la necesidad de encontrar respuestas, hasta ese entonces no satisfechas, y que tenían que ver con la consideración del hombre como persona, como ser humano, procurando darle a la psicología una orientación muy ligada a los planteos de la filosofía y la psiquiatría existencial. De este modo el existencialismo, se presentaba como el movimiento capaz de atender los requerimientos de los psicólogos norteamericanos, a nivel de psicoterapia, campo que se consideraba incompleto sin una visión del hombre, como la que propone este movimiento.

Otros psicólogos, también comenzaron a ver al existencialismo como una alternativa posible, tal es el caso de Abraham Maslow, Paul Tillich, Hendrik M. Ruitenbeek.

"Al reconocer la realidad desnuda de la situación humana, la filosofía constituye a un tiempo el resultado y la expresión de un mundo

en el que el peligro es la norma de la vida del hombre. También la psicoterapia se ocupa del problema humano de la existencia...”, “De ahí el encuentro entre la filosofía existencial y el psicoanálisis” (Ruitenbeek, Tillich, Binswanger, Dusen, Laing, Hora, Boss, Van Der Berg, Buytenndijk, May & Kahn, 1965: 15)¹.

Desde estos autores, luego surgiría lo que se dio por llamar, en Estados Unidos, psicología humanista, cuyos iniciadores fueron Maslow, Rogers, Allport y May, entre otros.

Por su parte, Maslow consideraba al existencialismo desde una óptica personal, particular, entendiendo por tal “un acento radical sobre el concepto de identidad y la experiencia de ésta” (May, Allport, Feifel, Maslow & Rogers, 1963: 60). Concebido al existencialismo desde este punto de vista, se interrogaría acerca de lo que diferencia al movimiento existencial de los planteos elaborados por autores norteamericanos.

Sostenía que tal concepción del hombre, ya estaba siendo trabajada por autores de su país, en la convicción de que, los norteamericanos estuvieron “hablando en prosa sin saberlo”, como afirmaba parafraseando a Molière. Ante lo cual parecería diluirse la influencia previa de autores europeos.

A pesar del esfuerzo norteamericano, que pretende encontrar antecedentes aún en autores como James, esta postura, podría ser discutida, ya que la tradición filosófica existencial surgió, claramente, en Europa y en un período previo a los planteos de corte humanista, en Estados Unidos. Sin embargo, Maslow reconocía que los autores europeos tenían mayor insistencia sobre la “antropología filosófica”, es decir el intento de definir al hombre y las diferencias entre éste y cualquier otra especie, mientras, que en general, la psicología norteamericana abandonó tal empresa. No obstante, reconocía en cierta medida, la influencia de los planteos fenomenológicos y existencialistas.

“Los psicólogos norteamericanos oyeron el requerimiento de Allport a favor de una psicología ideográfica, pero no se ocuparon mucho de él, ni siquiera los psicólogos clínicos. Recibimos ahora un impulso adicional en esa dirección por parte de los fenomenológicos y existencialistas -impulso muy difícil de resistir y que, según creo, será teóricamente imposible de resistir” (May, Allport, Feifel, Maslow & Rogers, 1963: 64).

¹ Nosotros preferimos hablar en vez del encuentro entre filosofía existencial y psicoanálisis, del encuentro de esta filosofía con la psicoterapia, ya que si bien lo mayoría de los autores poseían formación del psicoanálisis, los planteos de la psicoterapia existencial distan en gran medida de los supuestos del psicoanálisis.

En cualquier caso, Maslow, procura, con insistencia marcada, dejar en claro que "...todo esfuerzo europeo tiene su equivalente norteamericano", siendo, quizás, esta dificultad de reconocimiento de influencias europeas y extranjeras, una característica común a la psicología norteamericana. (Burston, 2003)

Hendrik Ruitenbeek, otro de los autores norteamericanos interesados por el existencialismo, quien se ocupó de analizar el contacto entre el existencialismo como filosofía y como psicoterapia. En su opinión, se interesaban "...uno, de la crisis como característica de la condición humana, la otra, del individuo-en-crisis. Al igual que la filosofía existencial, el análisis existencial se ocupa de aquellos seres humanos que, en una forma u otra, se han desviado de la conducta llamada normal" (Ruitenbeek Tillich, Binswanger, Dusen, Laing, Hora, Boss, Van Der Berg, Buytenndijk, May & Kahn, 1965: 19).

Así Ruitenbeek hallaba en la filosofía existencial una serie de principios que posibilitaban una interpretación amplia del material clínico de ese hombre en crisis, objeto de la psicoterapia. Sostenía, que el análisis existencial parecería estar en mejores condiciones de satisfacer las necesidades de la persona confusa y perturbada de nuestra sociedad, que las otras escuelas posfreudianas de psicoterapia. Manifestaba que "...el existencialismo ha permitido al hombre interpretar su ansiedad, soledad y desesperación, en una época en que tal comprensión resultaba esencial" (Ruitenbeek Tillich, Binswanger, Dusen, Laing, Hora, Boss, Van Der Berg, Buytenndijk, May & Kahn, 1965: 24).

Por su parte, Von Gebattel, sostenía que la crisis de la psicoterapia ha nacido de su contacto con los estados neuróticos de necesidad, la cual remite a la crisis originaria del hombre y

"...consiste en la indistinción de sus relaciones existenciales de ser que es para no ser y que sin embargo, es. Está contradicción penetra en el desgarramiento de su fundamental querer, se continúa en lo paralizante de una situación que vacía y desrealiza la relación del yo con lo trascendente, con los otros hombres, con el mundo y consigo mismo" (Gebattel, 1966: 444).

Contemporáneamente se ha afirmado, que tal crisis, sumada al papel cada vez mayor asignado a los neurotransmisores y al tratamiento de los disturbios psicoafectivos hacen más necesaria la revisión de los fundamentos antropológicos de la psicoterapia, lo cual implica una revisión a

fondo de los presupuestos antropológicos de la escuela fenomenológica-existencial (Caponetto, 2003: 44).

Con todo, el entender a la psicoterapia como una continua crisis parece clarificarse a la luz de estos planteos. Es el hombre quien se encuentra en continua crisis, una crisis existencial, en donde a cada momento se encuentra en juego su propia existencia y la manera de vivir esa existencia.

De allí, que las psicoterapias de corte existencial - humanista, parecen entender de manera cabal a este hombre actual sumido en "crisis" y encuentran desde ese lugar la manera de brindar sus postulados teóricos a la sociedad, mediante la psicoterapia. Lo cual parece explicar su auge en el ámbito clínico, personal y privado. Entendiendo aquí, que "...el conocerse a sí mismo existencialmente significa percibir una crisis" (Dusen, 1965: 45).

Si sostenemos que "...tales crisis son innegables, pero tienen su salida en una antropología de la unidad del hombre, una unidad fundada en la roca firme del ser" (Caponetto, 2003: 50), las psicoterapias existenciales y humanistas mucho tienen para aportar a esta psicoterapia en crisis, a este hombre actual en crisis ♦

Referencias bibliográficas

Artiles, M. (1975). *La actitud psicoterapéutica*. Buenos Aires: Bonum.

Barreira, I., Rocca, R., Giraldo Font, F., Des Champs, C., Mujica, E., Millán, C., Niceboim, E., Galera, N., Ríos, C. & Tebaldi, M. E. (2002). Argentina. En Pritz, A. (Ed.) *Globalized Psychotherapy* (pp. 371-400). Viena: Facultas Universitätsverlag.

Burston, D. (2003). Existentialism, Humanism and Psychotherapy. *Existential Analysis*, 14 2, 310-319.

Caponetto, M. (2003) ¿Qué es la psicoterapia?. En H. Mesones Arroyo (Ed.). *La Psicoterapia y las psicoterapias* (pp. 37-54). Buenos Aires: Ananké.

Caturelli, A. (1980). Los "Humanismos" y el Humanismo Cristiano. *Sapientia*, 137-138, 189-216.

Dusen, W. V. (1965). La Teoría y Práctica del Análisis Existencial (pp. 41-55). En H. M. Ruitenbeek, P. Tillich, L. Binswanger, W. V. Dusen, J. H. Van Den Berg, F.J.J. Buytendijk, R. May, & E. Kahn (1965). *Psicoanálisis Y Filosofía Existencial*. Buenos Aires: Paidós.

González, E. (2002). El Impacto de la "Tercera Fuerza" de Psicología en Argentina. 1950-1975. Universidad Nacional de San Luis. Tesis de Licenciatura. Mimeo.

González, E. (2004). La Psicología Clínica de la "Tercera Fuerza", en el contexto internacional: Estados Unidos y Alemania". Mimeo

Lerner, M. (1974). *Introducción a la psicoterapia de Rogers*. Buenos Aires: Nueva Visión.

May, R. y Kahn E. (1965). *Psicoanálisis Y Filosofía Existencial*. Buenos Aires: Paidós.

May, R. (1978). *El Dilema Existencial del Hombre Moderno*. Buenos Aires: Paidós.

May, R.; Allport, G. W.; Feifel, H.; Maslow, A. y Rogers, C. (1963). *Psicología Existencial*. Buenos Aires: Paidós.

Ruitenbeek, H. M.; Tillich, P.; Binswanger, L.; Dusen, W. V.; Van Den Berg, J. H.; Buytendijk, F. J. J.; May, R. y Kahn, E. (1965). *Psicoanálisis Y Filosofía Existencial*. Buenos Aires: Paidós.

Thonnard, A. (1947). El Existencialismo Francés Contemporáneo. *Sapientia* 5, 239-249

Tillich, P. (1965). Existencialismo y Psicoterapia (pp. 25-36). En Ruitenbeek, H. M.; Tillich, P.; Binswanger, L.; Dusen, W. V.; Van Den Berg, J. H.; Buytendijk, F.J.J.; Vilanova, R. (1993). *Contribuciones a la Psicología Clínica. Algunos aportes teóricos de psicólogos notables*. Buenos Aires: Adip.

Vilanova, A. (2003). *Discusión por la Psicología*. Mar del Plata: Universidad Nacional de Mar del Plata.

Von Gebattel, V. E. (1966). *Crisis de la psicoterapia. Antropología Médica*. (pp. 432-447). Madrid: Rialp.