

## La logoterapia en la educación y la formación de la personalidad

Cristina Visiers Würth, Boglarka Hadinger, Wolfram Kurz

### Resumen

En este artículo se traducen y se comentan brevemente dos extractos de textos que hablan sobre la aplicación de la logoterapia al ámbito de la pedagogía, y que se trabajaron en el marco del V módulo de formación avanzada en junio de 2003 en Barcelona, organizado por la Associació Catalana de Logoteràpia i Anàlisi Existencial. En el primero, la Dra. Hadinger hace referencia al refuerzo de la autoestima y la personalidad en niños y jóvenes desde una perspectiva logoterapéutica, es decir, estimulando la responsabilidad de los niños y animándoles a desarrollar valores de creación, vivenciales y actitudinales. En el segundo, el Pr. Kurz recupera un concepto de Ortega y Gasset, el de proyecto vital, y lo propone como una posible respuesta a la búsqueda de una vida auténtica o, en términos franklianos, libre y responsable.

### Abstract

In this article, two texts concerning the application of logotherapy in education are translated and commented. These texts were referred to in the fifth seminar organised by the *Associació Catalana de Logoteràpia y Anàlisi Existencial (ACLAE)* in June 2003 in Barcelona. Firstly, Dr. Hadinger writes about how to increase self-esteem and strengthen personality of youth and children from a logotherapeutic point of view -stimulating their responsibility and encouraging them to develop values of creation, experience and attitude. Pr. Kurz on his side uses a concept originally found by Ortega y Gasset, the life project, and shows its validity as a possible answer in the search of a genuine –or, using Frankl’s words, free and responsible life.

Palabras clave: Logoterapia, Pedagogía, Autoestima, Personalidad, Proyecto.

Key words: Logotherapy, Pedagogy, Self-esteem, Personality, Project.

### Introducción

La Asociación Catalana de Logoterapia y Análisis Existencial (ACLAE) nació en el año 2000 con los objetivos de profundizar en la teoría de Viktor Frankl, difundir sus enseñanzas y responder a las demandas e inquietudes de personas interesadas en la logoterapia. Desde entonces hemos ofrecido formación básica y avanzada, seminarios de reflexión, y hemos atendido las demandas específicas de tratamiento logoterapéutico. En esta tarea de

investigación y difusión, ACLAE cuenta desde sus orígenes con el apoyo inestimable de los directores del Institut für Logotherapie und Existenzanalyse de Tübingen y Viena, la doctora Boglarka Hadinger y el catedrático Wolfram Kurz, a los que este año se une la doctora Renate Mrusek. También debemos agradecer el apoyo del Instituto Argentino Viktor Frankl, los doctores Oscar Oro y Gerónimo Acevedo, y la experiencia de la Asociación Española de Logoterapia, con quienes compartimos ilusiones, objetivos y actividades.

El quinto módulo de la formación avanzada realizada en Barcelona con la Dra. Hadinger y el Pr. Kurz se enmarcó en la aplicación de la logoterapia en el ámbito de la pedagogía. En este artículo se recogen textos de ambos formadores que se refieren a los contenidos de dicho seminario. El primero, correspondiente a la Dra. Hadinger, forma parte de un libro (Hadinger, 2003) recientemente publicado por el Institut für Logotherapie und Existenzanalyse en la editorial Lebenskunst: Mut zum leben machen. Selbstwertgefühl und Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen stärken (Dar coraje para la vida. Reforzar la autoestima y la personalidad de niños y adolescentes). El segundo es un fragmento de una conferencia que el Pr. Kurz hizo en el marco de la jornada Mut in Zeiten der Resignation (Coraje en tiempos de resignación), organizada en junio de 2003 en Giessen con motivo de su 60 aniversario (Kurz, 2003). Agradecemos a ambos su colaboración entusiasta en nuestro modesto aunque cada vez más firme proyecto para que la logoterapia se extienda en Catalunya.

## **Reforzar la autoestima y la personalidad de niños y adolescentes**

**Boglarka Hadinger**

*Cuando hace aproximadamente un año me pidieron que hiciera una conferencia titulada: “potenciar la autoestima de los niños”, me basé en mi experiencia de veinte años como psicoterapeuta, mi propia experiencia como madre de dos hijos y los resultados de múltiples estudios. También me sirvieron las ideas de muchos colegas especializados en el tema, amigos y profesores. Constaté para mi sorpresa que el contenido de las conversaciones era siempre parecido: casi todos aquellos a los que preguntaba pensaban qué podía hacerse para que nuestros hijos y jóvenes se sintieran mejor, para que estuvieran contentos y alegres, para que se sintieran más queridos. La mayoría pensaba sobre la pregunta: “¿Qué deben recibir nuestros niños para que aumente su bienestar, para que sean más felices?”*

*Nunca se ha planteado esta pregunta de forma tan recurrente como en los últimos treinta años. Nunca había habido tantos manuales para educadores como actualmente. Ni tampoco había habido tantos educadores y padres tan bien dispuestos procurando seguir sus consejos. Y, al mismo tiempo, nunca había habido tantos niños agresivos y deprimidos como hoy en día.*

*Y esta situación no está motivada únicamente por el espíritu de los tiempos, es decir por la destructividad que destilan los medios de comunicación o el problema de la falta de tiempo de los padres. El problema reside también en que se plantea una pregunta equivocada: “¿Qué deben recibir nuestros niños para que aumente su bienestar, para que sean más felices?” Pero, ¿por qué es ésta una pregunta equivocada?*

*En primer lugar, porque no es posible sentirse bien de forma permanente. Ni corporal ni anímicamente. El bienestar, el sentimiento del bienestar, siempre está sujeto a oscilaciones. La vida a veces te trae buena suerte y otras mala suerte. A veces nos sentimos bien, otras malestar. En ocasiones ganamos y en otras fracasamos. Por supuesto podemos intentar aumentar nuestro bienestar. Pero el sueño de una sociedad de bienestar perpetuo es un sueño engañoso. Por ello la pregunta debería ser la siguiente: “¿Qué podemos hacer para que nuestros niños experimenten la felicidad y aprendan a lidiar con la infelicidad, el fracaso, y el malestar?” Las respuestas a esta pregunta disminuyen la agresividad, las depresiones y las tendencias adictivas. En las páginas siguientes encontrarán propuestas en torno a esta pregunta.*

*En segundo lugar la pregunta “¿Qué deben recibir nuestros niños para que aumente su bienestar, para que sean más felices?” es errónea porque minusvalora a los niños y jóvenes: ¿de tan poco les creemos capaces, tan poco confiamos en ellos? Es importante recibir amor y oportunidades en la vida. Es importante ser potenciado. Y, sin embargo, ningún niño ni tampoco ningún adulto será feliz a la larga si su vida está basada únicamente en recibir. La sensación de tener siempre todas las necesidades cubiertas despierta en niños y en adultos el aburrimiento y el hastío. Más aún: la sensación de estar permanentemente cuidado imposibilita que las personas se desarrollen y adquieran una personalidad interesante. ¿Por qué? Porque las personas siempre tienen algo que dar. También nuestros niños. Y uno sólo se convierte en una persona madura, competente y fascinante cuando empieza también a dar. El psiquiatra vienés Viktor Frankl dice que ser persona significa que nos involucramos en el mundo. Y esto significa que también debemos plantear las siguientes preguntas: “¿Qué queremos pedirles a nuestros niños, a nuestros jóvenes? A partir de sus capacidades y talentos, ¿qué pueden dar? ¿Con qué capacidades y talentos pueden hacer algo por los demás? ¿Cómo pueden implicarse en el mundo?” Dar y recibir van unidos. La generación de nuestros abuelos pensaba únicamente sobre la cuestión del dar. Como protesta ante esta visión tan parcial, hacemos que nuestros hijos sólo piensen en recibir. De esta manera impedimos que desarrollen su personalidad.*

*Me gustaría animar a todos los lectores a hacer regalos a los jóvenes y niños, pero también a plantearles desafíos y a pedirles cosas. A darles responsabilidad. Sé que esto no siempre es posible sin entrar en conflictos: a veces, los padres y madres nos encontraremos ante la pregunta de si escogemos el camino agradable (es decir, sin conflictos) o el camino con sentido, pero también con conflictos. Porque por desgracia lo razonable y lo que tiene sentido no siempre es lo agradable. Y debemos esperar tener la fuerza necesaria para optar por lo que tiene sentido también en aquellos momentos en los que ello puede desencadenar conflictos con nuestros hijos. ¿Para qué ha de ser esto bueno? Para nuestros hijos. Para que se haga visible lo mejor de estos niños. Puesto que las personas fascinantes no han crecido únicamente recibiendo regalos, sino que se han desarrollado a partir de sus propias acciones, actitudes, y gracias a haber sabido dominar situaciones difíciles a lo largo de su vida. Las personas fascinantes no quieren tan sólo recibir, sino que también saben ofrecer. Y pueden soportar situaciones complejas con dignidad, incluso pueden crecerse en ellas. ¿Por qué no vamos a revelárselo a nuestros niños?*

*Todos deseamos tener niños con una buena autoestima; niños que tengan coraje, que se valoren ellos mismos y que den valor a lo que hacen, puesto que estos niños enriquecen no sólo a su familia sino a toda la sociedad. Pero, ¿cómo podemos, en tanto educadores, influir de*

*forma positiva en la autoestima de un niño? La autoestima es un sentimiento, y como se sabe un sentimiento no se puede modificar fácilmente ni “desde dentro” (es decir, desde la persona afectada) ni “desde fuera”, es decir, a través de otras personas. Si fuera tan sencillo influir en este sentimiento muchas más personas tendrían una buena autoestima. Viktor Frankl lo explica diciendo que los sentimientos no se pueden manipular como uno quiere, los sentimientos necesitan un motivo.*

*Por ello me refiero a los cinco fundamentales motivos (les llamo “columnas”) que sustentan la autoestima:*

**1. Relaciones positivas:** *la experiencia de sentirse amado y valorado por otras personas, de sentirse acogido en una relación positiva, es una de las experiencias más importantes para un niño. En los primeros años de vida es fundamental el afecto de los padres; sin embargo, a partir de la entrada en el colegio (como muy tarde) son significativas las relaciones con otras personas: niños de la misma edad, profesores, parientes, etc.*

**2. La competencia:** *el íntimo convencimiento de que “sé hacer algo” proporciona al niño el sentimiento de ser importante e incluso necesario en el mundo. El intenso amor de los padres hacia los hijos es fundamental, sobretudo en los primeros años de vida, y les proporciona una buena autoestima. Sin embargo, con el paso de los años gana en importancia el significado de “saber hacer” algo, y ya no es suficiente para ellos ser querido, como de hecho tampoco lo es para un adulto. La desproporcionada necesidad de afecto y admiración es a menudo una señal de que no se han tenido suficientes experiencias positivas en el ámbito de la competencia.*

**3. Orientación (Metas y valores):** *Las metas y valores son nuestra brújula, y sin ellos erramos sin rumbo por la vida. Las metas y los valores nos proporcionan sostén, orientación y protección y nos animan a movernos. Algunos de estos objetivos los vemos como el sentido de nuestra vida, y al realizarlos ganamos coraje y fuerza, que nos proporcionan energía para superar las decepciones y las situaciones difíciles. Un niño necesita personas que le ayuden a encontrar una dirección, que le enseñen que vale la pena implicarse en el mundo y que lo hagan con el ejemplo de su propia vida, a través de su actitud y también en conversaciones existencialmente importantes.*

**4. Ser buena persona.** *El convencimiento de ser una mala persona, de tener un mal carácter nos quita la energía que nos hace falta precisamente para modificar aquellos aspectos internos o externos que nos afectan negativamente. Las personas que creen en sí mismas también*

*desde un punto de vista moral están bien protegidas contra la dependencia en las relaciones y contra las neurosis.*

**5. La alegría de vivir:** *la experiencia de la alegría de vivir también da fuerza y energía. Vivir momentos alegres, despreocupados, divertidos, además, nos hace más atractivos a los demás y es contagioso. Y las personas que tienen alegría de vivir están más dispuestas a hacer algo por los demás que personas pesimistas.*

*Poder experimentar estos cinco ámbitos da motivos a los niños y a los adultos para desarrollar una buena autoestima. Y también ayudan a desarrollar el sentimiento de que su vida tiene sentido. No hay que olvidar, sin embargo, que la autoestima no es estática, tampoco en personas sanas, y que sufre oscilaciones en función de la etapa de la vida de las circunstancias que la rodean.*

## **Comentario**

Este libro, como podemos ver a partir de este extracto, es profundamente frankliano. Lo es desde el planteamiento inicial, que invita a educar más allá del placer y de lo fácil, lo cómodo; lo es apelando a la responsabilidad de los niños para no sólo darles todo el amor (que es indiscutiblemente una base esencial para la autoestima), sino también para desarrollarse en toda su potencialidad. Nos recuerda también la importancia de crecer en valores de creación (columna de la competencia), vivenciales (columna de las relaciones positivas) y actitudinales (que encontramos en la columna de ser buena persona y también en el cambio de la pregunta inicial, que nos recuerda que en la vida puede haber dificultades y que debemos preparar a nuestros hijos para afrontarlas). Y, al mismo tiempo que nos recuerda la necesidad de una educación que ayude al niño a enfrentarse a la frustración y al dolor, nos recuerda la importancia y la necesidad humana de la alegría de vivir, que tienen muy presente todos aquellos que no sólo han leído a Frankl, sino que tuvieron la suerte de conocerlo: para ellos, su profundidad está unida en el recuerdo a su vitalidad, sentido del humor y capacidad para vivir momentos despreocupados y divertidos.

## **Llegar a ser aquél que somos en el fondo de nuestra alma**

**Pr. Wolfram Kurz**

*La profusión de posibles orientaciones conduce al ser humano moderno a la falta de orientación, que es lamentada por doquier. La frase de Píndaro “Sé aquél que eres<sup>1</sup>” es una frase que nos orienta y fascina, no sólo porque es sencilla, breve y precisa, sino sobretudo porque nos señala un elemento de la existencia humana cuya importancia existencial apenas puede ser superado, y que desempeña un papel fundamental en el ámbito pedagógico y psicoterapéutico. La fascinación que ejerce esta frase sobre psicoterapeutas, profesores, asesores está relacionada con una experiencia que casi todos han tenido. Puesto que, en definitiva, se trata de comunicarnos con los alumnos y pacientes de manera que puedan descubrir y seguir su **propio** camino. Se trata, en definitiva, de que el paciente sienta que este camino está marcado en su interior. Quien, en el contexto terapéutico y pedagógico, se deja guiar por este pensamiento antropológico, configurará la relación terapéutica o pedagógica de una forma singular. Naturalmente, habrá de trabajar en el ámbito terapéutico orientándose hacia los trastornos, para lo que debe saber qué terapia es la más adecuada para cada trastorno, es decir, cuál es más rápida y duradera. Pero también debe saber que librarse de los trastornos no es un fin en sí mismo, a pesar de la visión contemporánea sobre política sanitaria, que puede hacer creer al ciudadano ingenuo que el ser humano está predestinado, simplemente, a estar sano, o a luchar por su salud. Sin embargo, lo importante es que el ser humano sano se pregunte: ¿qué hago con mi salud? Y lo decisivo es que el ayudador sepa que una persona no puede sanar si no halla en su interior la huella de **sí mismo**, y siguiendo esta pista<sup>2</sup> se allana el camino de su vida. Esta **huella**, esta **pista** interior es lo que el filósofo español Ortega y Gasset llama el proyecto del ser humano. Ante la pregunta “¿Quién soy en realidad?” su respuesta es: un **proyecto**. Y el desarrollo de esta idea en su famoso ensayo sobre Goethe puede ser entendido como una interpretación moderna de la antiquísima frase “Sé aquello que eres”.*

*En palabras de Ortega (1982):*

*«Vida significa la inexorable forzosidad de realizar el proyecto de existencia que cada cual es. Este proyecto en que consiste el yo no es una idea o plan ideado por el hombre y libremente elegido. Es anterior, en el sentido de independiente, a todas las ideas que su inteligencia forme, a todas las decisiones de su voluntad. Más aún, de ordinario no tenemos de él sino un vago conocimiento. Sin embargo, es nuestro auténtico ser, es nuestro destino. Nuestra voluntad es libre para realizar o no ese proyecto vital que*

*últimamente somos, pero no puede corregirlo, cambiarlo, prescindir de él o sustituirlo. Somos indeleblemente ese único personaje programático que necesita realizarse. (...) La vida es constitutivamente un drama, porque es la lucha frenética con las cosas y aun con nuestro carácter por conseguir ser de hecho el que somos en proyecto. (...) Lo más interesante no es la lucha del hombre con el mundo, con su destino exterior, sino la lucha del hombre con su vocación» (p. 19, 20 y 22).*

*Quien oye por primera vez el imperativo “Sé aquél que eres”, pregunta con ingenuidad: ¿Quién soy? En el horizonte del pensamiento especulativo de Ortega, la breve respuesta es: proyecto. La respuesta es estimulante, sobretudo porque trata del todo, de que la vida nos vaya bien o de que fracasemos. Y se merece que nos demos cuenta de lo que afirma el filósofo: en lo hondo de su ser el ser humano es un proyecto. Este proyecto nos viene dado, no es un producto del sujeto, sino del destino. El ser humano no conoce este proyecto, o tiene una vaga idea de en qué consiste. No conocerlo significa estar alienado de sí mismo, llevar una vida alienada. En el proyecto aparece cada individuo bajo el aspecto de su esencia. Ante la profusión de tareas que se le plantean a las personas, y que se disponen a realizar, se plantea la pregunta acerca de cuál es la tarea central, a partir de una idea vital central. Ésta se puede expresar con la siguiente frase imperativa: **estáte alerta al proyecto que está en tu interior. No es tu tarea llevar cualquier vida, sino tu vida. [...] Realiza el proyecto configurando tu vida. Sé consciente de que la configuración de la vida siempre se expresa en la configuración de la relación con uno mismo y con las personas que nos acompañan en la vida; en la configuración de la relación entre naturaleza y cultura. Sé consciente asimismo de que la traducción completa de proyecto a existencia no es posible. Reconciliarse con el hecho de que el proyecto sólo se transparenta en el proceso vital de forma puntual, a lo sumo fragmentaria, es propio de la madurez del ser humano. Conformarse con ello puede considerarse como una resignación valerosa, pero no hay que olvidar que esta transparencia puntual proporciona ya un gran placer. Sobretudo, si esta dicha puntual se convierte en símbolo de una dicha definitiva, es decir, si en su provisionalidad nos remite a una definitiva dicha y complitud vital.***

## **Comentario**

Seguir leyendo el ensayo de Ortega (1982) nos permite hallar un párrafo complementario del citado anteriormente, puesto que nos habla de la libertad (que desde la perspectiva frankliana es inseparable de la responsabilidad) y también de la vocación como despliegamiento del proyecto de existencia:

*“Y aquí surge lo más sorprendente del drama vital: el hombre posee un amplio margen de libertad con respecto a su yo o destino. Puede negarse a realizarlo, puede ser infiel a sí mismo. Entonces su vida carece de autenticidad. Si por vocación no se entendiese sólo, como es sólito, una forma genérica de la ocupación profesional y del curriculum civil, sino que significase un programa íntegro e individual de existencia, sería lo más claro decir que nuestro yo es nuestra vocación. Pues bien, podemos ser más o menos fieles a nuestra vocación y, consecuentemente, nuestra vida será más o menos auténtica” (p. ¿??).*

Wolfram Kurz nos recuerda –partiendo de la respuesta que lee en Ortega a la exhortación de Píndaro- la importancia de llegar a ser aquél que somos en esencia, y con ello subraya uno de los aspectos esenciales de la antropología del análisis existencial: el ser humano es un ser responsable ante su destino, como ser espiritual debe intentar reducir la distancia insalvable pero estimulante entre el ser y el deber ser<sup>3</sup> si no quiere traicionar su esencia, para (tomando la metáfora de Frankl) no parecerse al avión que se arrastra por el suelo sin atreverse a alzar el vuelo, es decir sin desarrollar plenamente sus potencialidades. Esa idea del proyecto puede ayudarnos a entender la sensación de fracaso en una vida aparentemente exitosa. Si no escuchamos esa vocación, si no seguimos esa huella interior que (gracias a la polisemia de la palabra en alemán) es también una pista para nuestra vida, tal vez encontremos un éxito social pero la incoherencia con ese proyecto interior nos hará sentir fracasados en nuestra vocación. Es interesante explorar las fantasías y ensoñaciones de los niños que fuimos porque nos pueden mostrar el borrador de ese proyecto e indicarnos (aunque no de forma literal, por supuesto) algunos datos esenciales que podemos haber silenciado sin ser conscientes de la importancia que tienen para sentirnos en paz con nosotros mismos, o, como diría Ortega, para sentir que nuestra vida es auténtica.

*Cristina Visiers Würth es licenciada en Humanidades, logoterapeuta y presidenta de la Asociación Catalana de Logoterapia y Análisis Existencial.*

## **Bibliografía**

Hadinger, B. (2003). Mut zum leben machen. Selbstwertgefühl und Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen stärken (Dar coraje para la vida. Reforzar la autoestima y la personalidad de niños y adolescentes). Tübingen: Lebenskunst.

Kurz, W. (2003). Zu werden, der man in der Tiefe seiner Seele ist (Llegir a ser aquél que somos en el fondo de nuestra alma). En *Jornada Mut in Zeiten der Resignation* (Coraje en tiempos de resignación). Giessen.

Ortega y Gasset, J. (1982). Pidiendo un Goethe desde dentro (Obras de Ortega y Gasset). *Revista de Occidente*, 24. Madrid: Alianza Editorial.

## Notas

<sup>1</sup> La frase tiene en alemán un sentido dinámico, se podría traducir también por “llega a ser quien eres”.

<sup>2</sup> En alemán, *Spur* tiene la acepción de huella, rastro pero también de pista. Por tanto se refiere tanto a algo propio preexistente como a lo que te indica el camino a seguir.

<sup>3</sup> “Deber ser”, según Frankl, es aquello a lo que debemos tender para llegar a ser lo que somos en potencia. Esta “nueva categoría” que debe tener en cuenta el terapeuta, que se añade a la del “tener que” (nacida de la causalidad) y la del “querer” (de acuerdo con una finalidad anímica), incorpora la dimensión espiritual del ser humano, y le hace justicia viéndole no como es sino como podría llegar a ser.

**Publicado en: NOUS, Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial. Otoño 2003; núm. 7**