

CAPÍTULO 4

TEORÍAS HUMANISTAS SOBRE EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

4.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DEL DESARROLLO HUMANO EXISTENCIAL-HUMANISTA

El desarrollo humano existencial-humanista, es un movimiento dentro de la psicología contemporánea que ha tenido un rápido desarrollo como un modelo filosófico y práctico para el fomento de la salud psicológica. Este movimiento se inició en los Estados Unidos de Norteamérica a partir de seis fuentes principales: el programa New Deal de reconstrucción sociocultural, la psicología humanística, el existencialismo europeo (principalmente de Francia y Alemania), algunas de las más representativas sabidurías orientales, el psicoanálisis de Adler y el movimiento de la dinámica de los grupos (Quitman, 1991; González y Valdés, 1994).

La psicología humanística, principal núcleo de desarrollo de este movimiento, cuyas raíces filosóficas se encuentran en la corriente fenomenológica propuesta por Edmund Husserl, se originó a principios de la década de los años 40's con los trabajos del psicólogo norteamericano Carl Ransom Rogers, quien revolucionó el campo de la psicoterapia al proponer su Enfoque Centrado en la Persona (Lafarga, 1989). Una década más tarde, en los años 50's, Abraham Maslow y Clark Moustakas, comenzaron a dar forma al movimiento quedando finalmente conformada con la creación y fundación entre 1961 y 1963 de una revista y de una asociación respectivamente, en las cuales se expresan sus postulados epistemológicos básicos y sus principios teórico-metodológicos fundamentales (Globe, 1991; Ginger y Ginger, 1993).

La *Journal of Humanistic Psychology*, estaba interesada en la publicación de investigación teórica y aplicada, sobre los valores, la autonomía, el ser uno mismo, el amor, la creatividad, el crecimiento, la salud psicológica, la autorrealización y la satisfacción de las necesidades humanas básicas y de

trascendencia. Temas, todos ellos, que no tenían cabida en ninguna de las revistas de psicología conductual y psicoanalítica existentes en la época.

Por otra parte la *American Association of Humanistic Psychology* al ser creada dejó de manifiesto que sus intereses generales eran:

1. Centrar la atención en la persona que experimenta, es decir, utilizar la vivencia como fenómeno primario en el estudio del ser humano
2. Comprender las cualidades típicamente humanas tales como la elección, la creatividad, la valoración y la autorrealización, entre otras
3. Respetar la naturaleza del objeto de estudio: la vivencia humana. Y en consecuencia no sacrificar la significación de los fenómenos por el hallazgo de la objetividad

De esta manera el interés básico del enfoque humanístico se colocó en el estudio y la comprensión del complejo fenómeno de lo humano y sus atributos, especialmente los relacionados con los valores, la autoconciencia, la salud, la creatividad, el significado de la existencia y la plena realización del potencial biopsicosociotranscendental de la naturaleza humana (Martínez, 1998).

Algunas de las nociones centrales de la psicología humanística, como autorrealización orgánica, funcionamiento holístico, contacto, autorregulación, Sí mismo, autoayuda, vivencia, equilibrio dinámico y trascendencia, entre los más explorados, fueron desarrollados por psicólogos alemanes emigrados a los E.U. a causa del fascismo europeo de la década de los treinta, como Kurt Goldstein, Erick Fromm, Fritz Perls, Charlotte Bühler y Ruth Cohn, entre los más reconocidos; quienes arribaron a América poco después de la depresión económica del 29, cuando se iniciaba en los E.U. un periodo de prosperidad denominado por el presidente Roosevelt como New Deal, el cual era un programa de reforma económica y fundamentalmente de renovación cultural diseñado por el estado norteamericano

para facilitar la recuperación de valores ético-sociales fundamentales como la colaboración, la comprensión, el entendimiento y la paz; con los cuales se pretendía reorientar el sentimiento social hacia la consolidación del aspecto pragmático y humanístico de los principales valores humanos hacia el desarrollo de formas más plenas de convivencia social (Quitman, 1991).

Además, la psicología humanística, también conocida como Tercera fuerza, representó una revolución paradigmática dentro de la psicología académica de mediados del siglo XX al realizar planteamientos totalmente opuestos con los fundamentos, también revolucionarios, que a principios de siglo habían establecido el Conductismo y el Psicoanálisis, escuelas que dieron origen a la psicología moderna.

Mientras que el Conductismo, que surgió como reacción a la preocupación excesiva de la psicología del siglo XIX por la conciencia y la introspección, colocó el énfasis en el medio ambiente externo, al señalar que son las contingencias medioambientales las que controlan la conducta humana y dan forma a la personalidad; el Psicoanálisis, por su parte, subrayó la importancia del medio interno, particularmente a la psicodinámica de los instintos de vida y muerte (Eros y Thanatos, respectivamente), como los responsables del comportamiento humano no sólo consciente sino fundamentalmente inconsciente. Más aún, Freud subrayó el enorme conflicto existente no sólo entre los dos instintos centrales de la psique humana, sino con el mundo y la cultura en general.

No obstante sus diferencias, estos movimientos coinciden en considerar al hombre como una máquina que, o bien responde a los estímulos del medio externo, o bien se deja conducir por los impulsos internos; como lo señala Matson (1984), el determinismo de Freud no era medio-ambiental como el de Watson, sino psicogenético, sin embargo, era un determinismo que dejó poco lugar a la espontaneidad, la creatividad, la racionalidad, la libertad y la responsabilidad del ser humano concreto.

Por el contrario la psicología humanística, reconoce al ser humano concreto como una persona, es decir, como un individuo indeterminado, único e irrepetible con la capacidad para elegir conscientemente sus valores, de reconocer clara y responsablemente sentimientos, pensamientos y actitudes; de buscar su desarrollo humano de manera plena, satisfactoria y funcional; todo ello, no obstante e incluso, a pesar de las condiciones medio ambientales o psicodinámicas que influyen en su comportamiento y su personalidad.

La psicología humanística tiene sus bases fundamentales en los principios que rigen el movimiento filosófico universal conocido como humanismo. Comúnmente se ha vinculado el término humanismo, con el movimiento cultural del Renacimiento que tuvo lugar en la Europa de los siglos XIV, XV y XVI, tal vez porque fue entonces la primera vez que a todas las ideas que mostraban un interés primario por la existencia y el lugar de los seres humanos en el mundo, se les conjuntó en un sólo paradigma con formas y características específicas, para el cual se acuñó, además, un nombre particular que ha trascendido en la historia como "Edad del Humanismo".

De acuerdo con Silo (Citado en Puledda, 1996), este concepto surge del término latino "*umanista*" que en la Italia del siglo XVI se utilizó para designar aquellos escritos nacidos de la literatura, la filosofía y la política, que buscaron contribuir al mejoramiento de la vida mediante la reflexión sobre el quehacer humano cotidiano en su relación con los demás y con el mundo; y aunque a partir del siglo XVII cae en desuso, es introducido en nuestra cultura occidental nuevamente, esta vez de manera definitiva por el pedagogo alemán D.J. Niethammer, quien pretendía señalar con él, la importancia del estudio de los clásicos greco-latinos en la promoción del desarrollo de los jóvenes. De esta manera, el concepto comenzó a difundirse por el mundo y paulatinamente llegó a referirse a toda aquella filosofía de la vida aplicada a los más diversos campos del quehacer humano, que considera a los individuos como su preocupación central.

A lo largo de su historia ha adoptado diversos significados en el marco de una multitud de enfoques filosóficos en los cuales sus promotores han definido la esencia del ser humano y el camino que ha de seguir para su completa realización. Entre los más importantes movimientos universales de transformación sociocultural, que han tomado como vértebra fundamental lo humano para explicar, construir, deconstruir y reconstruir la realidad, podemos reconocer el pensamiento del Renacimiento, el del Marxismo, el del Cristianismo y el del Existencialismo (Puledda, 1996).

El pensamiento del Renacimiento pretendió construir un mundo y una humanidad plenamente renovados, tomando como modelo la cultura greco-latina de los siglos IV y V a.C.; reorientando la vida de los seres humanos en las esferas política, religiosa, artística y moral y, cultivando, mediante la educación de la personalidad, las virtudes propias del ser humano que le devolvieran su dignidad y el control de su destino.

El Marxismo, por su parte, pretendió liberar a la humanidad de cualquier forma de opresión, alienación y enajenación, que como producto del desarrollo histórico de la sociedad y la cultura, mantuviera encadenado y predeterminado al ser humano. Mientras que el Cristianismo, fundamentalmente el que se desarrolló la primera mitad del siglo XX, llegó a definir al hombre como un ser en relación con Dios, con lo cual lo transformó en un ser con voluntad, con libertad y con responsabilidad.

Finalmente, el existencialismo, que, como he señalado con anterioridad, se desarrolló plenamente después de la Segunda Guerra Mundial, como una reacción contra el exceso de la filosofía de las ideas y de la filosofía de las cosas, le devolvió al ser humano su capacidad de dirigir su vida y renovar su espíritu, al señalar que es un ser que ha sido arrojado al mundo sin haber sido previamente determinado, es decir, como un ser que comienza a existir sin una esencia; con lo cual lo hace completamente responsable de la vida que realiza en cada acto de elección existencial.

En el existencialismo se considera que el ser humano sólo se constituye como tal, en la medida en que se proyecta hacia los demás desde sí, siendo el mismo su propio legislador que decidirá la manera en que se relacionará con los demás y se ubicará en el mundo. Esta ubicación y forma de relación con los otros, no es un estado, sino un permanente y dinámico proceso en el cual el individuo se libera a sí mismo de las cadenas instintivas y se encamina hacia su propia autorrealización que es al mismo tiempo, su propia autoconstrucción (Sartre, 1983).

Como se puede observar, todos estos movimientos intentan devolverle al ser humano, de una u otra manera, el poder de autodeterminar su destino y la completa responsabilidad de la autorrealización de todos sus recursos y potencialidades. Así, en la actualidad, y con base en los postulados básicos sobre el ser humano, inspirados en una filosofía de corte humanista y existencialista planteados por Bugental en 1964, la corriente humanística del desarrollo humano se caracteriza por:

- 1) Su confianza plena en el potencial humano
- 2) Su interés en la vivencia humana concreta como fenómeno para el estudio y la comprensión del ser humano
- 3) Su énfasis en el desarrollo de una filosofía y ética propias del Ser humano
- 4) Su reacción contra el empleo exclusivo del método de las ciencias naturales, en el estudio del Ser humano, y el apoyo al uso subordinado de la estadística bajo el análisis cualitativo
- 5) Su búsqueda de una perspectiva que englobe las experiencias subjetivas del Ser humano, considerado como una totalidad que como tal se relaciona con el mundo
- 6) Su promoción de una filosofía metodológica abierta que no descalifique ningún hallazgo sobre lo humano
- 7) Su consideración del Ser humano como una unidad integral, que es capaz de conocerse, es decir, de ser conciente de sí mismo, de las situaciones y de las condiciones que lo influyen y a su vez de la

influencia que él ejerce sobre las mismas; conciencia, que le permite la libertad de elección y en consecuencia lo hace propiamente humano

8) Su énfasis en las cualidades de las relaciones humanas y la comunicación para el desarrollo social e individual y,

9) Su promoción en el desarrollo integral - cognitivo y afectivo - del ser humano.

Los psicólogos humanistas han creado modelos que se basan en atributos propiamente humanos y problemas típicos de la existencia humana, con los que rechazan los modelos que intentan explicar el desarrollo de la personalidad en términos de determinantes biológicos, psicodinámico-instintuales o culturales (Lindzey, Hay y Manosevi, 1992; y Dicaprio, 1999).

De acuerdo con los humanistas, una teoría de la personalidad debe dar cuenta tanto de aspectos motivacionales, cognitivos, culturales y de desarrollo de habilidades; como (y esto fundamentalmente) de aspectos que hagan hincapié en atributos propios de la existencia humana como son: el amor, el odio, el sentido de la vida, la autorrealización, la envidia, el miedo, la trascendencia, los celos, la responsabilidad, etcétera.

Así, han desarrollado algunos modelos explicativos sobre el ser humano basados en la filosofía existencialista, con los que pretenden dar cuenta de las peculiaridades del desarrollo de la personalidad humana; algunos de estos modelos que abordaremos en el presente capítulo son: el personalista de Allport, el organísmico de Maslow, el del Sí mismo de Rogers, el socioanalítico de Fromm, el analítico-existencial de Frankl y el existencialista de May. Por otra parte, además de la psicología humanística y el existencialismo, el movimiento del desarrollo humano se nutre de los principios del psicoanálisis adleriano que señalan que el factor más importante de la transformación psicológica humana no es ni la herencia ni el medio, sino el estilo de la fuerza creadora del individuo. Sin embargo, a diferencia del movimiento humanista, que considera que el impulso creador es la

manifestación de la tendencia del ser humano hacia su autorrealización y trascendencia, Adler explica la personalidad humana como producto de un conjunto de compensaciones negativas (González y Valdés, 1994).

El pensamiento oriental, a través de la filosofía china (Taoísmo) e hindú (Zen), también ha dejado marcadas sus huellas en el movimiento del desarrollo humano existencial humanista mediante dos planteamientos fundamentales, primero, el que señala que al evitar cualquier tipo de conducta coercitiva sobre el ser humano se permite su desarrollo y, segundo, con la firme convicción en la existencia de fuerzas internas al ser humano que le permiten orientarse hacia la vida y el desarrollo pleno de sus recursos y potencialidades. Finalmente, es importante señalar que dos escuelas psicológicas que se relacionan con la psicología humanística y de las cuales también se nutre el movimiento del desarrollo humano son: la psicología comprensiva y la psicología de la Gestalt. La primera, centra su atención en el ser humano condicionado por su clase, su profesión, sus actitudes, su cultura, su época y su edad. Así, intenta aprehenderlo en su propia vida, es decir, en sus expresiones y actuaciones; situándolo como parte de una sociedad y un mundo material. La psicología de la Gestalt, por su parte, también aportó al movimiento humanista una nueva teoría del aprendizaje que señala que ese proceso es una reorganización del campo perceptual y, asimismo, que todo el conocimiento del ser humano está inmerso en un mundo de significados (González y Valdés, 1994).

Como hemos podido analizar hasta aquí, el movimiento del desarrollo humano existencial humanista, es un movimiento científico en el amplio sentido de la palabra, cultural y educativo, que pretende contribuir al desarrollo de las potencialidades y de los recursos humanos individuales y colectivos desde una visión constructiva, positiva, integradora y liberadora (González, 1995), a través de la promoción de los procesos de crecimiento, aprendizaje; apertura al diálogo, a la experiencia y al

cambio, que favorezcan los procesos de autorrealización y trascendencia humanos, en una palabra, que contribuyan a la ampliación potencial de la conciencia.

En este sentido, es muy poco el énfasis que el movimiento ha hecho con respecto a las diferencias de género entre hombres y mujeres; ello quizá se explique por su afán de hacer relevantes, en todas las esferas del desarrollo humano, de las similitudes más que de las diferencias entre los individuos; el hecho de resaltar las similitudes más que las diferencias ha quedado claramente explicitado por el lugar preponderante que tiene el concepto Persona desde el origen y la constitución del modelo humanista de corte existencial.

De hecho Carl Rogers en su libro *El proceso de convertirse en persona* (1989) publicado por vez primera en 1961, señala que para que el individuo llegue a ser él mismo (meta más importante de su existencia) es necesario que abandone "...las falsas fachadas, máscaras o roles con que ha encarado su vida..." (p. 105).

Por su parte Abraham Maslow, en su libro *La Personalidad creadora* (1987), editado por primera vez en 1971, dedica tan sólo cuatro párrafos a formular sus ideas sobre la "feminidad y masculinidad sanas"; en este apartado del apéndice, señala que puesto que "...disponemos de pruebas que indican que las hormonas sexuales generan no sólo deseos sexuales, sino también dominio..." (p. 438), para promover el desarrollo de relaciones interpersonales sanas entre los hombres y las mujeres, no es necesaria la abolición de las relaciones de dominio y subordinación, sino, la desexualización de las características de fuerza, debilidad y liderazgo "...de modo que tanto un hombre como una mujer puedan ser, sin ansiedades ni degradación, fuertes o débiles, según las exigencias de la situación..." (p. 437).

No obstante, como hemos podido constatar, los fundadores del desarrollo humano existencial-humanista prefieren considerar las semejanzas sobre las diferencias en la promoción del desarrollo existencial de los seres humanos; en la literatura contemporánea comenzamos a encontrar un insipiente pero firme replanteamiento de la cuestión, con el surgimiento de algunos textos teóricos y líneas de investigación que abordan la cuestión de las diferencias de género desde esta perspectiva; de esta manera, como producto de mi indagación bibliográfica encontré los siguientes documentos al respecto:

1. "¡El derecho a ser yo misma! Una declaración sobre mi papel sexual", texto de Natalie Rogers, traducida al español en 1986 y probablemente escrito en la primera mitad de la década de los 70's
2. Ser hombre, editado por Keith Thompson en inglés en 1991
3. El desafío de ser hombres hoy, publicado en su idioma original en 1992
4. La agonía del patriarcado, de Claudio Naranjo editado por primera vez en 1993
5. "Mitos y realidades en las relaciones hombre-mujer", artículo de Julieta Campos, publicado en Prometeo No. 3, 1993
6. "El papel de lo femenino en el desarrollo humano transpersonal", texto de Ana María González Garza, publicado en Prometeo No. 3 en 1993
7. "Luz y Sombra de la revolución sexual", artículo de Luis Mariano Acévez, publicado en Prometeo No. 3 en 1993
8. La mujer y el desarrollo humano, volumen No. 8 de la revista Prometeo, publicado en el año de 1995
9. "Mujeres con voz propia", tesis de Mtría en Desarrollo Humano, de Celia Mancillas publicado en 1998
10. "Identidad masculina y desarrollo humano: ser hombre es más que ser masculino", tesis de Mtría, en Desarrollo Humano, de Francisco Javier Santos Velasco.

4.2. EL PERSONALISMO DE ALLPORT

Gordon W. Allport fue un psicólogo norteamericano (1897 - 1967) que desarrolló un conjunto de ideas originales y novedosas sobre la personalidad humana y las vías para su conocimiento. Se le puede identificar con el movimiento personalista por su convicción de que la persona ocupa el centro del interés de la psicología, aunque de ese movimiento critica la absolutización del papel que se le atribuye a la conciencia.

Sus ideas y reflexiones filosóficas están cercanas a los planteamientos del marxismo, sobre todo, en lo referido a la objetividad de la personalidad como objeto de estudio de la psicología y la relación entre lo general y lo particular en la disciplina psicológica (González, Y Valdés, 1994); aunque en una de sus obras principales, *la persona en psicología*, se identifica explícitamente como psicólogo humanista aceptando su relación intelectual con Rogers, Maslow y Fromm.

No obstante, al romper explícitamente con el empirismo y el idealismo radical y al no encontrar otro soporte filosófico sólido, que oriente de forma coherente su reflexión y su acción, busca en el eclecticismo una alternativa a muchas de sus interrogantes. Sin embargo, formula una posición epistemológica que denomina realismo heurístico, en la cual sostiene que la persona posee tendencias generales a la acción denominadas rasgos y que definen y orientan el comportamiento del individuo más allá de la inmediatez de nuestros sentidos.

De acuerdo con lo anterior el rasgo es la unidad básica que constituye la personalidad, en palabras del propio Allport, "*...es una estructura neuropsíquica generalizada (peculiar del individuo) que posee la capacidad de convertir a muchos estímulos en funcionalmente equivalentes y de iniciar y guiar formas consistentes (equivalentes) de conducta adaptativa y estilística*" (1997, p. 443).

Los rasgos, que expresan la integridad e individualidad de la personalidad, surgen, en parte, por la integración de muchos hábitos específicos que tengan en común no ya elementos idénticos, sino el mismo significado adaptativo para la persona (Allport, 1988). Además, Allport divide estas unidades básicas de la personalidad en tres tipos: los secundarios, los centrales y los cardinales. Los primeros, son unidades relativamente específicos y con una gama limitada de estímulos y respuestas efectivas. Mientras que los segundos, son unidades amplias de la personalidad, que influyen en grandes segmentos del comportamiento y son activados por una amplia gama de estímulos; en tanto que los cardinales, son unidades de la personalidad que son tan significativos y dominantes, que influyen de manera determinante en el comportamiento, las actitudes y en general en la forma en que el individuo experimenta la vida. No obstante, independientemente del tipo de rasgo de que se trate, éstos nunca se presentan solos, por el contrario están activos en forma simultánea y se expresan a través de la personalidad que constituye, la unidad fundamental, autorreguladora y concreta de la vida con su carácter activo, creativo y transformador.

Las tesis fundamentales de su teoría de la personalidad son las siguientes:

1. La personalidad se centraliza en el organismo, es decir, en el conjunto de las diversas dimensiones que conforman al individuo.
2. El organismo contiene estructuras básicas que le permitirán apropiarse en su momento de los elementos que constituirán su personalidad.
3. El motivo, aspecto rector del comportamiento humano, es un hecho de estructura y funciones actuales, no sólo una consecuencia de fuerzas anteriores.
4. La autoconciencia es un aspecto fundamental del desarrollo de la personalidad, pero no es el único ni mucho menos el más importante elemento que la explica.

4.2.1. PRINCIPALES CATEGORÍAS PLANTEADAS POR ALLPORT PARA EL ESTUDIO Y LA COMPRENSIÓN DEL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Uno de los aspectos del desarrollo de la personalidad que se ha abordado con mayor énfasis en la investigación psicológica, es el que se refiere al estudio de la evolución del yo. Allport ha sido uno de los investigadores que más han insistido en la importancia del yo como núcleo en la construcción de la personalidad, pues señala que, una vez que se ha desarrollado, se convierte en una fuente de actividad espontánea y de control, que media entre las condiciones psicológicas y culturales que han enriquecido la personalidad del sujeto, y su comportamiento, sus actitudes y sus principales tendencias. Inclusive plantea un nuevo concepto para significar las autoexperiencias de la persona, es decir, para indicar todo aquello que tiene que ver con las vivencias tanto cognitivas como afectivas, que configuran el yo, tal concepto es el de *proprium* (Allport, 1982).

Sobre las características sustantivas del yo, Allport señala que tiene un importante papel activo en la regulación de la conducta y en los procesos de integración de la personalidad; participa activamente en la significación de las diversas experiencias de la vida del individuo; no depende de los estados y vivencias psicológicas de ningún elemento parcial o aislado de la personalidad; y, un aspecto fundamental, es que juega un papel trascendente en la estructura de la motivación. Efectivamente, un aspecto importante en el desempeño del yo, es el referente al compromiso o el interés, el cual pone en juego los más profundos niveles de la motivación humana. Allport explica que en la actitud comprometida la acción satisface una necesidad importante y útil para alcanzar una meta que promoverá el desarrollo del yo. Además, en este caso, la relación total entre el individuo y sus actividades varía, haciéndose más significativa e importante, lo cual no sólo psicológica, sino socialmente es fundamental para el desarrollo general del individuo (Allport, 1997).

Es indudable que las motivaciones que implican de forma consciente la acción del yo, tienen un poder movilizador sobre el comportamiento más elevado y con el grado de aspiración, interés o compromiso que la persona adquiere con su entorno y con todo lo relacionado consigo mismo; aunque esté invertido no deja nunca de reconocer que lo más importante son los contenidos y la estructura de la personalidad. Para explicar su desarrollo y su estructuración de la personalidad, Allport plantea siete categorías básicas: 1) el sí mismo corporal, 2) la identidad del sí mismo, 3) la extensión del sí mismo, 4) la estimación del sí mismo, 5) la imagen de sí mismo, 6) el sí mismo racional y, 7) el esfuerzo orientado.

- **El Sí mismo Corporal:** Al respecto señala que son todas las sensaciones orgánicas recurrentes, así como los encuentros gratificantes y frustrantes con los objetos. Se hace dominante cuando el niño está alerta a los cambios de su propio cuerpo y se agudiza durante la adolescencia, cuando se desarrolla la atención a la apariencia y a lo sexual.
- **La identidad del sí mismo:** La identidad del yo, abarca el sentido que la persona tiene de sí misma independientemente de los cambios que ocurren a lo largo de su desarrollo; gracias a ella, el individuo se percata de su continuidad como persona.
- **La extensión del sí mismo:** Con este concepto Allport se refiere a todo aquello que la persona valora, como son objetos y personas. La extensión de Sí mismo, es muy importante, pues le permite al individuo enriquecer su yo y ampliar su personalidad con los elementos de aprendizaje que le proporciona su entorno; pero por sobretodo, le permite constituirse social y psicológicamente como un ser integral.
- **La estimación del sí mismo:** Este concepto es conocido actualmente como autoestima o amor propio y se refiere a la autovaloración que el sujeto se atribuye a partir de su accionar satisfactorio

en el mundo. Implica la autoafirmación, es decir, el esfuerzo del individuo por obtener lo que desea a partir de sus propias intervenciones en su medio social y afectivo.

- **La imagen de sí mismo:** Se refiere a como se percibe a sí misma la persona y surge como producto de los roles que se le han asignado socialmente al individuo y que ha decidido explícita o implícitamente adoptar cotidianamente. Evoluciona paulatinamente conforme la conciencia de sí se expande; al principio, la persona puede tener una imagen vaga de lo que es, quiere o debería ser, hasta que como resultado de la asimilación de las autoexperiencias que ha vivido, crea una imagen global e imágenes parciales, de áreas del yo.
- **El sí mismo racional:** Con este concepto Allport subraya la importancia que tiene el aspecto intelectual para el desarrollo de la personalidad. Como parte de su desarrollo el niño ya no sólo vivencia y asimila las experiencias del yo, sino que las conceptúa y las integra en una amplia red de conocimientos que le permiten ampliar el campo perceptual de su conciencia, hasta llegar al grado de integrar activamente aspectos relacionados con una ética propia en su comportamiento.
- **El esfuerzo orientado:** El esfuerzo orientado se refiere a la proyección de metas estables y objetivos a largo plazo que la persona hace, tomando en consideración su historia, sus valores personales y sus motivaciones sociales.

En síntesis, para Allport el yo, es la principal fuente interna de desarrollo de la personalidad y de formación de la naturaleza ontológica de la persona; que se entreteje dialécticamente con los motivos y la conciencia, para dar paso a una personalidad integral.

4.2.2. EL DESARROLLO DE LA CONCIENCIA

Según Allport, existen tres orientaciones básicas que reflejan la evolución ontológica de la persona que va de la niñez a la edad adulta: al principio los niños dependen casi en un cien por ciento de su contexto socioafectivo; gradualmente, mediante la madurez de las funciones psicológicas de la persona, se desarrolla la autonomía; finalmente, al llegar a la vida adulta, aumentan las aptitudes cognoscitivas y afectivas que le permiten la adaptación a su mundo.

Para que este proceso se lleve a cabo con éxito, paralelamente se llevan a cabo diversos procesos de evolución e integración psicológica; por ejemplo el individuo que dirige sus comportamientos por medio de sus impulsos, comienza paulatinamente a encaminarlos a través de intenciones perfectamente estructuradas; asimismo, la persona pasa de la dependencia a la autonomía, de la motivación biológica al interés; del caos de las percepciones a la organización interna; de los rasgos compartidos, al carácter personal; de la percepción global y subjetiva, a la percepción específica y realista; del rechazo a las emociones y a los sentimientos a su plena aceptación y, con ello, a su plena seguridad emocional. Además, desarrolla una serie de habilidades productivas, las cuales son sumamente importantes, ya que le dan mayor seguridad, pues le permiten objetivar sus reflexiones y afectos. Finalmente, y no menos importante, es que tiene la posibilidad de desarrollar una filosofía unificadora de su vida que le permite vivir coherentemente en armonía con los diversos rasgos y componentes de su personalidad.

4.2.3. LA IMPORTANCIA DE LA AUTONOMÍA FUNCIONAL

Con este principio Allport sostiene que un individuo es más sano y maduro, en tanto que un motivo no se origine de otro motivo de sí mismo. También señala que lo que empieza como una actividad desarrollada por necesidad puede llegar a ser adecuada a la esfera propia y, por lo tanto, a convertirse en un poderoso motivo autónomo que al madurar se puede convertir en una intención (Dicaprio, 1996).

Las intenciones a su vez, pueden ser explicadas en términos del estilo de vida, la autoimagen, las luchas propias, las autoextensiones y el temperamento de la persona; su importancia radica en que orientan la conciencia y dirigen el comportamiento del individuo.

4.2.4. LAS ORIENTACIONES NORMALES Y NEURÓTICAS

Allport sostiene que el proceso básico de lo normal es sumamente diferente de su paralelo correspondiente, el neurótico; señala que hay una gran variedad de grados de normalidad y diversas formas de neurosis, pero que lo normal y lo neurótico son discontinuos pues sus procesos básicos son estrictamente diferentes.

Así, menciona siete dimensiones en las cuales los individuos normales difieren de los individuos que son neuróticos:

- 1) El neurótico intentará a toda costa evitar cualquier evento que le produzca algún tipo de tensión particular; en tanto que la persona normal enfrenta las peculiaridades de las circunstancias de la vida y hace lo necesario para satisfacer sus necesidades
- 2) La persona neurótica se plantea metas irrealistas para resolver los conflictos que se le presentan en la vida; mientras que la persona normal tiene una idea bastante clara sobre como resolver los retos que la vida le impone
- 3) El individuo neurótico se caracteriza por lo fragmentado de su personalidad, lo cual le hace entrar con mucha facilidad en constantes contradicciones en las diferentes dimensiones de su ser; por su parte, la persona normal, se caracteriza por su integridad y por la unidad de los diversos componentes de su personalidad

- 4) Los neuróticos se autoengañan y engañan a los demás, desconociendo o enmascarando sus verdaderos motivos, intereses e intenciones; mientras que la persona normal tiene bastante claridad en cuanto a sus motivaciones, metas e intereses
- 5) Las personas neuróticas se encuentran comúnmente bloqueadas en el crecimiento y desarrollo de su personalidad; en tanto que, la persona normal, piensa, siente y actúa conforme al nivel de su desarrollo socio-cultural
- 6) A los individuos neuróticos les molestan sus impulsos; mientras que a las personas normales les es fácil tolerar su frustración para así definir con calma el curso de su acción, y continuar su desarrollo personal
- 7) En los neuróticos la perspectiva de las cosas se encuentran supeditadas a la situación inmediata; para la persona normal, en cambio, no es difícil alejarse de cualquier situación y evaluarla desde un punto de vista más realista, haciéndose cargo con ello, de sus propios pensamientos, sentimientos y acciones

Quizá las características sustantivas de la personalidad normal son, por un lado, su capacidad de vivir de acuerdo a su propia autorregulación interior, y, por otro, dirigido hacia metas realistas, concretas y productivas que le generan un gran sentido de satisfacción. De hecho el estado ideal de la personalidad para Allport, es la madurez, la cual se caracteriza por un yo central (proprium) bien desarrollado, que incluye una conciencia "libre y responsable" (de deberes internos) y un sistema consistente de intenciones, con el que trabaja persistentemente para alcanzar sus metas. Funciones intelectivas vigorosas, valores claros, una jerarquía de necesidades bien estructurada; un manejo equilibrado de la tensión que tonifique permanentemente la vida del individuo; el establecimiento de relaciones de intimidad y compasión con los demás; y, finalmente, la capacidad para expresar sus necesidades mediante alguna tarea productiva que le de un significado a su vida.

4.3. LA TEORÍA ORGANÍSMICA DEL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD DE MASLOW

Abraham Maslow (1908 - 1970) fue un psicólogo norteamericano que contribuyó a institucionalizar la psicología humanística alrededor de la década de los sesentas, aunque a lo largo de su vida profesional extendió sus ideas más allá de la corriente humanista y el existencialismo, colocando las bases de lo que más tarde se llamaría la psicología Transpersonal o Cuarta Fuerza.

Su principal interés fue explicar el desarrollo de la personalidad saludable a través de una teoría de la motivación; teoría con la cual recogió la tradición funcionalista de William James y John Dewey; retomó el punto de vista dinámico de Freud y Adler; y se fusionó con el holismo que propone la psicología de la Gestalt.

A diferencia de muchos teóricos anteriores, Maslow desarrolló sus ideas estudiando a personas saludables y dotadas de un espíritu creativo, más que casos clínicos perturbados (Globe, 1991); con lo que propuso el concepto de autorrealización, con el cual intentó describir la personalidad de aquellos individuos que a los ojos de los demás eran considerados como personas brillantes; de quienes señaló que son adultos maduros que son percibidos por los demás como personas agradables, consideradas afectuosas en su vida íntima con los demás e incómodas frente a la crueldad y la injusticia; de individuos que han llegado a comprender y aceptar la vida lo suficiente como para mostrarse compasivos; que han superado los sentimientos contradictorios; que han hallado su vocación y han dado un sentido a su vida (Maslow, 1987).

4.3.1. LA NATURALEZA HUMANA

Según Maslow, el comportamiento humano se encuentra orientado por los motivos, es decir, deseos conscientes o impulsos que acercan al individuo a la cosa buscada. Los clasifica en dos grandes

grupos, los deficitarios y los de desarrollo. Los primeros, también conocidos como inferiores, son aquellos que se dirigen hacia la satisfacción para la actualización básica del individuo y con ello para dar continuidad a su desarrollo en cualquiera de las dimensiones de su naturaleza, pues incluyen, además de las necesidades biológicas, necesidades psicológicas de seguridad, de amor, de pertenencia y de estimación. En cambio, los segundos o superiores, son los que *"dentro del proceso de crecimiento y una vez atendidas las necesidades básicas, tienden hacia la búsqueda de la satisfacción de placeres superiores tales como la producción, la creación, la inspiración, la bondad, el amor altruista y los valores holísticos"* (González, 1988, p. 23). Las necesidades de desarrollo se comprenden dentro del término general de actualización, las cuales son parte constituyente de los seres humanos, tanto como las necesidades básicas.

Maslow consideraba que el ser humano, mientras está vivo, se encuentra en perpetuo desarrollo, por eso una vez que ha cubierto sus necesidades básicas, tiende naturalmente a la satisfacción de necesidades de mayor valor, que no están relacionadas directamente con su supervivencia como organismo biológico, sino como ser trascendente.

Por supuesto que bajo estos principios sobre la motivación, se encuentra un concepto particular de la naturaleza humana que es conveniente explicitar: en primer lugar, Maslow señala, obviamente, que los seres humanos somos seres inacabados al momento de nacer, que poseemos una naturaleza esencial instintiva que se manifiesta a través de inclinaciones y tendencias naturales que buscan la constante autorrealización del individuo. Estas inclinaciones, se manifiestan a través de un conjunto de necesidades que se reflejan en diversas dimensiones que conforman la naturaleza humana, como son, la biológica, la psicológica, la social y la trascendente; además agrega que la existencia y la manifestación de estas necesidades es independiente de la raza, la cultura y el contexto social o familiar de los individuos.

En segundo lugar, otra características de la naturaleza humana es la tendencia natural a la autorrealización, es decir, a la actualización y realización de las propias potencialidades (desde el equilibrio fisiológico hasta las capacidades y los talentos) en diferentes momentos y grados; algunas de esas potencialidades representan contenidos reprimidos de la conciencia que fuerzas internas al individuo y de su contexto, le han obligado a eliminar del campo de su conciencia. Asimismo señala que, si por alguna razón la persona no puede actualizar sus recursos y potencialidades, en cualquiera de sus dimensiones, surge la personalidad anormal (Maslow, 1987).

Así, para Maslow las conductas destructivas de la personalidad, responden a la imposibilidad de la persona para satisfacer sus necesidades, tanto las de déficit como las de desarrollo; además indica que la obstaculización en la realización del individuo, lo conduce a la enajenación, es decir, en palabras de González (1988): *"separarse de su propio ser, al dividirse, se olvida de desarrollar ese potencial natural que posee para llegar a ser él mismo. Depende del medio para subsistir y en esta lucha se hace egoísta, individualista, competitivo y alienado, empleando prácticamente toda su energía vital en resolver sus necesidades materiales más urgentes y relegando a un segundo plano las necesidades superiores, no materiales, o metanecesidades que también son naturales y básicas. La enajenación no permite al ser humano comportarse como lo que es. Al ser incapaz de poseerse a sí mismo, se convierte en esclavo de las circunstancias. Esto no significa que el ser humano que se vive motivado por sus instintos sea únicamente y esté condenado a vivir dominado por éstos sino que él es algo más, tiene la capacidad de trascenderlos y llegar a ser"* (p. 77).

No obstante, a pesar de todos los obstáculos que el medio le impone al individuo, la tendencia natural al desarrollo predomina sobre aquellos, siempre y cuando logre darse cuenta de su posibilidad de autodeterminarse más allá de las circunstancias y sus acciones sean conducidas por un acto de voluntad

consistente. Con lo anterior, Maslow pretende señalar que la autorrealización y la trascendencia, constituyen las metas más importantes del ser humano.

4.3.2. LA TEORÍA DE LA MOTIVACIÓN Y LA JERARQUÍA DE LAS NECESIDADES

Como mencioné anteriormente, para Maslow las necesidades humanas se ubican en niveles que reflejan diferentes grados de potencia. Así, cuando un nivel de necesidades se satisface en cantidad suficiente, el siguiente nivel más alto, emerge, se manifiesta o se convierte en el foco de atención en la conciencia de la persona. De esta manera las necesidades inferiores, que se encuentran en primer lugar para el ser humano, son cubiertas en primer lugar y únicamente cuando éstas han sido satisfechas la persona puede empezar a experimentar las necesidades de autorrealización.

Así, de las necesidades inferiores a las superiores tenemos: en primer lugar, las fisiológicas, que son las más potentes y al mismo tiempo, las que tienen menor significado para la persona autoactualizante; estamos hablando concretamente de las necesidades de liberación de sed y hambre; de dormir; de sexo; de refugio; de alivio del dolor y de mantenimiento del equilibrio fisiológico. La privación persistente y prolongada de estas necesidades básicas puede atrofiar de forma sustancial las necesidades superiores, aunque es conveniente aclarar que este punto aún provoca mucha controversia, como lo veremos cuando revisemos la teoría de la personalidad de Viktor Frankl, en quien este argumento es contrario e incluso sustenta gran parte de los resultados de sus investigaciones. Lo cierto es que en condiciones "normales", su frustración puede ocasionar graves "enfermedades psicológicas", por ejemplo, alguien puede beber o comer para aliviar una tensión, más que para satisfacer una pulsión vital, propia de su desarrollo evolutivo.

Ascendiendo en la escala de las necesidades humanas encontramos las de seguridad, éstas, son tan potentes como las fisiológicas; incluyen una serie de necesidades relacionadas con conservar y

mantener el orden y la seguridad, así tenemos por ejemplo, la necesidad de tener estabilidad, la necesidad de tener protección, la necesidad de estar libre de peligro, la necesidad de depender de alguien y la necesidad de un futuro predecible. Si no se les satisface de manera adecuada se les tiende a sobrevalorar provocando en el individuo un miedo tal, que la inmovilizan y frenan la manifestación de las necesidades de desarrollo que implican cambio y arriesgar la seguridad. Para evitar que esto último ocurra, Maslow señalaba que es necesario educar a los niños en ambientes adecuadamente protectores y suficientemente estructurados, hasta que hayan aprendido suficientes habilidades para hacer frente a la tensión.

Enseguida encontramos las necesidades de amor y pertenencia, en las cuales Maslow incluye una gran variedad de necesidades orientadas socialmente, como son las necesidades de: amigos, de compañeros, de una familia, de identificación con grupos y de intimidad. Maslow señala que aunque es particularmente evidente durante la adolescencia y la adultez temprana, la frustración de este tipo de necesidades a cualquier edad puede causar los más graves trastornos psicológicos. La única forma de evitarlos, es impedir la privación del amor en la persona, pues cuanto más dure la privación, mayor y más perdurables serán sus efectos. Maslow señalaba que una falta de amor durante los primeros dieciocho meses de vida del niño puede impedir permanentemente la necesidad y la expresión de amor, pues no habiendo recibido amor, no puede responder ni expresar ella misma amor. El resultado, entonces, puede ser una grave distorsión en el desarrollo de la conciencia, que culmina en una falta de valores sociales y éticos.

Es importante señalar que, las consecuencias de esta falta de satisfacción son muy sutiles y por lo mismo no se detectan tan fácilmente; la persona simplemente puede reportar que experimenta una inquietud o ansiedad más o menos frecuente sin una causa claramente identificable por ella.

Continúan en la pirámide de Maslow, las necesidades de estimación, vinculadas con la experiencia de valía personal y el respeto de los otros; estas necesidades se clasifican en dos conjuntos fundamentales: a) las que se refieren al amor propio, al respeto a sí mismo, a la estimación personal y a la autovaloración; y b) las de respeto de otros, como son la reputación, el prestigio y el reconocimiento, entre otras. La falta de satisfacción de alguna de estas necesidades puede producir trastornos graves de la personalidad, aunque su forma más frecuente es un sentido de inferioridad, que bloquea toda la acción y en general afecta toda la personalidad del individuo.

Por encima de estas necesidades tenemos las necesidades de autoactualización, que se refieren a aquellas tendientes a la realización de las potencialidades de la persona, las cuales pueden ser, la necesidad de aquello para lo cual se está en mejor aptitud, la necesidad de satisfacer las propias capacidades personales y la necesidad de ampliar el horizonte del aprendizaje de sí mismo, de los otros y de la realidad en su conjunto. A diferencia de las otras, éstas varían de un individuo a otro, no sólo en cuanto a la actividad, sino también en cuanto a la forma de satisfacerlas, pues con ellas, se pretende satisfacer la naturaleza individual. De acuerdo con Dicaprio (1996), un aspecto fundamental de la autoactualización de las personas que se autoactualizan es que *"desean ser libres para ser ellas mismas... no son revolucionarias, radicales, anarquistas, ni van contra su cultura. Ejecutan sus requerimientos culturales debido a su sentido del deber, pero cuando tal práctica interfiere seriamente con su autoactualización, fácil y libremente reaccionan contra ellas"* (p. 367).

Finalmente, en la cúspide de su pirámide, Maslow coloca las necesidades de trascendencia, es decir, aquellas relacionadas con el sentido de comunidad, de contribuir con algo al desarrollo de la humanidad y con el sentido de obligación hacia otros basada en las propias capacidades o virtudes. Las personas que tienen cubiertas estas últimas necesidades parecen tener una misión o vocación, algo fuera de sí mismas a lo cual entregan todos sus esfuerzos y toda su creatividad, la cual se potencializa

exponencialmente cuando la persona encuentra algo que la trasciende, algo por que vivir. Sin embargo, su satisfacción no sólo depende de que se encuentren lo suficientemente cubiertas las otras, sino que se cumplan ciertas condiciones sociales mínimas que permitan que el individuo expanda su conciencia a través de la movilización de sus recursos personales más profundos.

Además, a diferencia de las otras, estas necesidades no implican una reducción de tensión, más bien tienden a aumentar la tensión cuando son satisfechas, en tanto que su privación, puede ocasionar serios trastornos en la estructura misma de la personalidad del individuo, ya que su falta de satisfacción crea en la persona un sentimiento de vacío, no obstante que todas las demás necesidades se encuentren satisfechas. Así, muchas personas se quejan de falta de sentido de vida, en lo rutinario de su existencia, sin encontrar interés en nada. En opinión de Maslow estos sentimientos son causados por las condiciones sociales de la actualidad, debido a la rapidez de la vida, la pérdida de raíces y de contactos sociales íntimos y perdurables con las demás personas; quizá es por eso que se han incrementado los graves trastornos psicológicos en la población, pues la persona deja de desarrollar valores como la generosidad, la consideración y el respeto a los demás.

De acuerdo con Maslow, las patologías provocadas por la privación de este tipo de necesidades, que atrofian el desarrollo de la personalidad en general, incluye el hecho de que las personas se vuelven incapaces de amar a nadie profundamente, ni disfrutar de nada, ni son capaces de ver el valor real de sus logros personales; todo ello se manifiesta en persistentes sentimientos de soledad, depresión, enajenación, vacío, falta de dirección y de sentido. Es conveniente señalar, también, que las necesidades de conocer y comprender las necesidades estéticas de orden, simetría y cierre, se ubican en los más altos niveles de motivación, aunque no se precisan claramente, pues no les asigna un lugar específico en su jerarquía de necesidades.

Finalmente, Maslow sugirió que las necesidades humanas están sujetas a la distorsión, como se puede comprobar con el desarrollo de trastornos de la personalidad. En otras palabras, las personas aprenden a apreciar cosas que son contrarias a su desarrollo y actualización, por eso, para que esto no ocurra es necesario crear ambientes constructivos y flexibles que promuevan la actualización permanente del individuo, pues supone que las emociones sensibles, pese a que son innatas, son también débiles y no tan completas como los impulsos básicos, por tal motivo, necesitan apoyo para que puedan manifestarse; mínimamente, ese apoyo debe promover la satisfacción completa de las necesidades básicas.

4.3.3. CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS ACTUALIZADAS

De acuerdo con Maslow, cuando la persona experimenta la satisfacción más o menos constante de sus necesidades, adopta ciertas características de personalidad que le permiten no sólo mantener su estado de satisfacción, sino continuar actualizándose y expandiendo su conciencia.

Algunas de las principales características de este tipo de personas son las siguientes:

1. Muestran habilidad para percibir la realidad como se manifiesta, no como desean o esperan, es decir, no permiten que sus deseos o expectativas distorsionen las observaciones que realizan
2. No experimentan fragmentación de su personalidad, divisiones o elementos aislados que funcionan por separado. No tienen conflictos en su conciencia y tal vez ello se deba a que han superado las dicotomías de la vida exterior e interior a través de la integración en su comportamiento
3. Son amistosos, humildes, generosos, solidarios, comprensivos, buenos escuchas, disciplinados y orientados hacia una actividad que consideran su vocación, por eso su trabajo les parece apasionante
4. Son creativos, flexibles, espontáneos y con una amplia disposición al aprendizaje

5. Son naturalmente expresivos, no sienten la necesidad de ocultar sus sentimientos, ni sus ideas, ni sus opiniones y mucho menos falsear su forma de ser
6. Tienen habilidad para mantenerse firmes ante sus convicciones e ignorar las críticas destructivas
7. Están siempre dispuestos a admitir sus errores y a renunciar a tener permanentemente la razón; son poco defensivos, pues están más comprometidos con la labor que tienen de proteger su yo
8. Son capaces de abandonar hábitos que ya no les son funcionales
9. Muestran un grado muy pequeño de autoconflicto, pues se encuentran más orientados a cumplir con su misión o vocación
10. Se experimentan competentes con un alto sentimiento de aceptación personal
11. Se muestran independientes, aunque al mismo tiempo, con la capacidad de disfrutar a la gente
12. Son propensos a fincar nexos muy íntimos sólo con un pequeño grupo de personas, lo cual no les impide entregarse plenamente a todos aquellos con quienes entran en contacto
13. Son tolerantes con respecto a las limitaciones ajenas
14. Aunque sufren momentos de culpa, ansiedad, tristeza e incertidumbre, como cualquier persona, su estado natural es más bien el sentido del humor positivo, que les ayuda a enfrentar los malos momentos
15. Son amorosos, aunque les gusta la soledad y es por eso que afrontan saludablemente la separación y la muerte (Goble, 1991)

Bajo estas características y, aunados a ellas, se pueden encontrar según Maslow (1987), una serie de valores denominados valores del ser o tipo B, los cuales fomentan la autorrealización y trascendencia en la persona. Estos son los siguientes:

1. Totalidad, es decir, la orientación hacia la integración de lo individual, el orden y la trascendencia de la dicotomía

2. Perfección, en términos de, tendencia a la equidad, la justicia y la adecuación
3. Completud, esto es, inclinación a la realización plena
4. Justicia, es decir, orientación al orden y a la legalidad
5. Vivacidad, en términos de tendencia a la espontaneidad, la autorregulación y el pleno funcionamiento
6. Riqueza, esto es, inclinación a la diferenciación y la complejidad
7. Simplicidad, es decir, la orientación a la búsqueda de lo esencial
8. Belleza ontológica, en términos de tendencia a lo esplendoroso, a la rectitud y a la forma armónica
9. Bondad, esto es, inclinación a la honestidad y la benevolencia
10. Originalidad, es decir, la orientación a la individualidad y la novedad
11. Facilidad, en términos de tendencia al esfuerzo sencillo y el funcionamiento óptimo
12. Recreación, esto es, inclinación al deleite y a la exuberancia
13. Verdad, es decir, orientación a la realidad, la honestidad y la integridad
14. Autosuficiencia, en términos de tendencia a la autonomía y a la autodeterminación

4.3.4. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD SALUDABLE

Para que se lleve a cabo en el individuo un proceso de integración de su personalidad sana y que así desarrolle los valores tipo B y despliegue el conjunto de comportamientos, actitudes y sentimientos vinculados con las personas autorrealizadas, es necesario, en primer lugar, que exista un ambiente de libertad, en el cual la persona pueda hacer y expresar las más íntimas experiencias de su yo; un ambiente de seguridad psicológica que le permita palpar, además de la libertad para ser y escoger, la justicia, la honestidad y el orden.

En un ambiente así, la persona desarrollará una personalidad bien consolidada, con un alto grado de autoconocimiento y autoestima; una capacidad óptima para identificar cuando una característica puede

ser considerada una necesidad básica, la cual debe cumplir lo siguiente: su ausencia provoca la enfermedad; su presencia la previene; su reimplantación cura la enfermedad; y su aparición provoca que la persona se oriente hacia ella.

Asimismo, en un medio ambiente apropiado, es decir, con una dosis de obstáculos que no causen un daño estructural a la personalidad la persona desarrollará la capacidad para identificar conscientemente sus necesidades vitales; aprenderá a decidir por sí misma y sabrá como afrontar y manejar el dolor. En síntesis, un ambiente adecuado, es aquel en el que lo que sobresale por encima de cualquier otra cosa, es el amor, es decir, la cercanía afectiva entre las personas, más allá de las circunstancias que impone la cultura, las limitaciones personales y la vida en general.

Si estas condiciones se cumplen entonces se desencadena un proceso de desarrollo humano pleno, el cual se puede resumir en la forma siguiente:

- a) El niño en su natural espontaneidad, se proyecta hacia el medio circundante con curiosidad e interés, movilizando todos sus recursos y desarrollando sus habilidades
- b) En la medida en que se ve libre de amenaza del miedo, se siente bastante seguro para atreverse a avanzar
- c) Comienza a probarse en el mundo, a adecuar sus acciones y reacciones para satisfacer de forma positiva, completa y óptima sus necesidades
- d) Paulatinamente comienza a enriquecer su ser, experimentando plenamente la realidad que lo rodea y afirmando su capacidad de actuar siendo él mismo su centro de valoración
- e) Todo ello le va dando la sensación de control y seguridad para continuar su desarrollo
- f) Si se presenta alguna situación dolorosa aprenderá a acercarse a ella sin miedo y paulatinamente la afrontará de forma que continúe su crecimiento hacia adelante, es decir, aprenderá a sacar ventaja de lo desagradable (Maslow, 1954)

En caso de que las condiciones arriba mencionadas no se cumplan, el proceso de desarrollo humano descrito no se llevará a cabo, sino que por el contrario, se desarrollará lo que Maslow llama la enfermedad mental, que consiste en la imposibilidad de la persona para identificar y satisfacer de forma benéfica para ella, sus necesidades básicas, pues la persona está disminuida en lo más humano que hay de ella; es incapaz de desplegar su talento; presenta una óptica errónea de todo, tanto a lo interno como a lo externo; vive una existencia tediosa y vacía que nunca llega a desarrollar métodos eficaces para relacionarse con los demás; y aunque intuye que algo anda mal dentro de sí, todos los intentos que hace para salir de allí por sí misma satisfaciendo sus necesidades básicas, son generalmente fallidos. Lo anterior puede resumirse en que, la no satisfacción de las necesidades básicas genera síntomas psicopatológicos y que, en cambio, su consumación produce personalidades plenas, autorrealizantes y trascendentes, en una palabra, sanas.

4.4. TEORÍA DEL SÍ MISMO Y EL FUNCIONAMIENTO PLENO DE ROGERS

Carl Ramson Rogers (1902 - 1987), fue un psicólogo norteamericano, que como he señalado con anterioridad, revolucionó el campo de la psicoterapia al proponer una novedosa y original forma de acercarse al proceso de cambio de las personas que acuden a solicitar ayuda psicoterapéutica. Sin embargo, la importancia de sus ideas trasciende el campo de la psicoterapia, pues si bien es cierto que sus formulaciones teóricas comenzaron con el intento de buscar un ordenamiento en el proceder psicoterapéutico, en la medida en que sus concepciones sobre el ser humano se fueron afinando, comenzó a tomar cuerpo una teoría de la personalidad y más tarde, una teoría de las relaciones interpersonales.

A medida que evoluciona filosófica, conceptual y metodológicamente, su modelo es aplicado a otros campos del quehacer humano. De esta manera, a partir de 1964 Rogers y sus colaboradores en la Jolla en California, se dedicaron a analizar las implicaciones de sus descubrimientos y las formulaciones

básicas del enfoque en los grupos (Rogers, 1990), la familia (Rogers, 1989), la educación (González, 1987), el trabajo (Gordon, 1988), la comunidad (Gómez, 1992), las relaciones internacionales y la solución de conflictos interinstitucionales, intergrupales e interpersonales (Rogers, 1989; Rogers, 1991). Finalmente, desde 1982 hasta su muerte, ocurrida en 1987, Rogers y sus colaboradores más cercanos se dedicaron a trabajar por el desarrollo de la paz mundial a través de la aplicación de los principios del enfoque a las relaciones diplomáticas internacionales (Lafarga, 1992).

En realidad el enfoque de Rogers se compone de varias teorías que pueden ser analizadas con independencia, y como en este trabajo es de interés lo relacionado con el desarrollo de la personalidad, a continuación presentaré una descripción de la teoría de la construcción del Sí mismo, que él propone.

4.4.1. TEORÍA DEL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

En primer lugar, es conveniente señalar que en esta teoría, Rogers intenta detallar la naturaleza general del desarrollo saludable; dice que en ella intenta mostrar como la personalidad es el resultado del encuentro entre el campo fenoménico de la experiencia de la persona y la estructura conceptual del yo. Si dicho encuentro se logra plenamente, Rogers dice que representa la liberación de la tensión y la ansiedad interna, *"esto, señala, representaría lo máximo en una adaptación orientada en forma realista; establecería un sistema individualizado de valores, con una considerable identidad con el sistema de valores de cualquier otro miembro igualmente bien adaptado de la raza humana"* (1988, p. 327).

Efectivamente, desde el punto de vista del Enfoque Centrado en la Persona, el ser humano es un ser por naturaleza libre, social, progresivo, realista y racional; que en su comportamiento se expresa cooperativo, constructivo, positivo y leal; pero que debido a la frustración de algunos impulsos elementales de seguridad, aceptación y amor, y a que vive en un ambiente social generalmente

amenazante y hostil, desarrolla conductas antisociales como la competencia, la dependencia, la destructividad y la irracionalidad (Rogers, 1957).

Toda esta dinámica del comportamiento humano es dirigida por la *tendencia actualizante*, es decir, una inclinación inherente a la persona que lo encamina hacia la independencia, el crecimiento y el desarrollo. Rogers considera que diariamente somos testigos de las manifestaciones de esta tendencia, no sólo en el ser humano, sino en todos los seres vivos; los cuales siguen una pauta de evolución que los lleva de simples células germinales dependientes de otro organismo vivo, a su maduración como organismos autónomos e independientes. Lo que es más aún, Rogers, considera que en el Universo se manifiesta de múltiples formas esta misma tendencia, de tal suerte, que la materia inorgánica se transforma en orgánica, y, ésta, a su vez, se complejiza cada vez más evolucionando de los organismos unicelulares a los seres pluricelulares que poseen sistemas de organización cada vez más complejos (Rogers, 1980).

Otra tendencia básica con la que el ser humano nace y que comparte con todo el Universo, es la *Tendencia a la diferenciación*. Dicha tendencia se puede observar muy claramente en los organismos vivos desde su primera división cigótica hasta la génesis del organismo independiente. Primero, se diferencian las células, después, los tejidos y, por último, los diferentes sistemas y aparatos, yendo siempre, de lo simple a lo complejo, de lo homogéneo a lo heterogéneo, de lo general a lo específico, de las funciones únicas a las funciones especializadas (Rogers, 1980).

De esta tendencia a la diferenciación se forma lo que Rogers llama la *Naturaleza básica*, es decir, los atributos inherentes a cada conjunto de seres comunes que los caracterizan como una especie particular (Rogers, 1957) y que en el ser humano se expresan de la siguiente manera:

Cuando el niño nace, se actualiza constantemente mediante la satisfacción de sus necesidades y la interacción con su medio físico y social como un todo organizado que valora flexiblemente sus experiencias como positivas a negativas, según lo ayuden o no a mantenerse vivo y actualizado. Por ejemplo, si tiene hambre, valora la leche positivamente, pero en cuanto su necesidad queda satisfecha su valoración cambia a negativa y entonces rechaza el alimento. Así, el organismo recién nacido, mediante su interacción con el mundo, asimila y valora las experiencias que le afectan, siendo él mismo su *Centro de valoración* (Rogers, 1947).

Parte de estas experiencias comienzan a ser simbolizadas conscientemente como *autoexperiencias*, que se diferencian del organismo total en lo que comúnmente se conoce como *Self* o *Sí mismo*. Con su florecimiento, el Self, despierta en el individuo la necesidad de ser aceptado y considerado positivamente por los otros, diferenciándose, con ello, un nuevo centro de valoración de las experiencias y de las autoexperiencias: el *Centro de Valoración Externo*. Este concepto es muy importante porque, como en un principio el individuo depende para la satisfacción de sus necesidades de otras personas, la necesidad de consideración positiva que proviene de los otros adquiere tal fuerza que la valoración orgánica que en un principio guiaba su desarrollo queda subordinada a la valoración externa. Cuando no existe un equilibrio entre ambos centros de valoración el individuo puede perder el contacto con sus sensaciones y experiencias orgánicas, pues aprende a evaluar una experiencia personal con base, tan sólo, a las valoraciones de los otros. Por ejemplo, al nacer su nuevo hermanito, un niño experimenta sentimientos de rechazo hacia él porque le roba gran parte de la atención de sus padres, teniendo que negar esos sentimientos pues ellos le dicen que: "los niños buenos deben querer a sus hermanitos para que sus papás los quieran". Si el niño es expuesto a ese tipo de educación y cariño condicional con mucha frecuencia y, no se le proporciona la oportunidad de reconocer sus sentimientos, con el tiempo el contacto con sus sensaciones reales y primigenias queda prácticamente bloqueado (Rogers, 1962). De esta forma se crea una discrepancia básica entre los

conceptos fijos de Sí mismo que el individuo asimila a partir de los otros y lo que realmente experimenta a cada momento. A dicha discrepancia fundamental Rogers la llama *Incongruencia* (Lafarga, 1991).

Dada la importancia que tienen para comprender el desarrollo de la personalidad, las nociones de incongruencia y Self, las analizaremos a continuación con mayor detenimiento:

Como parte de su naturaleza básica, el ser humano desarrolla la capacidad de *autoconciencia*, es decir, la capacidad de percibirse a sí mismo en la realidad. Podemos decir que gracias a esta capacidad de autopercepción el organismo humano se convierte en persona, ya que por ello es capaz "*...no sólo de sentir dolor como los animales sino de experimentar sufrimiento, que es la experiencia consciente del dolor, es capaz no sólo de sentir placer o satisfacción como los animales, sino de gozar, que es la experiencia consciente del placer, es capaz no sólo de sentir atracción como los animales, sino de amar, que es la experiencia consciente de la atracción*" (Lafarga, 1991, p. 18). Cuando el individuo adquiere esta capacidad, la imagen que construye de Sí mismo se convierte en el factor fundamental de su desarrollo psicológico.

La imagen de Sí mismo que el individuo construye puede estar asociada con sentimientos de estima y afecto o con sentimientos de rechazo. Por ejemplo, si en sus relaciones primarias, es decir, con sus padres, sus hermanos y otros con los que tiene contacto desde pequeño, el niño se experimenta a sí mismo como querido, gustado, aceptado y valioso, los sentimientos asociados con el Self serán de aprecio y aceptación, lo que generará en él, un buen grado de *autoestima*. Por el contrario, si el niño se experimenta como no aceptado, ni querido, ni gustado, ni capaz, los sentimientos asociados con la imagen de sí mismo serán de desagrado, generando un alto nivel de *autorrechazo*.

Las pautas de conducta emanadas de un Self que se autoestima y uno que se autorrechaza serán obviamente muy distintas; las primeras, tenderán a promover la autorrealización del individuo mientras que las segundas causarán insatisfacción y rechazo constantes. Cuando el niño se experimenta aceptado, su tendencia actualizante lo lleva hacia la satisfacción de sus necesidades a través de un proceso de autorregulación interna que lejos de hacerlo un ser egoísta, como muchos han creído, lo hace un ser más sociable, racional, cooperativo, satisfecho, y capaz de establecer relaciones interpersonales satisfactorias. En cambio, cuando el niño se experimenta rechazado, es conducido por su tendencia actualizante hacia el desarrollo de conductas pseudo-adaptativas, éstas son rígidas y poco espontáneas al ser producto de experiencias que generaron una imagen empobrecida de sí mismo (Lafarga, 1991).

Cuando esta imagen se asocia con sentimientos negativos intensos, y cuando el organismo no encuentra otros satisfactores en la misma experiencia para compensar la creciente desestima propia, sus recursos se movilizan en un proceso autoprotector de negación o distorsión que da origen a lo que se conoce como *comportamiento disfuncional* (Lafarga, 1991). Comprender este tipo de comportamiento es importante porque es el núcleo de la incongruencia y por ende, de la mayoría de los problemas psicológicos, así que considerémoslo más a fondo:

Como los sentimientos asociados con la experiencia de uno mismo son el núcleo de la existencia, mantener y aumentar el agrado con dicha experiencia es, lógicamente, una necesidad psicológica básica o como dice el Dr. Lafarga "... es la fuerza motivacional de la conducta humana y la manifestación tangible de un impulso orgánico hacia el crecimiento" (Lafarga, 1991, p. 19). Por lo tanto, podemos estar seguros de que las experiencias del organismo que son sentidas y simbolizadas como agradables son asimiladas, mientras que las experiencias experimentadas como desfavorables, no pueden ser integradas cuando existe un Self que se autorrechaza, sino, por el contrario, son ignoradas,

negadas o distorsionadas. En síntesis podemos decir que un Self autorrechazante, lejos de integrar las experiencias desagradables a su experiencia global, tenderá a negarlas para mantener su estabilidad.

Resultará más claro ahora porque cada persona percibe de manera diferente fenómenos que en apariencia son objetivos, pues cada una codifica de manera distinta experiencias que son similares en la realidad tangible. Por ejemplo, la experimentación de sentimientos de enojo ante una frustración puede ser expresada por una persona con claridad, si y sólo si estos sentimientos le producen una imagen favorable de sí misma. Al reconocer la frustración y aceptar el enojo, el grado de satisfacción consigo mismo le permite expresar dichos sentimientos con claridad y honradez, lo cual quiere decir que tendrá la potencialidad de expresar su enojo adecuadamente, es decir, sin ocasionar u ocasionarse daño. Esto sin duda alguna generará una mayor autoestima y relaciones interpersonales reales. Sin embargo, otra persona podría experimentar los mismos sentimientos de enojo, pero si estos le producen una imagen desfavorable de si misma, expresará que sólo experimentó una pequeña molestia, alterando su experiencia a través de la distorsión parcial de sus sentimientos. Una tercera persona que experimenta la misma frustración y los mismos sentimientos que las dos anteriores, puede no admitirlos, es decir, negar que los experimentó para mantener así la estima de sí misma.

Es importante mencionar que ninguna de las dos últimas personas descritas tuvo la intención explícita de engañarse o engañar a los demás, sino únicamente, distinta *capacidad perceptual*, es decir, diferente habilidad para integrar en el campo de su conciencia elementos de su propia experiencia (Lafarga, 1991).

Debido a que cada individuo desarrolla una capacidad perceptual diferente, el proceso de selección de las experiencias será amplio o estrecho según posea la persona una amplia o estrecha capacidad perceptual. Además, entre más estrechos y rígidos sean los sistemas de selección, menor número de

experiencias entrarán en el campo de la conciencia y esto generará una diferencia entre lo que ocurre y lo que la persona percibe que ocurre.

Cuando la persona se percata, al menos intuitivamente, de esta diferencia que además le es molesta, podemos decir que se encuentra en un *estado de vulnerabilidad psicológica*; dicho estado pudo ser ocasionado por la experimentación de algún hecho significativo, es decir, por la ocurrencia de algún acontecimiento que la llevó a darse cuenta de cierta insatisfacción o de una falsa satisfacción. Por ejemplo, la muerte de un familiar del cual la persona se había hecho dependiente, la ruptura de una relación que le daba seguridad, estabilidad y sentido a su vida; el nacimiento de un hijo con deficiencia mental o alguna alteración física; un cambio en las condiciones familiares, sociales, económicas, culturales o el descubrimiento de sentimientos de hastío, soledad, insatisfacción y desamor. En momentos así, los patrones de comportamiento con los que la persona había respondido comúnmente le resultan obsoletos y se le hace imperante la necesidad de experimentar una transformación.

En cambio, cuando los sistemas de selección de las experiencias son naturalmente amplios y flexibles, esto es, cuando durante su desarrollo la persona no ha tenido que distorsionar o negar elementos de su experiencia para mantener la estima de los demás y la propia, sus simbolizaciones son más simples y eso le permite continuar desarrollándose con el mínimo de incongruencias y de obstáculos, pues cuando el ambiente físico o social le impidan la satisfacción de sus necesidades, es capaz de reconocer y compensar dichas frustraciones con patrones constructivos de conducta que no sólo mantendrán alto su nivel de congruencia sino que aumentarán su autoestima. Esta persona no sólo obtendrá un beneficio personal sino que será capaz de convivir mejor con el mundo que la rodea y podrá mantener relaciones reales y genuinas que promoverán el desarrollo de las personas con las que se relaciona o relacionará.

Una de las cuestiones que se formuló Rogers vez tras vez a lo largo de toda su vida, fue como ayudar a la persona disfuncional a reestablecer el contacto con su experiencia, a ampliar su campo perceptual y a generar una autoestima saludable, que le permitiera vivir y relacionarse con los demás satisfactoriamente. Como producto de sus investigaciones aprendió que la disfuncionalidad surge en el ámbito de las relaciones interpersonales, pues es en y a través de los otros, que la persona se construye.

El campo de relación en el que Rogers investigó por primera vez esto, fue como sabemos, en la relación psicoterapéutica, por lo que sus hipótesis fueron planteadas en términos de una relación de esta naturaleza. El primer elemento del que habla, es la *actitud* del terapeuta mediante la cual se expresan ciertos ingredientes que facilitan el desarrollo de las personas: la congruencia, la empatía y el interés positivo incondicional.

Por *congruencia* se refiere a que los sentimientos que el psicoterapeuta experimente sean accesibles a él en su conciencia, es decir, que sea capaz de identificarlos y comunicarlos si es apropiado: *"...ser auténtico en la relación de ayuda con el cliente sin que ello signifique ser desconsiderado con él cuando tengo sentimientos de aburrimiento o desinterés al estar con él, no es fácil, puesto que implica conocer la corriente compleja de experiencias que ocurren dentro de uno mismo y reconocer que ese sentimiento de estar aburrido, por ejemplo, se encuentra en mí y no es culpa del cliente... Así, si logro decir al paciente esto como una reacción mía, tiene la potencialidad de conducirnos hacia una relación más profunda, ya que estoy compartiendo con él, una sensación que me permitiría estar más en contacto con él, pues no significaría una barrera que impidiera la comunicación"* (Rogers, 1962, p. 130).

Por *empatía* entiende el esfuerzo constante que hace el psicoterapeuta por percibir y hacer sentir al cliente que así lo hace, los significados privados y personales del cliente como si el terapeuta fuera la persona, pero sin nunca perder de vista la cualidad del "como si". Implica sentir la confusión, el miedo

de la persona y poder reflejar que se percibe enojo, confusión, miedo o cualquier otro sentimiento que se haya percibido, para que el cliente se vaya haciendo consciente de sí mismo y logre contactar su experiencia real. Pero, para que la persona logre ampliar su percepción y volcarse sobre su experiencia con la ayuda del psicoterapeuta, necesita sentirse en un clima de calidez emocional. Aquí entra en juego la tercera cualidad que menciona Rogers: *el interés positivo incondicional*.

Con dicha noción, el autor se refiere a una actitud cálida y afectuosa que el terapeuta crea auténticamente y en la cual hace sentir a la persona que la acepta con sus limitaciones, ideas, sentimientos y pensamientos; significa que sin que el terapeuta tenga necesariamente que coincidir con los pensamientos, sentimientos, actitudes o valores del cliente, haga sentir que los comprende. Implica no cambiar la actitud y que no se emitan juicios de valor ni positivos ni negativos, a menos que el cliente lo solicite y entonces, deberá quedar claro que se trata de la apreciación subjetiva del terapeuta.

Es importante que estos ingredientes no sean tan sólo estrategias de la persona para establecer una relación interpersonal sino producto auténtico de una forma particular de percibir al ser humano. Efectivamente, la persona cuya orientación filosófica avanza en dirección a un mayor respeto por el individuo y sobre la creencia en la capacidad del mismo para manejar su vida de una manera constructiva, puede establecer fácilmente una relación interpersonal enriquecedora para él mismo y para los demás.

Todos estos elementos juntos, permiten, según Rogers, el contacto de la persona disfuncional con su experiencia, pues al establecer una relación que se caracteriza por seguridad psicológica, ausencia de amenazas, completa libertad para ser y escoger; el individuo comienza a mirarse sin temor a ser juzgado o criticado y re-aprende a ser él mismo su propio centro de valoración, con lo cual comienza a ampliar su campo perceptual y a manifestar una modificación no sólo en su actitud sino en su comportamiento, alcanzando un mayor grado de congruencia y autoestima.

4.4.2. TEORÍA DEL FUNCIONAMIENTO PLENO DE LA PERSONA

Como he señalado, si la necesidad de consideración positiva y la necesidad de consideración negativa de sí mismo se gratifican, la tendencia innata a realizar las potencialidades y la capacidad del individuo para simbolizar de manera adecuada a nivel conciente se expresan sin obstáculo y ello permite el funcionamiento óptimo de la personalidad. El individuo que funciona de manera plena presenta, según Rogers (1991), las siguientes características:

1. Está abierto a su experiencia y, por tanto, no manifiesta conductas defensivas
2. Todas sus experiencias son accesibles a la conciencia; es decir, pueden ser simbolizadas de manera adecuada
3. Sus percepciones son tan exactas como lo permiten los datos de su experiencia
4. La estructura del yo es congruente con la experiencia
5. La estructura del yo es una Gestalt fluida que se modifica con flexibilidad en la asimilación de nuevas experiencias
6. El sujeto se percibe como centro de valoración y el proceso de valoración es continuo y organísmico
7. El proceso de valoración no está sujeto a condiciones externas (valoración condicional) y, por tanto, se experimenta un sentimiento de consideración positiva incondicional de sí mismo
8. Es adaptativo y creativo
9. Descubre que es capaz de valoración autónoma y que ella representa una guía para lograr conductas más satisfactorias
10. Dado que la consideración positiva recíproca es gratificante, el individuo vive en armonía con los demás

4.4.3. PRINCIPIOS BÁSICOS DE SUS CONCEPCIONES

Con la exposición de estos principios, podremos captar mejor la teoría del desarrollo de la personalidad de Rogers y la teoría sobre el desarrollo pleno de la personalidad. Los principios del Enfoque Centrado en la Persona, son los siguientes:

Primero: la tendencia a la realización, definida como tendencia biológica, innata, que lleva a la diferenciación, mantenimiento y superación del organismo, constituye su sustrato motivacional.

Segundo: en virtud de esta tendencia, el individuo trata de ser lo que es, es decir, busca la plenitud mediante la aceptación de Sí mismo y sus más diversas experiencias; es capaz de concebirse como un proceso en cambio permanente y logra una coherencia entre sus intenciones y su conducta.

Tercero: cada persona es plena en un sentido muy específico para ella; en este sentido es singular e irrepetible.

Cuarto: para llegar a esta plenitud es necesario pasar por un proceso, a veces doloroso, que implica: a) lograr una simbolización progresiva de todos sus sentimientos y experiencias; b) en este proceso es importante la libertad del individuo para la toma de decisiones.

Quinto: el proceso que ubica en las decisiones del individuo el desarrollo de su plenitud, es un regreso a la confianza en el organismo. El organismo resulta más sabio que el intelecto y, de esta forma, las reacciones orgánicas son la base para las decisiones. Este proceso desaloja de manera progresiva la valoración incondicional y las pautas introyectadas. En última instancia, ello significa la confianza en la tendencia a la realización.

Sexto: como una especie de corolario del punto anterior, se definen los valores sanos y verdaderos para el individuo, los surgidos o aceptados por su organismo.

Séptimo: todo este proceso es la única base adecuada para la relación interpersonal. Ésta debe posibilitar el enriquecimiento del individuo; e individuos más plenos y ricos son capaces de establecer mejores relaciones.

Octavo: para que la relación interpersonal adopte estas características es necesaria la aceptación positiva del otro y la empatía. El ser comprendido resulta gratificante, y el comprender también, sólo así el vínculo se hace sólido y enriquecedor.

4.5. EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD DESDE LA ÓPTICA DE ERICH FROMM

Erich Fromm (1900 - 1980), fue un psicólogo norteamericano considerado como psicoanalista humanista porque en toda su obra trata temas relacionados con la identificación, la comprensión y el desarrollo de atributos estrictamente humanos. Los escritos de Marx, el Antiguo Testamento Judeo-Cristiano, el Psicoanálisis y el Budismo, son la base de su pensamiento.

Fromm ve lo común del budismo, del cristianismo, del marxismo y del psicoanálisis, en que todas estas corrientes de pensamiento animan al ser humano a vivir en el ser, es decir, a estructurar la sociedad de tal forma que pueda desarrollar sus fuerzas interiores.

Al contrario de otros filósofos, que son de la opinión de que el ser humano sólo puede llegar a la autorrealización a través de la comprensión intelectual, Fromm opina que la autorrealización del sí mismo no sólo se produce a través de un acto del pensamiento sino también mediante la realización de toda la personalidad, a través de que el ser humano exprese activamente todas sus posibilidades emocionales e intelectuales (Fromm, 1986).

Supone que el "ser" del ser humano se diferencia mediante las diversas formas de existencia histórica. En correspondencia con esta diferenciación entre una naturaleza humana en general y la naturaleza del ser humano definida de forma histórica, Fromm señala dos necesidades: las necesidades constantes, por ejemplo, la sexualidad y el sueño, como partes integrantes de la naturaleza humana, que pueden experimentar, de acuerdo a la cultura, expresiones distintas; y las necesidades relativas, por ejemplo, el dinero, la estética, los valores, que no son partes esenciales de la naturaleza humana, sino que aparecen como expresiones de determinadas estructuras de comunicación (Fromm, E. 1997).

De este modo, el ser humano está dotado desde su nacimiento de las necesidades constantes que se desarrollan, entonces, según la situación histórica, o se amplían más adelante con las necesidades relativas específicas de la estructura de la sociedad. Asimismo, Fromm construyó una concepción de la naturaleza del ser humano basada en dos características, por un lado, la decreciente determinación del comportamiento por los instintos y, por otro, el crecimiento del cerebro, especialmente del neocórtex; incluso a este respecto, señaló, como la gran parte de los pensadores marxistas, que la base material del comportamiento, es el cerebro.

Desde su perspectiva, el ser humano dispone, por una parte, de una conciencia de sí mismo, y por otra, de razón, es decir, de la capacidad de reconocer el ser de las cosas y no sólo su objeto. De este modo, el ser humano es simultáneamente parte de la naturaleza que le rodea y es separado de ella; de la misma manera, al ser consciente de sí mismo, reconoce su impotencia y la limitación de su existencia.

Junto a esta dicotomía entre la vida y la muerte Fromm menciona otra: la existente entre el desarrollo de todas las posibilidades que laten en el ser humano y la brevedad de la vida, es decir, se llega a un conflicto trágico entre el derecho de cada uno a realizar sus posibilidades y el tiempo de vida del que dispone.

Otra dicotomía existencial, que forma parte de la naturaleza del hombre, consiste en que se encuentra solo y está simultáneamente en relación: está sólo en cuanto es un ser único que no es idéntico a ningún otro y que es consciente de sí mismo y de todas formas no puede soportar estar solo, sin relación con sus congéneres (Fromm, 1986). La única solución al problema de esos dilemas existenciales, es hacerles frente; debe hacer esto, sin tener la certeza de que las cosas se desarrollarán de forma positiva; debe entrar en la incertidumbre y comprender que su vida tiene tan sólo el sentido que él le haya dado, mediante el desarrollo de sus fuerzas: viviendo de forma productiva (Fromm,1985).

Sin embargo, esta situación conduce al ser humano a vivir una perturbación permanente de su equilibrio interno, es decir, a vivir siempre entre el equilibrio y el desequilibrio; y justamente así es como se le puede definir mejor, mediante las contradicciones que su existencia le impone y que llevan en sí la posibilidad de su superación.

Para enfrentar la vida de forma adecuada, el individuo, tiene primero, que ser conciente de por lo menos las cinco necesidades distintivamente humanas que Fromm propone, pues su calidad de vida, dependerá en gran medida, de la forma en que satisfaga estas necesidades:

1. De relación: es decir, de establecer profundos lazos productivos con las demás personas, para superar sus sentimientos de soledad, angustia y aislamiento
2. De trascendencia: se refiere a fomentar y mantener el control de su propia vida y crear elecciones conscientes para acrecentar su libertad
3. De raíces: esto es, de ensamblarse con el mundo desde las tradiciones, las costumbres y los rituales
4. De sentido de identidad: significa que la persona tiene que aprender a identificar su lugar en el mundo, los roles con los que quiere transitar por la vida
5. De estructura: se refiere a encontrarle un sentido, una dirección, un propósito y un orden al mundo en el que vive

Si logra identificar y asumir estas cinco necesidades, entonces estará en posibilidades de desarrollar concientemente sus valores, sus acciones, sus actitudes, sus pensamientos y sus sentimientos hacia la construcción de su propio destino. En caso contrario desarrollará diferentes formas de disfuncionalidad psicológica, que no sólo lo afectarán personalmente a él, sino que provocarán desajustes en el grupo social al que pertenezca; por eso es que, señala Fromm, la promoción y el mantenimiento de la salud mental, es una responsabilidad que el individuo tiene con sus congéneres (Fromm, 1999).

Vivir de acuerdo a sus propios valores y enfrentando las dicotomías de la existencia, sólo se hace posible cuando la persona ha ampliado el campo de su conciencia, que, de acuerdo con Fromm, es el medio regulador de la personalidad que hace posible que la persona reflexione y evalúe su conducta y sus actitudes personales, a partir de juicios que tienen dos tipos de origen: prescripciones interiores que tienen poco que ver con las necesidades de la persona y, evaluaciones basadas en los ideas y valores de la persona, altamente relacionados con sus necesidades humanas básicas.

Así, Fromm distingue dos tipos de conciencia, la autoritaria y la humanista. La primera, obstaculiza el desarrollo y el funcionamiento de la persona en general, pues conduce a la falta de compromiso del yo, debido a que se encuentra suprimido. Por el contrario, la conciencia humanista fomenta el desarrollo, la libertad, la espontaneidad y la satisfacción de los potenciales del yo (Dicaprio, 1996), pues se rige a través de preceptos basados en las obligaciones del Sí mismo para con él.

A pesar de que la conciencia humanista, es la que se rige en conformidad con las necesidades humanas básicas y reales de la persona, ésta no las sigue en ocasiones, de hecho muy frecuentemente, en nuestra sociedad occidental, debido justamente a que la forma en que se encuentra organizada esta última, promueve mayormente el seguimiento de valores externos a la persona, que ni siquiera tienen un beneficio social, sino que sólo benefician a unos cuantos seres, que han sucumbido ante el temor, la ansiedad y la angustia, que genera la existencia libertaria del hombre; refugiándose en el disfrute del

placer momentáneo y la posesión material, en lugar de buscar la felicidad, es decir, según Fromm, esa respuesta orgánica, que se manifiesta por una mayor vitalidad, bienestar físico y, la movilización biofílica de sus potencialidades.

4.5.1. LAS ORIENTACIONES DE LA PERSONALIDAD

Fromm considera la personalidad como compuesta de características de comportamiento, de carácter y tipos de carácter. Por características de comportamiento quiere decir las que puede identificar un observador y que se hacen patentes sobre las características de carácter. Las de carácter constituyen el núcleo de la personalidad y son la fuente de cierto número de características de comportamiento. El carácter de una persona se vuelve fijo y representa formas habituales de pensar, sentir y actuar. Los tipos de carácter pueden ser productivos o no productivos. La manera en que una persona percibe, piensa, siente y actúa se determina por la naturaleza de su tipo de carácter en vez de la evaluación racional de las situaciones.

Así, desde el punto de vista de Fromm, cada una de las orientaciones no productivas, representan un tipo de carácter defectuoso, como producto del fracaso del individuo por hacerse cargo de su vida, en cada periodo específico de la misma. Las orientaciones no productivas pueden clasificarse en: receptiva, de explotación, de atesoramiento y de mercadeo. En la orientación receptiva, la dependencia en otros no se sobrepasa, así la relación con los otros es unilateral, el individuo recibe o espera recibir, en lugar de establecer una correspondencia entre dar y recibir.

Los aspectos negativos de este tipo de orientación son, la falta de iniciativa, la sumisión, el orgullo, la falta de principios, la falta de confianza en sí mismo, el planteamiento de metas irrealistas, la debilidad en el carácter y el sentimentalismo. Sus aspectos positivos son, la capacidad de aceptación, la

responsabilidad, la capacidad de dedicación, la modestia, la capacidad de adaptabilidad, el ajuste social, el idealismo, la sensibilidad, la amabilidad y el desarrollo de la ternura.

En el caso de la orientación de explotación, el sujeto no aprendió a distinguir entre las reglas que debe acatar y sus propios derechos, para llevar una vida social y psicológicamente funcional. Así, el rasgo dominante del carácter de una persona que no hizo esta distinción es la explotación de los demás, la falta de empatía.

Sus rasgos negativos son, la hostilidad, el egocentrismo, la arrogancia y la seducción; mientras que los rasgos positivos por los que se distingue esta orientación, son la tendencia a ser propositivo y tomar la iniciativa, el orgullo, la impulsividad y la confianza en sí mismo. En la orientación de atesoramiento, la persona adquiere una compulsión al ordenamiento de los sucesos de la vida; sus rasgos distintivos son la rigidez y el apego a la rutina, con lo cual inhibe la espontaneidad y la creatividad. Los aspectos negativos de esta orientación son, la inhibición de la imaginación, la avaricia, la suspicacia, la frialdad, el aletargamiento, la ansiedad, la indolencia, la obsesión y la posesividad. Y sus rasgos positivos son, la tendencia a ser práctico, cuidadoso, reservado, paciente, precavido, estable, ordenado, metódico y leal. Finalmente la orientación de mercadeo, según Fromm, surge de una sobreidentificación con los preceptos socioeconómicos de la sociedad capitalista, donde el tema principal es el valor del otro como una mercancía más, con la cual se puede negociar en una transacción comercial o mercantilista.

Sus aspectos negativos son, el miedo a la soledad, la falta de un rumbo, la relatividad, la falta de tacto, la falsa intelectualidad, la indiferencia, el oportunismo y la falta de principios y valores; en tanto que los aspectos positivos son, la sociabilidad, la apertura a la experiencia, la eficiencia, la curiosidad, la inteligencia, la adaptabilidad, la tolerancia, el ingenio, la generosidad, el sentido y propósito dirigidos y la mente abierta. Es importante señalar que Fromm considera que estas orientaciones no son mutuamente excluyentes, por el contrario pueden fusionarse y formar estilos de vida particulares con

rasgos muy específicos que van de la improductividad extrema a la productividad, porque todas ellas, pueden ser elevadas al fin positivo del *continuum* si las tendencias constructivas de la personalidad han sido socialmente estimuladas en la persona.

4.5.2. LA ORIENTACIÓN PRODUCTIVA Y EL DESARROLLO DE LA ACTITUD AMOROSA

Cada orientación está constituida por una dimensión que no es productiva y otra que sí lo es, de hecho, la orientación productiva, está constituida por los elementos positivos de las orientaciones no productivas.

Fromm indica que la orientación productiva de la personalidad, es un modo de relación con el mundo en el cual desarrollamos y utilizamos nuestras potencialidades tan plenamente como es posible a través de dos elementos básicos, el saber y el amar. A través del conocimiento podemos conocer a las cosas y a las personas, y por medio del amor experimentamos nuestra relación con el mundo.

El modo de vivir productivo, se caracteriza también porque está orientado hacia la vida, es decir, es una orientación biófila; asimismo, la persona vive, más que teniendo, siendo, es decir, la participación de la persona en el mundo se distingue por el compromiso y la experimentación. Para experimentar el modo productivo de vivir, la persona tiene que permear su vida con el amor, que es la única forma en que verdaderamente puede el ser humano, resolver su condición de separación y soledad. Sin embargo, lamentablemente muchas personas tratan los requerimientos del amor en forma equivocada: buscan ser amados en lugar de amar, consideran el amor una experiencia intensamente emocional y tienden a buscar tan sólo el placer y el gozo.

Por el contrario, Fromm señala que amar implica mucho más que una reacción emocional, es un proceso activo de la personalidad total que hace entrar en juego el pensamiento, el sentimiento y el

comportamiento; se podría decir que el amor en esencia, es una actitud ante la vida que la persona debe cultivar comúnmente para que florezca en todas las dimensiones de su ser. De hecho, dice Fromm, el amor es una función de la conciencia, tan significativa que cualquier anomalía en él provocará un desajuste en todas las áreas de la personalidad.

En su libro *el arte de amar*, Fromm señala que hay al menos cuatro requisitos que hay que cultivar para hacer brotar el amor:

1. Disciplina, es decir, entregarse verdaderamente a las personas y a las actividades de tal manera que las circunstancias, cualesquiera que éstas sean, no puedan constituir un obstáculo para dejar de realizar la entrega total a la actividad o al otro.
2. Concentración, la cual califica como una condición indispensable para el dominio del arte de amar, que implica centrar todas nuestras fuerzas, en la persona o la actividad objeto de nuestro interés. La concentración permitirá que se construya con él o lo otro, una relación de profunda intimidad.
3. Paciencia, es decir, dar el tiempo necesario para que se desarrolle la capacidad de entrega y de intimidad que se espera lograr con el objeto o la persona a quien se prodiga amor. Quizá lo más importante de esta cualidad tiene que ver con la paciencia que consigo misma debe tener la persona para poder iniciar su intento por desarrollar su capacidad de amar.
4. Preocupación, condición con la cual Fromm quiere dar a entender que se debe mostrar un interés concreto y directo en la actividad o persona en quien se está procurando el amor, de tal suerte que pueda ser palpable y que permita el desarrollo del compromiso y la intimidad.

Estos cuatro requisitos deben estar acompañados por un elemento sustancial, la voluntad, es decir, la tendencia interior a esforzarse por alcanzar una meta, en este caso, desarrollar una actitud ante la vida

que promueva por sí misma la vinculación, el compromiso, la intimidad, en síntesis, el amor a la vida (Fromm, 1997).

4.6 LA VOLUNTAD DE SENTIDO DE VIKTOR FRANKL

Viktor Emil Frankl (1905 - 1997) fue un médico austriaco que se dedicó a la psiquiatría desde sus inicios profesionales; fundó la logoterapia o, como diversos autores la denominan, la "tercera escuela vienesa de psicoterapia", después de las de Freud -el psicoanálisis- y de Adler -la psicología individual-

Frankl, a diferencia de Freud, que veía en el ser humano un ser natural, guiado por el deseo de placer sin tener en cuenta su carácter espiritual; o frente a la psicología individual de Adler, en la que impera el deseo de poder; interpreta al hombre como un ser llamado a la trascendencia, que en último término y propiamente está buscando un sentido, está siempre orientado hacia algo que él mismo no es, ya sea hacia una misión que realiza o a otro ser humano con el que se encuentra; el hecho mismo de ser hombre lo invita a ir más allá de el mismo; precisamente esta trascendencia constituye la esencia de su existencia.

La teoría de Frankl considera al hombre en tres aspectos o dimensiones: somático o físico, mental o psicológico y el espiritual-existencial. Los dos primeros están relacionados estrechamente, formando en conjunto el continuo psicofísico, el cual contiene factores innatos y constitucionales como son los impulsos. En cambio, la tercera dimensión, es decir la espiritual, es la característica fundamental de la existencia humana, más aún, es la que distingue al hombre de los animales. Por eso la búsqueda de sentido es más que un derecho inalienable del ser humano, es la esencia misma de su humanidad. Si la reprime en su interior, encontrará el vacío existencial, pero si se consagra en esta búsqueda verá su vida no solamente plena de sentido sino asimismo de los beneficios derivados de una existencia

significativa, entre los cuales se encuentran la paz espiritual, la estabilidad mental y la capacidad de desarrollar un proyecto de vida autotranscendente.

Sin embargo, a partir de la Edad Media la búsqueda de sentido se hizo más problemática, pues el ser humano, liberado de las tradiciones y del peso de una fe obligada, comenzó lentamente a padecer el problema de su identidad personal, de su colocación en el proceso histórico y del significado de asumir sus acciones en el vivir cotidiano. La pérdida del sentido aparece, en forma desconcertante y siempre más preocupante, con el surgimiento en nuestros días de posturas irracionales, con la caída de los valores como criterio y guía de las acciones, con la cantidad de situaciones problemáticas como la agresividad, el suicidio o la adicción.

Frankl asume que estamos viviendo un período de transición en el que los antiguos valores que motivaron al ser humano por siglos y milenios se encuentran vacíos para muchas personas. Las costumbres tradicionales han perdido viabilidad, estamos en un momento que resulta arduo de superar, en el que la persona tiene una enorme dificultad para encontrarse con sí misma en el mundo. Se puede decir, que la mayor parte de la gente, vive una fuerte crisis de identidad o pérdida del sentido de significado de los aspectos vitales de su vida.

Cuando el individuo pierde su significación, aparece una sensación de apatía, como expresión de su estado de aminoramiento de la conciencia; sin embargo, como no puede soportar mucho tiempo el vacío de esa separación de todo, se agarra a todas y cada una de las cosas que parecen ofrecer plenitud, sólo para un momento más tarde abandonarlas nuevamente, y continuar experimentando esa sensación de distancia, de alejamiento, de angustia y de apatía que lo acompañan de manera permanente.

Con base en los razonamientos anteriores y su experiencia de vida en los campos de concentración nazi como interno en algunos de ellos durante la segunda guerra mundial, Frankl propone un concepto del ser humano y una teoría sobre la naturaleza humana que esbozaré a continuación.

4.6.1. EL CONCEPTO DE SER HUMANO EN LA FILOSOFÍA DE FRANKL

De acuerdo con Pareja (1989), el concepto de ser humano frankliano se puede abarcar en siete principios básicos que explicaré a continuación:

1. El ser humano es único: Lo que quiere decir Frankl con este enunciado, no sólo es que no existe un ser humano igual a otro, sino que aunque ontológicamente se puede hablar de individualidad, antropológicamente podemos hablar de la unicidad del ser humano, más allá de aspectos sociales y culturales; aunque no deja de reconocer que el ser humano es un ser en situación y en ese sentido un ser histórico. La conciencia y el asombro del ser humano ante su ser único, son el principio de su crecimiento personal. Asimismo, Frankl señala que para comprender al ser humano hay que contemplarlo desde la totalidad de su esencia, es decir, desde la dimensión noética -espiritual-, que es la que lo hace ser humano. Esta dimensión constitutiva de él, es la que lo hace estar abierto al mundo, es decir, ser un ser autotranscendente, en tener la capacidad de salir de sí mismo, sin dejar de ser el mismo, para llegar al encuentro con las personas y las cosas.
2. El ser humano es irreplicable: A este respecto, Frankl refiere que una vez que la persona descubre que es única, se percata de que no es reemplazable, es decir, que tiene una misión que sólo ella tiene responsabilidad y libertad para realizar, es decir, fundamentalmente, la misión de cada uno es hacerse responsable de la realización de su existencia.
3. El ser humano está llamado a la libertad: con este principio, Frankl quiere señalar que pese a los condicionamientos de orden biológico, psicológico y social, el ser humano tiene la capacidad de tomar una actitud libre ante ellos, puede trascenderlos a partir de la búsqueda de un sentido más allá

de él. Con respecto a la libertad, Frankl señala que se trata de una libertad para algo, no sólo una libertad de, y eso es importante porque cuando el individuo comprende que su libertad está comprometida a algo trascendente, entonces adquiere la responsabilidad necesaria para iniciar su misión.

4. El ser humano está llamado a la responsabilidad: es decir, a responder ante sí mismo y de sí mismo, a los demás, a su grupo social, a Dios, a través de su propia conciencia. La responsabilidad, dice Frankl, le da al ser humano su lugar, su inserción en el mundo, es la esencia de su condición histórica y social, pues responder en sí mismo es un acto de trascendencia y de compromiso con la vida.
5. El ser humano está llamado a buscar un Sentido: la búsqueda de un sentido, es de acuerdo con Frankl, la motivación básica del ser humano, pues estar en el mundo como ser abierto, responsable y que decide, implica la búsqueda de significado, que acerca al individuo a su realización trascendente; este sentido trascendente lo puede encontrar en el trabajo o en el encuentro con las personas, como dice Pareja (1989) *"sólo en la medida en que somos capaces de salir de nosotros, sin dejar de ser nosotros mismos, y vamos al encuentro con el mundo, de las cosas y de las personas, en el aquí y ahora históricos, es que podemos rehumanizarnos y alcanzar aquella plenitud tan anhelada."* (p. 165). Si el ser humano no encuentra un sentido entonces desarrollará un sentimiento de vacío que Frankl bautiza como Vacío Existencial, muy cercano a la enajenación y la apatía.
6. El ser humano es finito: Con este principio Frankl quiere reconocer que el ser humano es un ser ubicado en el espacio-tiempo, que su posibilidad de autorrealización trascendente está limitada por el tiempo que tiene de vida, así que tiene que darse prisa para asumir las circunstancias de la vida con una actitud netamente humana, es decir, abierta y en constante movimiento hacia la realización plena de su conciencia. Y esto último sólo lo puede alcanzar a través de tres tipos de valores, los de

creación, los de experiencia y los de actitud. Más adelante hablaré de cada uno de estos tipos y su importancia en la realización del ser.

7. El ser humano es un ser abierto a la trascendencia: quizá ésta sea la conclusión a la que llega Frankl después de analizar la vida del hombre, al percatarse de su libertad, de su conciencia, de su responsabilidad, del sentido de su vida y de los valores que le subyacen. Toda esta naturaleza, le indica que el ser humano es un ser abierto y extendido hacia la existencia, que sólo cuando realiza esta potencia que tiene por el sólo hecho de ser humano, se puede decir que se humaniza en el sentido estricto del concepto.

4.6.2. LOS VALORES QUE FUNDAN AL SER HUMANO

Como lo indiqué arriba, de acuerdo con Frankl, existen tres tipos de valores con los cuales el ser humano puede guiar su vida: los valores de creación (dar), los valores de experiencia (recibir) y los valores de actitud.

Los valores de creación son elecciones conscientes que el ser humano hace de su trabajo o alguna actividad que lo trasciende en la cual deposita toda su necesidad de sentido; la respuesta que el ser humano da aquí es con la propia conducta, haciendo, ofreciendo e incluso ofreciéndose. Con esa actividad, el individuo crea e imprime su propia forma de ser y hacer en lo que logra y con ello transforma el mundo. Por supuesto que cualquier actividad de creación que el ser humano elija tiene que estar orientada por la convicción y el compromiso, de otra forma, se convertirá en un modelo enajenante que más que acercar al ser humano a su realización trascendente, lo obstaculiza.

Cuando el trabajo no tiene un significado para la persona, será presa fácil de la angustia, la neurosis e incluso la apatía, pues la actividad más que ser un espacio de autorrealización, se convierte con el tiempo en un refugio, una evasión de los problemas existenciales que todo ser humano enfrenta. Por

eso es necesario que el individuo se plantee con frecuencia el para-qué de sus acciones y comprobar si tienen una orientación valoral definida o solamente están respondiendo al miedo, al vacío existencial o al encuentro consigo mismo. Frankl señala también que la acción humana siempre se realiza con los otros e incluso a veces, muy frecuentemente, para los otros; pues es en la relación con el otro o con los otros -en comunidad- donde el ser humano se trasciende a sí mismo y donde el sentido de la individualidad halla su máximo valor. Lo que es más, la comunidad humana, el otro, no es algo opcional para alcanzar la plenitud humana, más bien, es algo que exige el ser interior de la persona. A este respecto Frankl, establece una diferencia entre masa y comunidad; de la primera dice que es un camino seguro hacia la despersonalización, la enajenación y el vacío existencial; en cambio la comunidad representa la unión de personas responsables que han asumido un compromiso consigo mismas y con los demás.

Con relación al segundo tipo de valores de que habla Frankl, es decir, los de experiencia y que se relacionan con el recibir, dice que son todos aquellos en los que el ser humano se muestra agradecido y conmovido por el regalo de la vida, del disfrute de la naturaleza, de la sensibilidad interior y de la capacidad para tomar lo mejor que la vida le da.

Con este tipo de valores, el ser humano demuestra su capacidad de recibir, de disfrutar de todo lo que la vida le da, así de las cosas y de los sentimientos que considera buenos, como de aquello que no considera tan gratificante. Son estos valores, los que permiten que la persona se acerque de verdad al Tú, en todo lo que tiene éste de único, irrepetible, libre, responsable y finito. Se puede decir que en ese encuentro Yo-Tú, es que el ser humano alcanza realmente el amor, pues el Yo descubre que puede amar a un Tú, como un ser así, como es; que puede comprender lo que es porque se ha compenetrado profundamente con él, se encuentra en comunión con él, en total apertura hacia la trascendencia de su ser. Finalmente, Frankl señala que para alcanzar esta dimensión valoral, es necesaria no sólo la relación

interpersonal, sino fundamentalmente la relación intrapersonal; es decir, la persona tiene que encontrarse a sí misma, amarse y procurarse comprensión y respeto, sólo así podrá continuar profundizando en su encuentro con el otro y con los otros -en comunidad-.

Sobre el tercer tipo, es decir, los valores de actitud, Frankl dice que se manifiestan sobretudo en las situaciones límite, donde el individuo no puede cambiar lo que le está ocurriendo. Aquí se trata de la postura valoral más activa de la persona, pues de lo contrario sería avasallado por algo más potente que él.

Estos tres tipos de valores surgen en el contexto del sufrimiento, la culpa y la muerte; es decir, en espacios en los que el ser humano debe demostrar su humanización, transmutando la dimensión trágica de su vida, en un crecimiento humano para sí y para los demás.

4.6.3. LA CONCEPCIÓN DE PERSONALIDAD FRANKLIANA

Para Frankl, el ser humano es un ser unitario que no puede dividirse en ciertas funciones inferiores para explicar las superiores, ni viceversa. Por el contrario, él señala que el verdadero ser humano comienza allí donde terminan toda comprobabilidad y fiabilidad, donde cesa toda determinación. La persona en sí, comienza en su actitud personal, en, para decirlo en sus propias palabras, "*la postura que adopte en cuanto persona ante cualquier disposición y cualquier situación*" (Frankl, 1965, p. 89).

Esta posibilidad, según Frankl, define la cuarta dimensión humana, es decir, la dimensión existencial, que está formada por los factores de espiritualidad, libertad y responsabilidad. Esta dimensión no puede ser reducida a las funciones psíquicas o somáticas, aunque reconoce que son la condición para su despliegue. Lo espiritual, noético o existencial, conserva su independencia relativa de lo biológico, lo anímico y lo social; y está presente en el comportamiento integral del ser humano, pues cada individuo

puede tomar una actitud hacia todos y cada uno de los elementos del medio, de la herencia o de los instintos, que pudieran presentar posibles limitaciones que se opongan al desenvolvimiento de la persona.

Sin embargo, el componente espiritual del ser humano no está completamente indeterminado, por el contrario Frankl señala que el ser humano es responsable ante una entidad que se encuentra detrás de su conciencia "atrayéndola" hacia su realización trascendente, esa entidad frecuentemente inconsciente no puede ser otro que Dios (Frankl, 1992).

4.6.4 LA PERSONALIDAD PATOLÓGICA

Para Frankl, el desarrollo de la personalidad está basado en la tendencia a la autorrealización trascendente a través de la búsqueda de sentido. Así, el ser humano puede enfermar psíquicamente por el sentimiento de la falta de sentido o por distorsiones de la tendencia a la autorrealización. Una manifestación de carencia de significado se manifiesta generalmente en una apatía compuesta de elementos como son la depresión, la hostilidad y la adicción en cualquiera de sus manifestaciones e intensidades. A este estado, algunos logoterapeutas contemporáneos le llaman anomia, es decir, un defecto en el sentido caracterizado además de los elementos mencionados arriba, por la apatía, la indiferencia y el aburrimiento (Friedberg, 1992).

Asimismo, Frankl y Maddi (citados en Friedberg, 1992) señalan que algunas variaciones de este estado son, una actitud efímera hacia la vida, una actitud fatalista ante todo lo que le acontece, una afiliación fanática a ciertas causas y el conformismo. Por otro lado, además los diferentes niveles de anomia pueden ser expresados en el vacío existencial, las neurosis noógenas, la difusión de la identidad y las depresiones endógenas.

El vacío existencial se debe a una triple pérdida, por un lado la pérdida de la sabiduría orgánica que guía a la persona a hacer lo que está más cercano a su naturaleza; en segundo lugar, la pérdida del valor del tiempo que el ser humano debe dedicarse a sí mismo para su desarrollo personal y, por último, la pérdida de la creencia en las tradiciones que le daban un sustento social y existencial para saber que hacer.

La neurosis noógena o neurosis depresiva, es la incapacidad de encontrar significación y sentido a la propia existencia. Este tipo de depresión derivada siempre de un hecho intempestivo y se caracteriza por la pérdida de la autoestima y por la intensidad de la depresión. Además, las personas dudan siempre de los sentimientos reales de quienes los rodean, aunque conservan una pequeña esperanza de que todo cambie. La depresión endógena, es una enfermedad somática y espiritual que quizá no tenga un motivo concreto e, incluso ni el que la padece puede explicarla. Los síntomas de este tipo de anomalía del sentido son: malestares físicos, apatía, tristeza, sentimientos de culpa, ansiedad, ideas delirantes, insomnio, pérdida del apetito y disminución de la libido y de la capacidad sexual, entre otras.

Por otro lado, lo difuso de la identidad se caracteriza por el deterioro de la capacidad para establecer relaciones íntimas, la hostilidad hacia los roles ofrecidos y considerados como deseables por la familia, incompatibilidad en los atributos de la personalidad, carencia de autenticidad y sensación de vacío interno a tal grado que no pueden estar solos.

Así mismo, Frankl también habla de neurosis colectivas, cuya patogénesis es de carácter social; este tipo de neurosis se definen por los siguientes síntomas: actitud de existencia provisional, fatalismo, pensar colectivista, es decir, el rechazo al surgimiento de personalidad dentro de una masa y fanatismo. Sin embargo, Frankl aclara que no toda frustración existencial da lugar a una neurosis o disfunción de la personalidad, es necesario que exista una afección somatopsíquica precedente a la frustración, es decir, la frustración existencial se intercala en una afección en curso. La enfermedad noógena, aunque

surge del espíritu, no es una enfermedad del espíritu, es una enfermedad del individuo en su unidad. En síntesis, como ya hemos podido comprender por lo arriba señalado, ni toda frustración existencial es patógena, ni toda neurosis es noógena. Por el contrario, bajo toda neurosis existe un componente constitucional.

4.7. CONCLUSIONES

A partir de las influencias filosóficas, teóricas y metodológicas que han determinado los modelos humanistas sobre el desarrollo de la personalidad y de sus características, con independencia de los matices de cada posición, en todas se dan, en una u otra medida, las siguientes características:

1. El ser humano es más que instintos o conductas: es persona, es decir, un ser con la capacidad de elegir conscientemente sus valores, de reconocer clara y responsablemente sentimientos, pensamientos y actitudes y buscar su desarrollo humano y su trascendencia, de manera plena, satisfactoria y funcional
2. La persona, en su singularidad, es irrepetible, por eso se interpreta de manera holística e ideográfica la personalidad
3. La persona es portadora de fuerzas hacia la autorrealización. Cuando estas fuerzas están bloqueadas aparece la disfunción
4. La autodeterminación es un mecanismo fundamental para el desarrollo psicológico, de ahí la sustitución de las causas por los propósitos e intenciones
5. Por igual razón, los valores ocupan una posición central en el desarrollo humano
6. Los valores están condicionados por las necesidades específicamente humanas
7. El ser humano es responsable de su vida y su futuro