

PSICODIAGNÓSTICO EXISTENCIAL.
XVI CONGRESO ARGENTINO DE LOGOTERAPIA
Septiembre, La Plata, 2001. Panel: "La Logoterapia y su
aplicación. Diagnósticos y tratamientos".



Lic. Alejandro De Barbieri Sabatino

INTRODUCCIÓN

En nuestra formación como psicólogos, se dedica mucho tiempo y estudio al aprendizaje del “psicodiagnóstico” o estudio de personalidad. Luego, como profesionales se nos solicita desde diferentes ámbitos un psicodiagnóstico, cada vez que un psiquiatra por ejemplo necesita esclarecer la personalidad de su paciente para realizar un buen tratamiento. Esta demanda también proviene desde las escuelas cuando se presenta el caso de un niño o adolescente agresivo o emocionalmente inestable, o viviendo la separación de sus padres.

En definitiva, parte de nuestro ejercicio profesional, junto con la psicoterapia es la realización de psicodiagnósticos. Hemos aprendido a realizarlos, en general, desde el paradigma psicoanalítico y a utilizar las técnicas e interpretarlas desde este paradigma.

Es por eso que quiero detenerme en la posibilidad de realizar lo que he llamado psicodiagnóstico existencial; es decir, un estudio de personalidad que incluya la tridimensionalidad del ser postulada por la logoterapia. Esto no implica utilizar exclusivamente técnicas propias de la logoterapia sino trabajar también con otras técnicas y “leerlas” desde nuestra antropología.

Para la realización de este psicodiagnóstico, propongo tomar en cuenta tres pasos fundamentales:

- 1º Establecer un encuentro existencial con el paciente
- 2º Aplicar técnicas logoterapéuticas y sumar otras técnicas
- 3º Trabajar en equipo interdisciplinario, junto a otros psicólogos, psiquiatras y educadores

Este “Psicodiagnóstico Existencial” podría también ser definido como “un modelo de abordaje existencial del proceso psicodiagnóstico”. No es un modelo acabado; lo he ido armando en base a lecturas y a materiales recogidos en congresos y se encuentra abierto a modificaciones.

1. EL ENCUENTRO EXISTENCIAL: LA “CHISPA DIVINA” DE LA RELACIÓN TERAPÉUTICA.

El terapeuta, estará con el paciente siempre en el mismo plano, el plano de la comunidad de la existencia. No hará del enfermo un objeto sino que verá en el enfermo una pareja existencial. Encuentro es un estar uno con otro en el presente propio, es decir, en un presente tal que se sazona totalmente a partir del pasado y que también lleva en sí, la posibilidad de futuro . Ludwig Binswanger[1]

En un trabajo anterior he presentado la propuesta de que el encuentro existencial entre paciente y terapeuta es la primera técnica con que cuenta el Logoterapeuta. Suelo pasar varias horas al día charlando

con personas, con gente que precisa ayuda y consuelo de todo tipo. Personas que sufren. Sufren por no encontrar sentido a sus existencia, por lo que han perdido, porque son incomprendidas, por sus afectos; sufren porque no pueden lograr lo que quieren, por temor a enfrentarse con su destino. Todo este sufrimiento necesita de nuestra comprensión, de nuestro estar-con-el-otro, padeciendo con él su dolor; no sufriendo por él, porque nadie puede sustituir a otro en su dolor. Nosotros sabemos que todo sufrimiento tiene sentido, y muchas veces nuestro trabajo se limita a acompañar a estas personas mientras no encuentran el sentido.

Nuestra tarea hacia la salud, es aumentar la capacidad de sufrimiento del paciente, la capacidad para lidiar con el sufrimiento y con los conflictos fundamentales de la persona.

Charlando con estas personas me he dado cuenta que realmente nuestro primer objetivo es establecer un encuentro existencial. Repasando mi trabajo en el consultorio, he tomado conciencia de que sin pretenderlo directamente, al buscar establecer este encuentro existencial con el otro, empleo las tres características fundamentales de las que hablaba Carl Rogers: la empatía, la autenticidad y la aceptación incondicional. Me he dado cuenta de que estos tres elementos son fundamentales para establecer un verdadero encuentro persona a persona. Charlando con estas personas me he dado cuenta que realmente nuestro primer objetivo es establecer un encuentro existencial. Repasando mi trabajo en el consultorio, he tomado conciencia de que sin pretenderlo directamente, al buscar establecer este encuentro existencial con el otro, empleo las tres características fundamentales de las que hablaba Carl Rogers: la empatía, la autenticidad y la aceptación incondicional. Me he dado cuenta de que estos tres elementos son fundamentales para establecer un verdadero encuentro persona a persona.

Si nosotros, los logoterapeutas insistimos en que la logoterapia suma, pues debemos saber frente a qué suma y cómo es esta “sumatoria de sentido”.

Por lo tanto, creo en primer lugar, que la logoterapia puede tomar como base para lograr el encuentro existencial, las tres actitudes fundamentales destacadas en el Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers.

Todos sabemos que la empatía es la capacidad de ponernos en el lugar del otro, pero como decía antes, esto no implica sufrir por él sino acompañarlo en su sufrimiento.

Por autenticidad, entendemos la capacidad del terapeuta para ser auténtico consigo mismo, con sus sentimientos y pensamientos. Esta cualidad lleva directamente a que el paciente perciba que nosotros estamos dispuestos a ser sinceros con él, y que si nos animamos a mostrarnos, él también puede hacerlo y puede ser auténtico.

En este punto entiendo que podemos agregar el concepto de autorrevelación como una forma de autenticidad. Este concepto refiere al momento en que el terapeuta elige revelar algo de sí mismo (un sentimiento, una anécdota, algo íntimo) y compartirlo con su paciente, con fines terapéuticos. (En este sentido vale la recomendación de la lectura del libro “Mamá y el sentido de la vida” en donde Irvin Yalom aborda este tema magistralmente).

La última actitud es la aceptación incondicional. Esta actitud nos resulta muy familiar en logoterapia. Aceptar al otro incondicionalmente, implica amarlo tal cual es (o tal cual se nos muestra). El otro, el hombre doliente debe sentir la certeza de que nosotros lo aceptamos en su sufrimiento. También debe percibir que aceptarlo no implica justificar su dolor ni justificar sus culpas sino comprenderlo y acompañarlo en el camino de trascender su padecer.

Binswanger decía que muchas veces el médico es responsable por “...la incapacidad de despertar o encender en el enfermo la “chispa divina”, que sólo se puede despertar o encender en la verdadera comunicación entre existencia y existencia...”

Este es nuestro desafío, establecer un encuentro genuino que permita encender la “chispa divina” y podamos “comunicarnos” con el otro.

Como dice el escritor Eduardo Galeano: “El mundo es eso –reveló-: Un montón de gente, un mar de fueguitos. Cada persona brilla con luz propia entre todas las demás. No hay dos fuegos iguales. Hay fuegos grandes y fuegos chicos y fuegos de todos los colores. Hay gente de fuego sereno, que ni se entera del viento, y gente de fuego loco, que llena el aire de chispas. Algunos fuegos, fuegos bobos, no alumbran ni

quemar; pero otros arden la vida con tantas ganas que no se puede mirarlos sin parpadear, y quien se acerca, se enciende.”

No sé si los logoterapeutas debemos hacer terapia personal o logoterapia para poder luego ejercer como tales; lo que sí se, que antes que nuestra propia terapia, quizá nuestro principal testimonio sea vivir una vida plena de sentido, arder con ganas para que el otro se encienda y se contagie de la alegría de vivir.

2. TÉCNICAS ESPECÍFICAS DE LA LOGOTERAPIA Y OTRAS HERRAMIENTAS COMPLEMENTARIAS.

“Uno de los mayores peligros en América es la tendencia a creer que la técnica en sí cambia a la gente, que cualquiera puede cambiar con sólo encontrar el método adecuado. A menudo esta fe sirve como sustituto del coraje interno para enfrentar la propia existencia, tanto en sus posibilidades trágicas como en las placenteras. Hacer es a menudo más fácil, y puede aminorar la ansiedad más rápidamente que ser”.
Rollo May[2]

La logoterapia es conocida dentro de la tendencia humanista-existencial de la psicoterapia, como la única “corriente existencial” que ha desarrollado sus propias técnicas. Son muy conocidas en este sentido la intención paradójica y la derreflexión. En este punto no abordaré estas técnicas sino aquellas que atañen específicamente a la Logoterapia, es decir, aquellos tests o cuestionarios que tomando como base la antropología frankliana, han sido creados para profundizar y abordar temas tales como el sentido de la vida, la libertad, la responsabilidad, la autotrascendencia, el autodistanciamiento, el sentido del sufrimiento, etc.

A continuación citaré brevemente los tests que aplico asiduamente en mi consulta y que forman parte del “cajón de herramientas” del Logoterapeuta.

HISTORIA DE VIDA:

Binswanger[3] afirma que el primer elemento es investigar la historia vital del paciente.

En todo proceso de psicodiagnóstico es muy importante abordar la historia de la persona, y su vivencias con respecto a lo que ha vivido.

En este punto me es de muchísima utilidad el Cuestionario sobre la historia de la vida de Arnold Lazarus.[4]

Se trata de un cuestionario muy completo que aborda desde los datos familiares, padres, madres, hermanos, enfermedades de la infancia, hasta los temores y miedos más importantes de la persona, ambiciones, aspiraciones, etc. Recorre su infancia, adolescencia, juventud y madurez. Aborda también la sexualidad y los aspectos religiosos.

Por último presenta a modo de “frases incompletas” una pequeña autodescripción que la propia persona debe llenar.

En suma, es un cuestionario concreto y rico en cuanto a la calidad e información que podemos obtener para conocer mejor a la persona.

LOGOTEST:

Es un test creado por Elizabeth Lukas, publicado por vez primera en el libro de Frankl La voluntad de sentido.

Sirve para medir la “realización interior del sentido en la vida” y la “frustración existencial”. Brinda información acerca del reconocimiento de un sentido en la vida por parte de la persona y de los contenidos en que se basa, o si su vida sufre una falta de sentido. Nos da datos respecto a la realización interior de sentido que ha logrado la persona y también una pronóstico presuntivo de cómo evolucionará.[5]

ESCALA DE LÄNGLE:

Es una escala existencial que valora la responsabilidad (como posibilidad de optar por lo que tiene mayor relieve, por lo más valorable), la libertad (como capacidad de optar), la autotrascendencia (como posibilidad de volcarse en la tarea y en los otros) y el autodistanciamiento (como posibilidad de separarse del sí mismo propiciando una existencia heterocentrada).

Señala Längle que la toma de postura personal ante el destino, juega un papel importante en la vida, en la medida en que la persona con buenos recursos propios puede hacerle frente a ésta de mejor manera en momentos críticos, como así en situaciones vitales difíciles.[6]

CUESTIONARIO PARA AUMENTAR EL CONOCIMIENTO SOBRE UNO MISMO (DEL DR. RICARDO SARDI):

Hace poco tiempo le pregunté vía correo electrónico al Dr. Sardi si seguía utilizando el cuestionario de la misma manera o si le había hecho algún cambio, él me respondió: “...yo lo considero de alta ayuda para conocer rápidamente a los pacientes y hacerlos tomar contacto con el clima del modo de trabajar existencialmente. Después de mucho tiempo lo sigo usando igual sin modificar nada, y que a pesar de habérmelo propuesto varias veces (hacer un estudio comparativo de respuestas ítem por ítem) por falta de tiempo no he llegado a concretarlo.”

Coincido plenamente con el Dr. Sardi en cuanto a que su cuestionario no sólo nos brinda información para conocer al paciente sino que también le vamos transmitiendo el “estilo” de “trabajar existencialmente”. Adjunto en el anexo copia del Cuestionario dado que he notado que es muy poco difundido.

LA PRUEBA DEL PROPÓSITO VITAL (PIL)[7]:

Según Crumbaugh, creador del PIL, esta prueba mide la “voluntad de sentido” y el “vacío existencial” de una persona. Esta prueba se divide en tres partes: la parte A está compuesta por 20 preguntas que investigan el grado en que una persona experimenta “propósito en la vida”. La parte B consiste en 13 ítems de “frases incompletas” y la parte C es una descripción biográfica sobre metas, ambiciones y esperanzas, planes futuros y motivación del pasado y del presente de la vida del paciente.

Este cuestionario es útil para:

- a.- detectar la presencia de vacío existencial en poblaciones tales como jubilados, alcohólicos etc; y a partir de ahí evaluar la posibilidad de tratamiento logoterapéutico.
- b.- investigar y medir el grado en que una persona ha desarrollado el sentido de su vida.

Cabe aclarar que este tipo de prueba no debe nunca ser usado en exclusividad para tomar decisiones importantes. Es útil como recurso de investigación y para detectar aquellos casos más comprometidos en su estabilidad psíquica.

En mi experiencia clínica, utilizo este cuestionario dialogando con el paciente, de modo tal que me permite ir profundizando las respuestas que la persona va dando en el momento.

GRÁFICOS:

En todo psicodiagnóstico la utilización de “gráficos” o “tests proyectivos” son de extrema utilidad. En el libro “Humanismo, Logoterapia y Proceso Psicodiagnóstico”, Marta Guberman nos introduce en el “mapa personal”. Esto fue para mí un gran descubrimiento. Siguiendo el proceso que esta autora desarrolla, quiero sumar el aporte del test Persona bajo la lluvia. Este gráfico cuya consigna simplemente es: dibuje una persona bajo la lluvia, es una técnica muy utilizada en el campo de la psicología laboral y organizacional.

Para la interpretación de este test, podemos seguir los mismos parámetros que esta autora plantea respecto al “mapa personal”. Por ser un test gráfico, podemos obtener datos que en general se obtienen de todo test

proyectivo, como son el emplazamiento, el trazo, la presión y la ubicación de la figura. Pero el elemento distintivo y específico que se investiga en esta prueba, es la presencia de los recursos defensivos con los que la persona cuenta o no, para enfrentar las presiones ambientales o familiares.

Para profundizar en esta prueba los remito a la lectura del libro Persona bajo la lluvia de Silvia Querol, en donde se detalla paso a paso la interpretación del gráfico.

T.A.T.:UNA VISIÓN HUMANISTA-EXISTENCIAL:

En las Primeras Jornadas de Logoterapia del MERCOSUR, que tuvieron lugar en Montevideo, se presentó un trabajo muy rico y profundo sobre el TAT. Este trabajo detalla una interpretación de cada lámina del TAT desde la antropología frankliana. Esta monografía me ha resultado muy útil en el trabajo con adolescentes en donde muchas veces se nos hace difícil “entrar a su mundo”. Igualmente, es de suma utilidad para el trabajo con adultos.

3. TRABAJAR EN EQUIPO

“¿Podemos estar seguros de que vemos al paciente tal como verdaderamente es, de que lo conocemos en su propia realidad; o estamos simplemente proyectando sobre él nuestras propias teorías?”[8]

Este proceso de “psicodiagnóstico existencial” se puede resumir en tres palabras: Ver, Comprender, y Acompañar.

Para realizar mejor este acompañamiento siempre es conveniente contar con un equipo que nos sirva de referencia en nuestro trabajo. El trabajar en coordinación con colegas, con médicos u otros profesionales, nos da la tranquilidad de “chequear” con otros nuestro enfoque.

Les relato brevemente un caso:

Se trata de una mujer de 22 años, que acude a la consulta manifestando síntomas típicos de una depresión. En el curso de las entrevistas se confirma que también otros profesionales la habían tratado en el pasado por depresión.

El encuentro existencial era difícil de establecer, no se lograba una toma de contacto con sus sentimientos; sentía que ella no estaba ahí presente en el aquí-ahora de nuestro encuentro. No lloraba ni expresaba angustia. Su discurso era predominantemente depresivo, “todo estaba mal”, la relación con sus padres, celos con sus hermanas, en el trabajo nadie la quería, no tenía amigos.

Sin embargo, se podía establecer una buena conversación con ella, y parecía que sólo esto le bastaba. Pero yo estaba realmente confundido, me parecía que se trataba de una depresión aunque no llegaba a comprenderla.

En este momento, decido derivarla para una consulta con una compañera de trabajo, psiquiatra y logoterapeuta. Mi amiga se entrevista con ella y esa misma noche me llama para decirme: “Alejandro, en cuanto entró, me di cuenta de qué se trataba y me di cuenta que tú no te habías dado cuenta. Se trata de un trastorno paranoide de personalidad”. Me quedé helado, pero algo me decía que tenía razón. Nos quedamos charlando un rato y fue recién entonces, que, con los “lentes” de la paranoia, pude ver a mi paciente. Hasta ese momento, yo no la estaba viendo, o estaba viendo según ciertos parámetros que me decían que seguramente se trataba de otro caso más de depresión.

Esto me sirvió muchísimo para poder acompañarla mejor. También le sirvió a la paciente quien se resistía a la medicación; salió del consultorio de mi amiga, contenta porque no estaba deprimida. Los síntomas de depresión, no desaparecieron del todo, ya que se sabe que una persona con trastorno paranoide puede pasar por un estado depresivo.

¿Para qué sirve todo esto? Sirve para ayudar mejor, para trabajar como decía anteriormente, buscando la sumatoria de sentido, pero sin dejar de lado lo biológico y psicológico que en esta situación, condicionaban mucho la posibilidad de establecer un verdadero encuentro existencial. En este caso, el trabajo en equipo nos permitió llegar a un diagnóstico acertado y lograr ver a la persona que teníamos delante, comprender su situación y acompañarla desde su realidad.

BIBLIOGRAFÍA

- Binswanger, Ludwig.** Artículos y conferencias escogidas. Ed. Gredos, Madrid, 1973.
- May, Rollo.** El dilema existencial del hombre moderno. Ed. Paidós, Buenos Aires, 1978.
- Fabry, Joseph.** Señales del camino hacia el sentido. Ed. LAG, México, 2001
- Frankl, Viktor.** El hombre Doliente. Ed. Herder, Barcelona, 1984.
- Frankl, Viktor.** La psicoterapia y la dignidad de la existencia. Ed. Almagesto, Bs As, 1991.
- Frankl, Viktor.** Psicoterapia y Humanismo. Ed. FCE. México, 1994
- Guberman, Marta.** Humanismo, Logoterapia y Proceso Psicodiagnóstico. Ed. San Pablo, Bs As, 1998.
- Guttman, David.** Logoterapia para profesionales. Ed DDB.
- Yalom, Irvin.** Mamá y el Sentido de la vida. Ed. Emecé
- Yalom, Irvin.** Psicoterapia Existencial. Ed. Herder, Barcelona, 1984.

Lic. Alejandro De Barbieri Sabatino

Psicólogo Clínico / Logoterapeuta Verdi 4220 / 103 CP 11400

(005982-6199099)

(00598-94303697)

Montevideo – URUGUAY

alejandro@logoterapia.com.uy

www.logoterapia.com.uy

Volver a Artículos Clínicos
Volver a Newsletter 12-ex-38