

ESCUELA INGLESA

AUTORA: LAURA ESTRADA



San Marcos

ÍNDICE

Introducción	3
Escuela inglesa.....	4
Principales representantes de la escuela inglesa.....	6
Emmy van Deurzen	6
Ernesto Spinelli.....	8
Escuela vienesa	10
Bibliografía.....	12

INTRODUCCIÓN

Las escuelas inglesa y vienesa brindan un importante empuje al modelo humanista existencial sus principales autores Víctor Frankl en la escuela vienesa, crea un modelo de psicoterapia donde le da el valor a la persona humana que otros enfoques no le daban.

Por su parte la escuela inglesa con autores como Spinelli que dentro de su

postura se destaca la importancia que le da al contenido del lenguaje, es decir, que en la terapia es fundamental la forma como se habla.

Escuela
inglesa



La escuela inglesa tiene sus bases en la filosofía existencial que fue estudiada en el primer eje y de acuerdo con Yaqui Andrés Martínez (2011) cuenta con autores como Emmy van Deurzen, Ernesto Spinelli y Hans Cohn, de Holanda, Italia y Alemania respectivamente, como sus principales representantes. Según sus posturas, la psicología existencial se diferencia de la psicología humanista en aspectos esenciales que los lleva a luchar por ser reconocidos de manera diferente, uno de estos es que la psicología existencial parte del estudio de la existencia, pero a diferencia de los psicólogos humanistas, no reconocen que el ser humano sea bueno por naturaleza, simplemente que existe; ante esto,

”

Para poder ser considerado “existencial”, un enfoque psicoterapéutico requiere tomar en cuenta el contexto ideológico, social, político, económico y cultural de la existencia de la persona (...) En otras palabras una psicoterapia existencial debe, según el punto de vista de la escuela, fundamentarse en el estudio de la existencia (...) la perspectiva existencial de la escuela inglesa está particularmente interesada en estudiar fenómenos humanos desde un punto de vista de la inter-relación (Martínez, 2011, p. 2).

Desde esta mirada, la psicoterapia existencial centra su interés en la experiencia que vive cada *ser-en-el-mundo*, razón por la cual enfatiza en la relación de encuentro, la investigación y el análisis conjunto, restando confianza al uso de técnicas o protocolos estandarizados. Aquí la dinámica vinculante y relacional es el centro del quehacer, pues a diferencia de las propuestas humanistas que enfatizan en la individualidad, desde esta perspectiva se trabaja el *ser-con-otro*, por esto el proceso terapéutico se va coconstruyendo a partir de una relación horizontal, teniendo roles igualmente importantes tanto el terapeuta como el consultante.

De acuerdo con Martínez (2011), la escuela inglesa se distancia de conceptos psicoanalíticos como los procesos intrapsíquicos o el inconsciente y se opone al **reduccionismo** de las personas a categorías de diagnósticos clínicos, aspecto que sitúa la terapia en otro nivel. La terapia entonces “se trata más de un encuentro de perspectivas, un análisis conjunto de existencia y los dilemas cotidianos, y una revisión de las diversas formas y estilos de relación que la persona desarrolla y despliega en su existencia” (Martínez, 2011, p. 7). Gracias a esto, la terapia no usa técnicas específicas para permitir que cada consultante encuentre sus propias respuestas desde una mirada fenomenológica, aunque esta no siga los preceptos socialmente establecidos por una cultura hegemónica dominante.



Reduccionismo

Corriente o método basado en la asunción que el mundo que nos rodea puede ser comprendido en términos de las propiedades de sus partes constituyentes. En la misma naturaleza del reduccionismo está implícito el procedimiento que le es propio para resolver problemas científicos: simplificar el problema descomponiéndolo en partes más simples mediante la eliminación de lo accesorio (Consuegra, 2010).

La visión antropológica que defiende la escuela inglesa es igual a la vista en el eje anterior, sin embargo, vale la pena resaltar que particularmente concibe a un ser humano que está constantemente en proceso de llegar a *ser*, no como alguien acabado, sino que

está en permanente construcción a partir de sus decisiones y elecciones personales que se ven reflejadas en su existencia, por esta razón se resalta la importancia de la unicidad de cada experiencia. En palabras de Martínez:

” (...) la persona es vista como una situación relacional, siempre cambiante, (...) que está siendo influenciada todo el tiempo por múltiples factores de naturaleza variante y extensa, y a la vez se encuentra influenciando a otros seres humanos en el proceso (Martínez, 2011, p. 8).

Principales representantes de la escuela inglesa

Son destacados los aportes de Hans Cohn, Freddie Strasser, Simon du Plock, Allison Stasser, Greg Madison, Emmy van Deurzen y Ernesto Spinelli, siendo estos dos últimos los autores con mayor reconocimiento dentro de esta línea, razón por la cual vale la pena revisar sus propuestas con mayor detalle.

Emmy van Deurzen



De acuerdo con su planteamiento, la terapia cumple la función de dar apoyo a las personas para enfrentarse a los retos de la vida cotidiana, pues no se trata de enfrentarse a situaciones necesariamente trágicas sino a los planteamientos que de manera frecuente la vida nos plantea. Aparentemente es algo que puede ser juzgado de superficial, pero en realidad cuenta con un trasfondo filosófico muy profundo, pues para ella, el malestar psicológico no es sinónimo de enfermedad, sino que evidencia un problema personal con la propia filosofía de vida, puesto que “si la persona cree que la vida “puede y debe ser perfecta”, cada problema trae a su vez una gran frustración, una desilusión masiva por la sensación de la “injusticia” de la vida y las “desafortunadas tragedias” que la acompañan” (Martínez, 2011).

Figura 1.

Fuente: by Astarkind - Own work, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=46910591>

En ese orden de ideas, el apoyo que se ofrece en terapia se enfoca hacia el análisis y la exploración conjunta de los dilemas de la existencia para darse cuenta la manera cómo los está afrontando, por eso su principal herramienta es el diálogo, pues a través de este se puede reconocer la postura ante la vida y la fuerza interior para responder a los retos que la vida misma plantea. Para lograr esto, el terapeuta debe ser honesto y auténtico, pues de esa manera logra resonar afectivamente con la experiencia del otro, ya que el objetivo es tomar conciencia de los dilemas y de las formas más constructivas para enfrentarlos, no necesariamente resolverlos.

Dentro de dicho análisis se profundiza en las tres dimensiones del ser que planteaba Binswanger, es decir, el Umwelt, el Mitwelt, el Eigenwelt y el Überwelt, que se explican a continuación:

Martínez (2011), describe cómo el Umwelt hace referencia a la dimensión física y corporal, incluyendo aspectos biológicos, químicos, fisiológicos, heredados, para lo cual se explora necesariamente la relación que cada uno establece con su cuerpo y cómo cuida o no su salud o su alimentación, por solo mencionar un ejemplo básico.

Por su parte, el Mitwelt se refiere a la dimensión social de cada persona, donde se indaga sobre la comunicación, el lenguaje y los roles en las formas de relacionarse, así mismo examina las emociones que se derivan de las relaciones con otros y con el mundo. El Eigenwelt tiene que ver con la dimensión psicológica que permite el autodiálogo, a través del cual nos relacionamos con nosotros mismos en el sentido más íntimo, para evaluar esta esfera se revisa el autoconcepto, autoestima y la forma cómo nos tratamos, ya sea de manera amorosa y compasiva o por el contrario de manera crítica y poco asertiva. Finalmente, el Überwelt corresponde a la dimensión espiritual donde se encuentran los significados e ideologías, y aquí es donde se indaga sobre el sentido de la vida.

En conclusión, para esta autora la terapia debe tener una base más filosófica que fisiológica, pues:

(...) la evitación del sufrimiento no puede ser un objetivo ni posible ni deseable para la terapia o para la vida misma. Van Deurzen considera que ganaríamos mucho más si logramos comprender los ciclos naturales de dolor y el gozo en la existencia (Martínez, 2011, p. 22).

Ernesto Spinelli

Martínez, (2011) plantea que este autor basa su trabajo en la exploración de lo **intersubjetivo**, enfatizando aún más que la autora anteriormente estudiada en la relación, aspecto que evidencia su fuente de inspiración y sus bases en el pensamiento de Martin Buber, así como las corrientes constructivistas y **construccionistas** sociales. Dentro de su postura se destaca la importancia que le da al contenido del lenguaje, es decir, que en la terapia es fundamental la forma como se habla.

Lo anterior sitúa al terapeuta frente a una gran responsabilidad con relación a su forma de ser, pues para él. esta es la que va a permitir grandes avances en el proceso ya que no confiere el papel protagónico a las técnicas o teorías aprendidas, pues cada uno las usa según su parecer, por eso el énfasis lo pone en el ser del terapeuta, invitando a un autoanálisis y autoconocimiento permanente para poder ayudar a otro. Desde esta mirada, los alcances de la terapia son importantes desde el plano humano, pues Spinelli plantea que el terapeuta debe adoptar una actitud fenomenológica de apertura hacia el otro, no para hacer que este cambie, ya que:

”

La meta de la terapia no consiste en hacer algo para el cliente, como animarlo a cambiar o a adoptar una mejor manera de vivir; sino ayudarlo a examinar, describir y clarificar su forma de experimentar su ser-en-el-mundo, de tal manera que sea capaz de elegir verdaderamente (...) e identifique las limitaciones innecesarias e improductivas para embarcarse en un proceso de transformación (Martínez, 2011, p. 25).

Para lograr acompañar al cliente en ese proceso, Spinelli propone tres pasos para aplicar el método fenomenológico, estudiado en el eje I. El primer paso es la Regla de la Epoché, que invita a “poner entre paréntesis” todo aquello que pertenezca al terapeuta como sus preconceptos, teorías ajenas a las vivencias de cada consultante, prejuicios, conocimientos y demás factores que impidan la actitud de apertura hacia el otro. El segundo paso es la Regla de la descripción, que invita a construir una descripción conjunta entre terapeuta y consultante de la manera más detallada posible con el propósito de conocer a profundidad la experiencia del cliente; y el tercer paso es la Regla



Intersubjetividad

Compleja experiencia cognitivo-afectiva, en la que la comunicación entre dos seres humanos aparece como un continuo proceso de traducción de la experiencia de uno por el otro. Obviamente, por tratarse de un proceso de traducción mutua está sometido a toda suerte de deformaciones: el resultado de estas deformaciones es la interpretación que hace cada uno de la experiencia del otro (Consuegra, 2010).

Construccionismo

Aparece como respuesta o alternativa frente a la crisis de la psicología social. No ha elaborado hasta ahora una propuesta teórica sino una propuesta metateórica. Ibañez (1989), recoge la esencia de la propuesta de una psicología social construccionista:

- 1) El reconocimiento de la naturaleza simbólica de la realidad social: ello implica que el adjetivo social no puede ser desvinculado del lenguaje y de la cultura. Lo social no se ubica ni fuera ni dentro de las personas sino entre las personas.
- 2) El reconocimiento de la naturaleza histórica de la realidad social: lo que las prácticas sociales son en un momento dado es indisoluble de la historia de su producción, por otra parte, la propia historicidad de la realidad le asigna un carácter procesual por lo que no se puede separar proceso y producto. Seguir estos principios implica aceptar el carácter construido, constituyente, procesual tanto de la realidad social como de los conocimientos que acerca de ella se elaboran (Consuegra, 2010).

de la horizontalización (o ecualización), que invita a no establecer prioridades de manera apresurada, sino hacer una muy buena aproximación a la totalidad de la información, antes de jerarquizar (Martínez, 2011).

Para la terapia existencial, Spinelli plantea que existen unos principios generales a los que denominó relacionalidad o interrelación, incertidumbre y angustia existencial; así mismo establece la estructura de la terapia, iniciando por la construcción del mundo terapéutico, que es donde se establece la relación y se empieza a construir la

intimidad que permite la coconstrucción, luego sigue la Exploración del mundo terapéutico, que ocurre cuando tanto terapeuta como consultante ya se sienten involucrados en dicho proceso y es posible explorar la relación que están construyendo desde el momento presente, y finalmente viene el cierre del mundo terapéutico y pasó al mundo más amplio, donde el consultante puede usar todas las herramientas personales que reconoció durante el proceso para enfrentar y manejar su propia vida, claramente este momento incluye el final de la relación terapéutica y la despedida (Martínez, 2011).



¡Recordemos que!

La propuesta de Spinelli es bastante amplia y profunda, razón por la cual en este curso se mencionan de manera general algunos de los aspectos más destacados, pero se recomienda a quien esté interesado en profundizar, buscar la amplia gama de escritos y publicaciones que ha hecho, donde se encuentra de manera detallada su trabajo.

A manera de conclusión se puede identificar cómo la escuela inglesa enfatiza en el encuentro existencial que se construye en el espacio terapéutico, y que toma como base los planteamientos de los filósofos existenciales vistos en el eje I, especialmente Martin Buber y su propuesta de relación Yo-Tú.

Escuela vienesa

Es momento de pasar a conocer la Escuela vienesa, en cabeza de su fundador y principal representante Viktor Frankl, para finalmente conocer las propuestas derivadas de ellas de autores contemporáneos.

Es paso obligado conocer la historia de vida de Viktor Emil Frankl (1905-1997), fundador de la Logoterapia, pues es gracias a su experiencia personal que logra consolidar una de las teorías más influyentes en la psicología.

Fue un neurólogo y psiquiatra que, a pesar de contar con una trayectoria profesional bastante exitosa donde trabajaba con personas que presentaban casos de depresión y suicidio, cae como prisionero en los campos de concentración nazis durante los años 1942 y 1945, perdiendo a sus padres, hermanos (menos una que logra huir) y esposa embarazada. Se recomienda la lectura del *Hombre en busca del sentido*, donde el autor relata su experiencia y además su propuesta teórica a la que denominó Logoterapia.

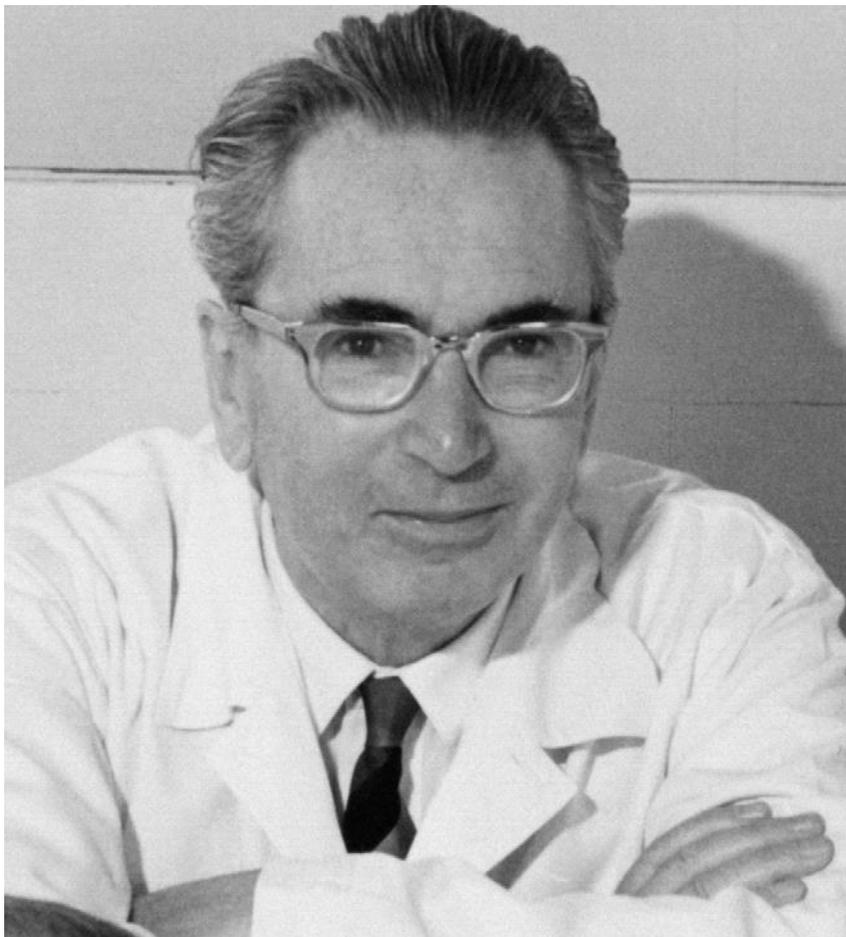


Figura 2.

Fuente: de Prof. Dr. Franz Vesely, CC BY-SA 3.0 de, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=15153593>

Su planteamiento inició en la pregunta sobre el sentido de la vida, cuestionamiento que se tornó bastante profundo en las condiciones inhumanas en las que vivió como prisionero. De ahí plantea su propuesta: una psicoterapia que parte de la dimensión espiritual del ser humano y que busca encontrar sentidos. Utilizando como base el análisis existencial y teniendo en cuenta aspectos del ser, la Logoterapia se considera un modelo terapéutico que cuenta con sus propias técnicas. En palabras del propio Frankl:

”

Una traducción literal del término Logoterapia es la de terapéutica mediante el logos, mediante el sentido. Desde luego, podría traducirse también como curación mediante el sentido, aun cuando ello implicaría un cierto acento religioso que no está necesariamente presente en Logoterapia. En cualquier caso, la Logoterapia es una psicoterapia centrada en el sentido (2003, p. 13).

Una de las principales influencias de la visión de ser humano que aborda Frankl, es la de Max Scheler, autor visto en el eje I, pues su teoría axiológica sirvió de inspiración para que Frankl reconociera la integralidad del ser humano, examinando no solo la dimensión biológica y psicológica, sino enfatizando en la dimensión espiritual que también lo compone.

BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, G. (1985). *El modo humano de enfermar*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Fundación Argentina de Logoterapia.
- Consuegra, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Bogotá, Colombia: Ecoe Ediciones.
- Fabry, J. (2001). *Señales del camino hacia el sentido*. México: LAG.
- Frankl, V. (1990). *El hombre doliente*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. (1994a). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. (1994b). *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. (2001). *Psicoterapia y existencialismo*. Barcelona, España: Herder
- Frankl, V. (2003). *Psicoterapia y humanismo*. México: FCE.
- Langle, A. (1995). Logotherapie und Existenzanalyse - eine tandortbestimmung. In: *Existenzanalyse*, 12(1), 5-15.
- Langle, A. (2008). *Vivir con Sentido. Aplicación práctica de la Logoterapia*: Buenos Aires Lumen.
- Martínez, E. (2009) *Buscando el sentido de la vida*. Bogotá, Colombia: Aquí y Ahora.
- Martínez, E. (2001). *Las psicoterapias existenciales*. Colombia: Editorial Manual Moderno.
- Martínez, E. (2007) *Psicoterapia y sentido de vida, psicología clínica de orientación logoterapéutica*. Bogotá, Colombia: Herder.
- Martínez, Y. (2011) Escuela inglesa de psicoterapia existencial. En Martínez, E (2011). *Psicoterapias existenciales*. Bogotá: Colombia: Manual Moderno.
- Pascual, F. (2003). Viktor Frankl: antropología y Logoterapia. *Ecclesia*, 17(1), 37–54.



www.usanmarcos.ac.cr

San José, Costa Rica