

LOGOTERAPIA, FUNDAMENTOS Y LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

LOGOTHERAPY, FOUNDATIONS AND INTERVENTION LINES

M^a Ángeles Noblejas de la Flor

Dra. Filosofía y Ciencias de la Educación

Terapeuta de Orientación Rogeriana y Logoterapeuta. Madrid, España

Miembro fundador y Presidenta de la Asociación Española de Logoterapia

Directora de la Revista NOUS

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Noblejas de la Flor, M.A. (2018). Logoterapia, fundamentos y líneas de intervención. *Revista de Psicoterapia*, 29(109), 69-87.

Resumen

Este trabajo presenta qué es la logoterapia, la aportación original del psiquiatra y neurólogo vienés Viktor Emil Frankl (1905-1997). Para ella, la motivación fundamental de toda persona es la voluntad de sentido o búsqueda y realización de sentido en cada momento concreto y situación particular y única de la vida; cuando esta necesidad humana no se satisface, se genera un vacío existencial que puede llegar a producir o incrementar situaciones psicopatológicas.

La logoterapia explicita su visión antropológica y del mundo a través del análisis existencial. Su concepción del ser humano integra y armoniza diferentes dimensiones (biológica, psicológica y noética) en una unidad (unidad en la multiplicidad o multidimensionalidad). La dimensión noética (que se expresa en libertad, responsabilidad, conciencia, voluntad de sentido...) es la específicamente humana, no es susceptible de enfermar y posibilita el cambio. Esta visión implica una ampliación de la mirada y previene sobre visiones reduccionistas del ser humano. Asume que la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia, por extrema que sea.

La forma de proceder de la logoterapia estriba en el encuentro existencial entre la persona que necesita ayuda y la que se la presta. También se han realizado importantes contribuciones de técnicas concretas de intervención. La elección de un procedimiento o una técnica depende tanto de las características únicas e irrepetibles del paciente como de las del terapeuta. La acción terapéutica se dirige, fundamentalmente, a una autocomprensión y autodeterminación, centrándose en ampliar las posibilidades, lo sano, la capacidad de libertad y reducir el ámbito de la restricción, de lo enfermo. En definitiva se orienta a la autoeducación, pues el proceso terapéutico es una educación en la responsabilidad.

Palabras clave: Logoterapia. Sentido. Vacío existencial. Análisis existencial. Encuentro existencial. Intención paradójica. Derreflexión. Diálogo socrático.

Fecha de recepción: 5 de diciembre de 2017. Fecha de aceptación: 23 de enero de 2017.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: ma_aeslo@yahoo.es

Dirección postal: C/ Ribadavia 10, 6-J. Madrid - 28029. España

© 2018 Revista de Psicoterapia



Abstract

This paper presents what is logotherapy, the original contribution of Viennese psychiatrist and neurologist Viktor Emil Frankl (1905-1997). For logotherapy, the primary motivational force in human beings is the will to meaning or the search and realization of meaning in each unique moment and singular situation of life; when this human need is not satisfied, an existential vacuum is generated that can produce or increase psychopathological situations.

Logotherapy explicitly states its anthropological perspective and world view through existential analysis. Its conception of the human being integrates and harmonizes different dimensions (biological, psychological and noetic) in a unit (unit in multiplicity or multidimensionality). The noetic dimension (which is expressed in freedom, responsibility, conscience, will to meaning ...) is specifically human dimension, not susceptible to get sick, and makes change possible. This vision implies an enlargement of the gaze, and warns about reductionist visions of the human being. It assumes that life makes sense under any circumstances, however extreme.

The way of proceeding of logotherapy is based on the existential encounter between the person who needs help and the one who lends it. Significant contributions of concrete intervention techniques have also been made. The choice of a procedure or a technique depends on both the unique and unrepeatable characteristics of the patient as well as that of the therapist. The therapeutic action is oriented, fundamentally, to a self-understanding and self-determination, focusing on expanding the possibilities, the healthy, the capacity for freedom and reduce the scope of the restriction, of the sick. In short, it is oriented to self-education, because the therapeutic process is an education in responsibility.

Keywords: Logotherapy. Meaning. Existential vacuum. Existential analysis. Existential encounter. Paradoxical intention. Dereflection. Socratic dialog.

Introducción

Logoterapia es el término que acuñó Viktor Frankl, neurólogo y psiquiatra vienes (1905-1997), para definir su propia *teoría y método terapéutico*. El vocablo griego *logos* es tomado en su acepción de “razón íntima de una cosa, fundamento, motivo” (Bailly, 1963).

En logoterapia, *logos* es equivalente a sentido, entendiéndose tanto en relación al mundo objetivo de sentidos y valores (un mundo ordenado, un cosmos, que es correlato de la existencia personal), como a la dimensión noética del ser humano cuya esencia radica en la llamada al descubrimiento y realización de esos sentidos y valores que lo atraen.

La logoterapia muestra que la motivación fundamental de toda persona es la búsqueda de sentido para la propia vida, en cada momento concreto y situación particular y única, en que se encuentra su existencia. Ser humano significa *ser viviendo* “la tensión establecida entre la realidad y los ideales por materializar” (Frankl, 2012, p. 58).

La existencia humana solo es auténtica cuando es vivida en términos de autotranscendencia, entendiendo por tal, siguiendo a Frankl (2009):

“el hecho antropológico fundamental de que el ser humano remite siempre, más allá de sí mismo, hacia algo que no es él: hacia algo o hacia alguien, hacia un sentido que el hombre colma o hacia un semejante con el que se encuentra (...) El hombre sólo es plenamente hombre cuando se deshace por algo o se entrega a otro. Y es plenamente él mismo cuando se pasa por alto y se olvida de sí mismo” (p. 62-63).

Por esta característica que lo constituye, el ser humano puede ir más allá de las barreras del entorno de la especie *homo sapiens* para alcanzar *el mundo*, repleto de otros seres con los que encontrarse y de sentidos a realizar.

A la logoterapia se le llamó tercera escuela de psicoterapia de Viena (cfr. Frankl, 1988, 2002, 2012 y 2014), al reconocérsele la singularidad de su aportación a la psicoterapia, respecto al psicoanálisis de Freud y la psicología individual de Adler.

Por otra parte, también ha sido incluida, en diversos tratados estadounidenses, dentro de la *third force* [tercera fuerza] de la psicoterapia, la de orientación humanista-existencial. Ésta es diferenciada del psicoanálisis como *primera fuerza* (por motivos históricos) y de la terapia conductual o *segunda fuerza* (cfr. Lukas, 2003). Cada orientación ha tenido su evolución y desarrollos internos propios.

A partir de la obra de Viktor Frankl se ha ido generando una comunidad científica (ver www.viktorfrankl.org) que está realizando una valiosa aportación al desarrollo de la logoterapia y a la rehumanización de todas las disciplinas vinculadas con las ciencias humanas.

La logoterapia es una aportación que *suple* las anteriores (complementa, integra y aporta una visión que trasciende lo bio-psico-social); constituye un salto cualitativo al incluir lo espiritual en la imagen del ser humano que sustenta la

psicoterapia. Lo *humanissimum* se sitúa en esa autotranscendencia radical y, en especial, en la orientación fundamental del ser humano hacia el sentido, en su teoría motivacional de la *voluntad de sentido*.

Es decir, en la reinterpretación logoterapéutica, además del *yo tengo que* (estoy obligado por determinadas condiciones y determinantes, pulsiones e instintos, factores e impactos hereditarios y ambientales), y del *yo puedo* (soy capaz de actualizar este o aquel aspecto de mí mismo), para obtener una visión adecuada de la realidad humana en todas sus dimensiones, debemos ir más allá e introducir el *yo debo* realizar en cada caso el sentido concreto que me interpela en cada situación de mi vida. Es decir, contemplamos el aspecto subjetivo de la existencia humana, *el ser*, con su contrapartida objetiva, que es *el sentido* (cfr. Frankl, 2001).

La necesidad de sentido

Como orientación terapéutica, la logoterapia se centra en la pregunta del ser humano por el sentido de su existencia, de cada momento concreto, particular y único, de su vida, así como en la búsqueda de dicho sentido como respuesta ineludible por parte de cada persona.

La logoterapia entiende la problemática del hombre de hoy, *el mal de nuestra época*, centrada en la cuestión por el significado de lo que vivimos personal y socialmente y, más concretamente, en la sensación de falta de sentido, en el sentimiento de *vacío existencial*.

Esta concepción tiene en su base una determinada teoría motivacional que postula que la principal necesidad humana es la de encontrar un sentido en la vida y hacerlo realidad o encontrar sentido a aquellas situaciones que obligan a la persona a enfrentarse consigo misma. Por ello habla de una *voluntad de sentido*, como la tensión radical (tensión saludable) de toda persona para hallar y realizar un sentido y un fin, que implica su esfuerzo por el mejor cumplimiento posible del sentido de su existencia.

Todo ser humano, como *ser-en-el-mundo*, en cuya constitución radica el encuentro con el otro (no puede vivir solo, necesita convivir y humanizarse en la interacción y salida de sí mismo), siente la necesidad de encontrar sentido en su proyecto de vida, en la familia y en la sociedad, de escribir su propia historia vital y expresar lo propio, su compromiso existencial, en la participación, el diálogo y la reflexión.

El ser humano necesita experimentar que su vida tiene sentido y si no es así siente su existencia frustrada, puede caer en depresión y enfermedad o, cuanto menos, percibirse insignificante e inútil, sin saber para qué vivir y creyendo estar demás en la vida...; es decir, experimenta un *vacío existencial*.

Por ello, la voluntad de sentido es el gozne sobre el que gira la acción logoterapéutica, que pone de relieve la trascendencia del ser humano, su orientación fundamental hacia un sentido, contando con la libertad, responsabilidad y conciencia, para su decisión. De forma operativa, se define la voluntad de sentido como

aquello que se frustra en el hombre en el momento en que cae en el sentimiento de vacío y de falta de sentido (*frustración existencial*).

Llevar a cabo el sentido es lo que conduce al hombre a su autorrealización y momentos de felicidad. Lo que la persona busca no es tanto la felicidad en sí misma sino una razón, un fundamento, para ser feliz. Una vez que encuentra esa razón, la felicidad surge espontáneamente. Lo que el ser humano necesita no es tanto el placer como una orientación válida y adecuada hacia valores que realizar y significados que encontrar.

Desde esta perspectiva, no se niega el derecho a ser feliz. Toda persona quiere ser feliz. El problema está en el cómo. En la raíz de la búsqueda de la felicidad ha de estar el descubrimiento de que ésta tiene sus cimientos en la capacidad humana de intencionalidad, de dirigirnos a nosotros mismos en el camino de nuestra vida, de establecer las metas y sentidos que queremos perseguir y que descubrimos, al mismo tiempo que asumimos la responsabilidad de lo elegido. Así, el buscar la felicidad no puede ser otra cosa que expresar nuestra capacidad de donación, de salir de nosotros mismos, sin dejar de ser nosotros mismos. Por el contrario, cuanto más se esfuerza el hombre en perseguir la felicidad centrándose en sí mismo, en la propia autosatisfacción de necesidades, más se incapacita a sí mismo para lograrla, ya que con esta actitud está negando su propia constitución, la autotrascendencia, y su expresión fundamental, la voluntad de sentido.

También para el poder vale la consideración hecha a propósito de la felicidad: no debe constituir el objetivo de la acción humana, sino la consecuencia de una vida dirigida más allá de sí misma. Tampoco esto quiere decir que el poder no sea un elemento necesario en la vida del hombre. Todo ser humano necesita contar con su espacio de poder, pero siempre ha de ser un medio para alcanzar un objetivo determinado y no un fin en sí mismo.

Por tanto, la concepción de la voluntad de sentido nos presenta una jerarquía de valores en que el descubrimiento del sentido de la vida tiene la primacía sobre el placer, el poder, la autoafirmación y la satisfacción de los propios instintos, así como la autorrealización personal. El verdadero puesto de todo esto es el de ser efectos o consecuencias de una realización adecuada del significado de cada situación y de la propia existencia.

Cuando no se cubre la necesidad de sentido, el hombre pone en marcha tentativas para atenderla que resultan falsas, en los caminos que ofrece el seguir la voluntad de placer y la voluntad de poder. En ellos puede perpetuar una situación de vacío existencial, susceptible de estar originando una ruptura importante en su salud. En palabras de Frankl (1992b): “Cuando el ser humano no encuentra una causa superior a sí mismo o no encuentra a otros seres humanos a quien amar u otras cosas en las cuales encontrar un sentido, se enferma” (p. 20).

En la época actual, el vacío existencial se extiende cada vez más. Las causas de este vacío se pueden situar tanto en un nivel biológico (no determinación del comportamiento humano por los instintos) como sociológico (pérdida de las

tradiciones, sociedad de consumo y pragmática que favorece el nihilismo, falta de modelos...).

Sin embargo, el sentimiento de frustración y de vacío existencial no es por sí mismo una patología. Es, más bien, un fenómeno humano, profundamente existencial. En palabras de Fizzotti (1990, p. 45):

“Entre las características principales del hombre encontramos el preguntarse no sólo qué sentido tiene la vida, sino también plantearse si la vida tiene un sentido. Es un síntoma de madurez el no aceptar pasivamente los ideales y valores transmitidos por las generaciones anteriores, sino tener el valor de plantear el problema radical de la propia existencia, el coraje de preguntarse qué sentido tiene todo ello, y arriesgarse a una vida quizás absurda y aparentemente carente de significado. Freud pensaba de distinta manera, y al escribir a María Bonaparte le confesaba: ‘En el momento en que uno se pregunta sobre el sentido y el valor de la vida, se está enfermo’...”

No obstante, el vacío no superado se expresa a través de unas manifestaciones bastante comunes hoy en día: el aburrimiento y la indiferencia o apatía. Se puede definir el primero como una falta de interés por el mundo y la segunda como una falta de iniciativa para cambiar algo en este (cfr. Frankl, 1987, 2011).

En esta situación, el hombre de hoy no sabe ni siquiera lo que en el fondo quiere. Se inclina a querer lo que quieren los demás (sería el conformismo) o a hacer aquello que los demás quieren que haga (hablaríamos de totalitarismo).

El vacío existencial es el caldo de cultivo adecuado para que surjan las tres grandes problemáticas de nuestra época que Frankl denominó *triada neurótica de masas*: la depresión, la adicción y la agresión. En la práctica esto significa: suicidio en el sentido estricto de la palabra, suicidio crónico con la dependencia y violencia contra los otros, vandalismo, etc.

Existe, además, una patología clínica específica, que Frankl denominó *neurosis noógena*, surgida como consecuencia del vacío existencial y que se ha verificado empíricamente, mediante resultados coincidentes de investigaciones estadísticas en distintos países y contextos (cfr. Frankl, 2008, 2001; Noblejas, 1994; Batthyány, 2016).

Ayudar a las personas, y especialmente a quienes sufren, a encontrar sentido en sus vidas es la tarea de la logoterapia, para ello cuenta con una visión antropológica y del mundo, una teoría sobre el modo humano de enfermar y una terapéutica que deriva de sus concepciones.

Imagen del ser humano y su relación con la comprensión de la salud

Ninguna psicoterapia es ajena a una visión del ser humano y a una visión del mundo. Es decir, no es posible una praxis terapéutica que no cuente con una idea antropológica y una filosofía de vida subyacente.

La logoterapia explicita su visión a través del análisis existencial, según lo

presenta Viktor Frankl.

Para ello plantea una idea de ser humano que engloba diferentes dimensiones en una unidad (*unidad en la multiplicidad o multidimensionalidad*). Hablaríamos de la dimensión biológica, la dimensión psicológica o psico-social y la dimensión *noética* (que se manifiesta en la libertad, la responsabilidad, la conciencia, la voluntad de sentido en la vida...). Esta última es la específicamente humana.

Considera que la persona tiene una realidad que la condiciona a diferentes niveles (biológico, psicológico y social). Es lo fáctico en el ser humano. Pero, al mismo tiempo, posee unas capacidades, unas potencialidades, una libertad y capacidad de tomar postura ante lo que *le toca* vivir, que hace que vaya más allá de la situación y de lo que somos en un momento determinado. La persona es, por tanto, facultativa; también es lo que puede llegar a ser. Contando con lo fáctico y con lo facultativo (con lo que somos y lo que podemos ser) damos nuestra respuesta posible a la pregunta que nos hace la vida en cada momento. Tal respuesta es dada en función de nuestra potencialidad (tenemos capacidades y posibilidades para responder) y, a su vez, nos señala nuestros límites. Es decir, nos refleja que no podemos todo, pero sí podemos algo.

Un aspecto de la antropología que tiene especial relevancia para la terapia es la premisa de que esa dimensión noética o de lo espiritual no enferma. Viktor Frankl partía del hecho de que el hombre podía enfermar en los planos somático y psíquico, pero nunca en su dimensión noética.

Esto va a ser muy importante, tanto para comprender la situación del otro, como para la relación terapéutica, que se dirigirá más a descubrir y potenciar las posibilidades que a detenerse solo en la comprensión de las limitaciones. Es decir, la logoterapia potencia una forma diferente de ver los fenómenos y al ser humano, para poder analizarlos y considerarlos desde una visión antropológica.

La logoterapia se mueve en la dialéctica de las paradojas existenciales. Una aproximación a estas paradojas la podemos ver (Tabla 1) de la mano de Gerónimo Acevedo (2001), considerando la dialéctica entre espiritualidad y corporalidad, intemporalidad y caducidad, libertad y necesidad, intimidad y manifestación, transparencia y opacidad, como realidades que coexisten.

Hacer operativas las paradojas existenciales en la terapia lleva a centrarse en ampliar las posibilidades, lo sano, la capacidad de libertad y reducir el ámbito de la restricción, de lo enfermo. “El objetivo principal de la logoterapia consiste en fortalecer y ampliar el área ‘integra’ del paciente y atraer las fuerzas allí reunidas hacia un trato correcto con la parte enferma” (Lukas, 2003, p. 69).

Esta visión es muy importante para la terapia. Todos sabemos la influencia que en el paciente tiene la forma en que el terapeuta comprende, siente y se sitúa ante el problema. Si los terapeutas y, por extensión, la gente en quien se confía, tiene el punto de mira puesto en lo sano, la capacidad de respuesta, de ampliar posibilidades..., se potencia que la persona no se entregue por completo a sus trastornos. Empezará a sentir que puede preferir cosas más allá de sí mismo, mirar para otro lado

Tabla 1.

Paradojas existenciales de la realidad humana (Acevedo, 2001).

1. Espiritualidad – corporalidad	El hombre <i>piensa y pesa</i> . ¿Cómo son atribuibles a un mismo ser estas dos operaciones?
2. Intemporalidad – caducidad	Hay en el hombre actos intemporales y temporales; hay en él <i>hambre de inmortalidad y certidumbre de fugacidad</i> ; hay <i>lo eterno en el hombre y lo caduco en el hombre</i> .
3. Libertad – necesidad	<i>Soy libre</i> para hacer una cosa o no hacerla; y a la vez, <i>obedezco necesariamente</i> a las leyes de la gravitación y a tantas otras.
4. Intimidad – manifestación	El hombre puede recluirse en su intimidad, tiene un <i>si mismo</i> psicológico y ontológico; pero al mismo tiempo no puede vivir sin <i>manifestarse hacia el mundo</i> . Vivir humanamente es hacer simultáneas la intimidad y la expresión.
5. Transparencia – opacidad	Ciertas zonas de mi ser y de mi actividad me son <i>transparentes</i> : las entiendo, veo su estructura y su sentido. Otras, en cambio, me son enteramente <i>opacas</i> , no las entiendo.

en lugar de quedarse fijado en mirar lo que tiene, decidir cada día lo que será el siguiente...; experimentar, paulatinamente y en pequeñas cosas, que es “hijo de su pasado pero no esclavo de su pasado; es padre de su porvenir” (Acevedo, 1998, p.19).

Integrar lo paradójico en la práctica habitual conlleva unas actitudes básicas en el terapeuta, que sintetizamos en la Tabla 2.

La visión antropológica frankliana se enfrenta a los reduccionismos en sus diferentes vertientes (biologismo, psicologismo, sociologismo) que entiende al ser humano desde una sola de sus dimensiones.

El reduccionismo es una forma de nihilismo (*el ser no es nada más que*) que ofrece una imagen distorsionada del ser humano (*homínulo*). Solo un planteamiento con una dimensión de apertura e integrador de todas las dimensiones podrá hacer frente a la deshumanización y despersonalización de la ciencia. Parafraseando a Viktor Frankl (2003, p. 28-29), solo una *psicoterapia rehumanizada* podrá hacer frente a *la tendencia despersonalizadora y deshumanizadora que triunfa por doquier*, al hacerse cargo de las verdaderas necesidades humanas (el encontrar y realizar el sentido en cada momento y situación, por parte de cada persona) y comprender los signos de los tiempos (las manifestaciones ya aludidas de vacío existencial como el aburrimiento, la indiferencia o apatía y la triada neurótica de masas –depresión que puede llegar al suicidio, adicción, agresión–).

Así nos dirá Frankl (2009):

“Sólo en la consideración del ser espiritual, en su tendencia al sentido y al valor, puede revelarse el sentido de la realidad, puede hacerse patente el

Tabla 2.

Cualidades o actitudes personales del logoterapeuta, seis principios suplementarios.

-
1. **TENER ESPERANZA** (incorporar la dimensión de lo espiritual) y **SER REALISTA** (consciente de no poderlo todo y de la facticidad psicofísica)

 2. **INVESTIGAR LAS CAUSAS** de un problema o hacer hipótesis y **REDIMENSIONAR LAS CAUSAS** (romper el fatalismo de causa-efecto o de acción-reacción para entender la acción-respuesta de autoconfiguración).

 3. **COMPRENDER A QUIENES NO HAN TENIDO NUNCA LA POSIBILIDAD** de una evolución saludable, pero también **A LAS PERSONAS QUE HAN TENIDO TODAS LAS POSIBILIDADES Y NO LAS HAN UTILIZADO**

 4. **POSEER UN SISTEMA DE VALORES PROPIOS Y RESPETAR EL DE LOS DEMÁS**; quien otorga ayuda ha de saber reconocer los verdaderos valores de quien busca la ayuda

 5. **BUSCAR Y AMPLIAR LOS PUNTOS DE ENCUENTRO** con el paciente, pero tener también el valor de **ACEPTAR UN CHOQUE** CON LAS ACTITUDES O LAS AFIRMACIONES NEURÓTICAS DEL PACIENTE (función de **ANTAGONISMO EQUILIBRADOR**)

 6. Ayudar a **ENCONTRAR LO POSIBLE NATURAL** (el progreso que el paciente puede esperar alcanzar analizando su historia y posibilidades actuales) y **AMPLIAR LA MIRADA a LO POSIBLE ESTRUCTURAL** (considerar que una realidad diferente es posible, aunque sea poco probable)

sentido del ser (...). El “ismo” empieza exactamente en el punto donde la imagen de un estrato se convierte en imagen del mundo, donde empieza la generalización. La fisiología, la psicología o la sociología deja de tener razón cuando empieza a generalizar. La disciplina que lo reduce todo, también lo relativiza todo, con una excepción: se absolutiza a sí misma” (p. 205).

Asimismo, advierte respecto del noologismo, que se realiza cuando se intentan explicar como originados desde lo espiritual síntomas psicológicos o somáticos que de donde realmente surgen es desde el funcionamiento bio-psíquico del organismo.

Es decir, también hemos de tener cuidado en no pensar que todo es de índole espiritual o noética, eso sería otro tipo de reduccionismo. Igual que podemos hablar de biologicismo (interpretar el padecimiento sólo desde una alteración de lo biológico), de psicologismo o sociologismo, caeríamos en espiritualismo o noologismo si todo lo interpretamos desde lo espiritual. La logoterapia, por su parte, cuida una visión integral. En palabras de Acevedo (2001): “El análisis existencial ha de poner de relieve la multiplicidad dentro de esta unidad, ha de desarticular dimensionalmente la unidad en la multiplicidad de existencia y facticidad, de persona y organismo, de espiritual y psicofísico” (s/p).

Podemos ver esta concepción interactiva e integrativa a través de un ejemplo concreto en que una persona acude a terapia por una *problemática existencial*, no encuentra sentido a su vida y tiene ideaciones suicidas. Al comenzar el trabajo

psicoterapéutico, en los primeros pasos de comprensión de la situación por parte del terapeuta, se aprecia que necesita diagnóstico desde la organicidad para afrontar la orientación de tal situación. Desde aquí se aborda y resuelve también la problemática del sentido.

Desde una situación inversa, para que no se nos escape lo específicamente humano, también debemos hacer análisis existencial cuando trabajamos con una persona que cuenta con un diagnóstico determinado, dentro del marco actual de Clasificación de las Enfermedades o Trastornos Mentales.

Veamos con un ejemplo (en el ámbito del autismo) qué quiere decir realizar *análisis existencial* (cfr. Noblejas, 2006). Ante los problemas de una persona con autismo, podemos quedarnos con mucha facilidad en lo patológico, las estereotipias, los intereses particulares a los que pueden dedicar tiempo sin fin, las dificultades sociales o las limitaciones comunicativo-lingüísticas (que pueden ser muy significativas y hacer, por ejemplo, que un niño que tiene sed por la noche diga *socorro, socorro* en lugar de decir *agua*, o *alfombra rota* para indicar que le duele la garganta). Pero más allá de todo esto está la persona.

El análisis existencial nos ayuda a distinguir ese plano biopsicológico en que se sitúa el trastorno y el plano íntegro de la persona. Podemos constatarlo a través de la expresión de personas con un *alto nivel de funcionamiento* dentro de los trastornos del espectro del autismo. Unas citas de corte autobiográfico de Temple Grandin (1997) nos pueden ayudar a ello:

“Yo me esforzaba pero mi incapacidad para expresar mis sentimientos y mis pensamientos rítmicamente, se oponía a mis deseos” (p. 33). “Con el tiempo he aprendido a controlar mi mal genio. Mi método de control es muy simple. No me permito exaltarme. No discuto con la gente. En una situación molesta doy media vuelta y me voy. Nunca doy rienda suelta a mi irritación. He visto como el mal genio puede destruir posesiones, amistades y familias” (p. 43).

En ellas podemos apreciar, por ejemplo, el autodistanciamiento, la capacidad de oposición frente al trastorno y la no identificación de la persona con éste, además de la importancia del mundo de los valores.

La vida posee incondicionalmente sentido

Ser humano significa *estar en el mundo*, es decir, *estar enredado* en la realidad, *estar profundamente implicados, comprometidos*, en cada situación que nos acontece y confrontados con un mundo cuya objetividad, de ninguna manera está despreciada por la subjetividad de este *ser que está en el mundo y con el mundo*.

Existir implica vivir en la tensión establecida entre lo que somos y lo que podemos llegar a ser, encarar la polaridad entre la realidad y los ideales o valores a materializar.

Este original y natural interés del ser humano respecto del sentido y los valores, sufre la confrontación con las propuestas filosóficas y psico-sociológicas del

subjetivismo y el relativismo. ¿Son los sentidos y los valores tan relativos y subjetivos como se supone?

Podríamos considerar su relatividad al estar relacionados con una persona específica que está involucrada en una situación determinada. Sin embargo, sería más preciso hablar de singularidad que hacerlo de relatividad. La singularidad es una cualidad no solo de una situación, sino también de la vida como totalidad (como sucesión de situaciones singulares). Además, la existencia de cada ser humano es singular, única e irrepetible. No existe un sentido universal de la vida, sino solo los sentidos singulares de las situaciones individuales.

No obstante, es un hecho que los seres humanos, en una sociedad y a través de la historia, han ido compartiendo sentidos aún en la diferencia de sus vidas; más que estar relacionados con situaciones singulares, estos sentidos se refieren a la condición humana; son lo que entendemos por valores. Así, Viktor Frankl (1988), dice: "... uno podría definir a los valores como aquellos sentidos universales que se cristalizan en situaciones típicas que una sociedad o, aún, la humanidad, debe enfrentar" (p. 59).

Los valores atraen a las personas, pero cada una es libre de aceptar o rechazar un valor que le ofrece una situación en función de su escucha y seguimiento o no de su conciencia.

Podríamos decir, que el sentido es un valor situado y en situación, que descubre una persona singular. ¿Ello quiere decir que los sentidos son subjetivos? En realidad, lo que es subjetivo es la perspectiva desde la que accedemos a la realidad, pero esta subjetividad, en última instancia, no afecta a la objetividad de la realidad en sí misma. Un símil puede ayudarnos en esta reflexión: sentados en las butacas de un teatro, cada espectador contempla el decorado del escenario desde una determinada perspectiva. Ninguna de éstas puede ser exactamente igual a otra. ¿Puede que los diferentes puntos de vista le quiten objetividad y realidad al decorado? Podemos decir que no.

Los seres humanos se trascienden a sí mismos hacia los sentidos, que son algo distinto de ellos, no son meras proyecciones personales. Los sentidos son descubiertos por la conciencia, no inventados cognitivamente. Existe un único sentido en cada situación para cada persona; para cada pregunta que la vida dirige a la conciencia personal, hay una respuesta que *encaja* en esa situación, que no puede ser dada por ningún otro. Es la respuesta requerida; lo que demanda la situación. Es la persona la que decide libremente qué respuesta dará, siendo responsable de tal decisión y acción.

Parafraseando a Frankl (1988, p. 79), podemos decir que en última instancia, vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir las tareas que la vida asigna continuamente a cada individuo. Dichas tareas y, consecuentemente, el sentido en la vida, difieren de un hombre a otro, de modo que resulta completamente imposible definir el significado de la vida en términos generales.

Es decir, la logoterapia establece que toda situación encierra un sentido, pero el logoterapeuta no puede saber cuál es. Solo puede ser desvelado por la conciencia de cada persona a la que apela. Es decir, el sentido tiene que ser descubierto; no puede ser dado. Nadie puede indicar o dictar a otro el sentido de una situación.

Las vías primeras por las que se muestra, fenomenológicamente, que las personas encuentran sentido son el trabajo (la creación o el dar de uno mismo a la sociedad, en general) y la experiencia de la belleza, la verdad, la bondad... (vivencia de la naturaleza y/o la cultura) o del encuentro con otro ser único, amándolo. Pero, incluso cuando estos caminos (que denominamos, respectivamente, valores de creación y vivenciales), se encuentran restringidos al máximo o impedidos en una existencia personal, es posible una vida con sentido al adoptar una actitud digna en el afrontamiento y tránsito de una situación dolorosa inevitable, una *situación límite* (valores de actitud).

Ilustra esta última posibilidad la vida de Viktor Frankl (cfr. Frankl, 1988), como superviviente de los campos de concentración y su corroboración de que aquellos presos que tenían algo que les esperaba (una persona que encontrar, una obra que realizar), tenían más probabilidades de sobrevivir (si no, se abandonaban: *se fumaban su último cigarrillo y no acudían a revista a la plaza*). Más aún, el sentido les capacitaba para el sufrimiento (*el ser humano que conoce el porqué de su existencia, podrá soportar casi cualquier cómo*).

En otras palabras, la logoterapia asume que la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia, por extrema que sea. Así, nos ofrece una toma de postura existencial específica: “A pesar de todo, decir sí a la vida” (cfr. Frankl, 2016), aún en las situaciones de mayor adversidad.

Son innumerables los procesos de acompañamiento a personas que estando atravesando un sufrimiento inevitable ponen de manifiesto que la toma de decisión realizada, de que dado que no podían eludir la situación de dolor, lo que sí podían determinar era el modo y la manera de enfrentarlo, se había convertido en punto de apoyo y fortaleza para aquellos que les rodeaban. Los valores de actitud ante lo inevitable son una vía de excelencia para la profundidad existencial y una vivencia plena de sentido en la vida.

La logoterapia aporta experiencias que pueden enseñarnos cómo aspectos trágicos y negativos son transformados en logros humanos significativos a partir de la posición que se adopta ante ellos.

El encuentro existencial y las técnicas logoterapéuticas

El elemento central en la forma de proceder de la logoterapia estriba en el encuentro existencial entre la persona que necesita ayuda y la que se encuentra en la posición de prestársela.

Viktor Frankl (cfr. 1978, 2008, 2011, 2012, 2014) comprendió que lo verdaderamente importante en la terapia no son las técnicas, sino más bien las relaciones humanas entre médico y paciente, *el encuentro existencial personal*. Señaló,

reiteradamente, que cualquier psicoterapia (podríamos decir, en general, cualquier relación de acompañamiento), puede representarse con una ecuación de dos incógnitas: $\Psi = X + Y$. Esto es, el encuentro entre la persona única e irrepetible de quien presta ayuda y también la única e irrepetible de quien la necesita. Dicho encuentro no se da entre dos *mónadas*, sino entre dos seres humanos, un encuentro *Yo-Tú*, en el que uno confronta al otro con el *logos*, es decir, con *el sentido de ser*.

Una intervención *puramente tecnológica* en psicoterapia, puede bloquear sus efectos terapéuticos. En palabras de Frankl (2012):

“... les dije que en la medida en que interpretábamos nuestra tarea meramente en términos de técnicas y dinámicas, estábamos perdiendo de vista el problema, así como el corazón de aquellos a quienes deseábamos ofrecerle primeros auxilios mentales. Abordar a los seres humanos meramente en términos de técnicas implica manipularlos, y hacerlo meramente en términos de dinámicas implica cosificarlos (...) Cuando, en ocasión de otra conferencia, fui invitado a dirigirme a los presos de San Quintín, se me aseguró posteriormente, que ellos se habían sentido realmente comprendidos por primera vez, en ese encuentro. Lo que había hecho no era nada extraordinario. Simplemente les había hablado como a seres humanos y no como a mecanismos en reparación. Los había percibido del mismo modo como habían sido ellos mismos, desde siempre, como libres y responsables. No les ofrecí una fácil escapatoria de sus sentimientos de culpa concibiéndolos como víctimas de procesos biológicos, psicológicos o sociológicos de condicionamiento. No los concebí como peones en el tablero del juego entre el Ello, Yo y Superyó. No les facilité un alivio. No se les debía quitar la culpa. No se los debía justificar. Los consideré como pares. Ellos aprendieron que es un privilegio del hombre sentir culpa, y una responsabilidad el superarla” (p. 16).

Pero lo expuesto no quiere decir: encontrémonos y veamos que sucede. La praxis se desarrolla en un intervalo, en un espacio entre los extremos de la ayuda concebida como arte y como técnica. Como arte, según hemos indicado, implica ese encuentro existencial; como técnica, el conocimiento y aplicación de unos pasos y estrategias, diferentes según la técnica utilizada y la orientación elegida (porque la logoterapia se aplica también en combinación con otras terapias), así como la adopción de un rol.

Entre esos extremos hay un continuo, un espectro, una gran variedad de puntos. ¿En qué punto de ese espectro nos vamos a situar en nuestra actuación en la relación de ayuda? La contestación nunca puede ser única. Ya Beard (referenciado por Frankl, 2012), creador del concepto de neurastenia, había dicho que cuando un médico trata de la misma manera dos casos de neurastenia, con toda seguridad está tratando mal uno de los dos.

La elección de un método y una técnica depende tanto de las características únicas e irrepetibles del paciente como de las del terapeuta. Problemas semejantes

no se resuelven siempre aplicando las mismas técnicas, al igual que no todo terapeuta domina igual todas las técnicas. En unos momentos u otros avanzaremos más o menos en nuestra empatía y en la dimensión de encuentro.

No obstante, podemos plantear una esquematización de las técnicas propias de la logoterapia según recogemos en el siguiente apartado.

Dicha estructuración responde a la necesidad clínica de encauzar una intervención, si bien, una terapéutica siempre ha de atender a la globalidad de la persona y, por tanto, puede implicar la implementación de terapéuticas o intervenciones complementarias (no solo logoterapéuticas) y/o incluir la derivación para valoración/tratamientos médicos, asistencia social, programas educativos...

En otras palabras, sabiendo de la interacción entre todas las dimensiones del ser humano, la logoterapia con su visión antropológica nos remite, como hemos visto anteriormente, a un análisis existencial que ponga de manifiesto su multiplicidad dentro de su unidad y favorezca, así, un reconocimiento de la etiología preponderante de la problemática que padece una persona concreta. Esta comprensión terapéutica es el primer método con que cuenta el profesional.

Principales técnicas logoterapéuticas

Viktor Frankl distingue en el uso de la logoterapia, su aplicación como *terapia específica* o como *terapia no específica* (cfr. Frankl, 2008, 2011), atendiendo al tipo de problemática en la que se aplica. Establece una definición y clasificación general de las enfermedades, centrándose especialmente en las denominadas neurosis.

El desarrollo de esta teoría y terapia de las neurosis y de la psicosis, excede los objetivos del presente artículo. No obstante, presentamos en la Tabla 3 una estructuración de la clasificación general de las enfermedades y específicamente de los trastornos neuróticos en la concepción de Viktor Frankl (en terminología de la época). Seguidamente, exponemos una sucinta definición de las principales técnicas generadas por Viktor Frankl, tanto de la logoterapia no específica como de la específica.

Logoterapia no específica

Como terapéutica no específica, la logoterapia aborda problemas no directamente vinculados con una causalidad preponderante de tipo noógeno. Incluye las técnicas de la intención paradójica y la derreflexión.

La **intención paradójica** se aplica, principalmente, en las neurosis psicógenas del tipo de los trastornos de fóbicos y obsesivos.

Frankl (1984) define la intención paradójica como un “proceso mediante el que el paciente es animado a hacer, o a desear que ocurra, aquello que precisamente teme” (p. 130), incluyendo en dicho proceso el sentido del humor.

La función de la intención paradójica es la de poner en movimiento la capacidad humana de autodistanciamiento, de forma que la persona que solicita ayuda pueda objetivar los síntomas y distanciarse de ellos. Es indispensable que

Tabla 3.

Clasificación general de las enfermedades con especificación de los trastornos neuróticos en la concepción de Frankl.

		Sintomatología	
		Fenopsíquica	Fenosomática
Etiología (Causa preponderante)	Somatógena	Psicosis	Enfermedad en el sentido banal de la palabra
	Psicógena	Psiconeurosis o neurosis psicógenas: -Reactivas con patrones de reacción de angustia neurótica -Reactivas con patrones de reacción neurótico- obsesivo -Reactivas con patrones de reacción neurótico- sexual - Neurosis iatrógenas	Neurosis orgánica
	Noógena	Neurosis y depresión noógena	
	Sociógena	(Pseudo)Neurosis colectiva: actitud provisional ante la vida, fatalismo, colectivismo y fanatismo	
Desencadenamiento	Psíquico (ej., estado afectivo)		Enfermedades psicosomáticas

comprenda que ella no se identifica con sus sentimientos o conductas, sino que puede tomar una postura ante ellos e, incluso, hacerles frente (*uno no es lo que le pasa*).

La **derreflexión** se aplica, fundamentalmente, en neurosis psicógenas vinculadas a disfunciones sexuales, en enfermedades psicosomáticas y alteraciones del sueño.

El método de la derreflexión reduce la hiperreflexión (*mantenerse pegado mentalmente* a un problema), para ello, se apoya en la cualidad específicamente humana de la autotranscendencia. Para Frankl (2008), derreflexión significa, en última instancia, trascender el *sí mismo*.

Logoterapia específica

La logoterapia es el tipo de terapéutica especialmente indicada en problemáticas de etiología noógena, es decir, vinculadas a desorientación y vacío existencial,

conflictos de valores y confrontación con situaciones de adversidad que son inevitables. Por ello, cuando la intervención logoterapéutica se centra en acompañar a la persona en su búsqueda de sentido se habla de *logoterapia específica*. Es decir, es la intervención de elección ante neurosis y depresiones noógenas, neurosis iatrógenas y afrontamiento de un sufrimiento inevitable (enfermedades somatógenas cuya causalidad somática no puede ser removida, adversidades de un destino que no se puede eludir...).

La herramienta utilizada por Frankl cuando los pacientes le presentaban cuestiones existenciales y necesitaban ayuda para adoptar una posición ante su sufrimiento y encontrar sentido en su vida, era el mantener una *conversación clásica de persona a persona*. Esta forma de intervenir, la denominó *diálogo socrático* (cfr., Frankl, 1978, 2012, 2014).

Una concreción de este tipo de conversación, en situaciones de conflicto de valores, la constituye la *técnica del común denominador*:

“... he descrito un procedimiento logoterapéutico pensado para promover el descubrimiento del sentido y de los valores. Es la técnica del común denominador, como la he llamado. De acuerdo con Max Scheler, valorar significa preferir un valor más alto respecto de otro más bajo. Sostengo que es sencillo comparar el *ranking* de los valores si se percibe un denominador común” (Frankl, 2012, p. 121).

Líneas de acompañamiento en la búsqueda de sentido

El desarrollo de la praxis logoterapéutica a nivel internacional ha ido aportando concreciones muy diversas en relación a procedimientos y herramientas específicas de intervención en los diversos ámbitos de aplicación de la logoterapia (médico, psicoterapéutico, educativo, trabajo social...). Un meta-análisis conceptual de un amplio número de experiencias (cfr. Noblejas, 1994, 2006) así como de trabajos recopilatorios (Fabry, Bulka y Sahakian, 1979; Finck, Finck y Larson, 1989; Fizzotti y Carelli, 1990; Batthyány, 2016) nos lleva a destacar algunas líneas de intervención a tener en cuenta en el acompañamiento en la búsqueda de sentido:

- **Análisis existencial del pasado.** No para *barrer los fracasos*, sino para *re-significarlo* por medio de plantearse: ¿Cuándo le pareció que su vida estaba llena de sentido?, ¿qué proyectos tenía?, ¿qué preocupaciones?. Estas estructuras antiguas de sentido pueden tener puntos de conexión en el presente y proyección al futuro (pueden pasar a ser nuevamente contenidos vitales o sugerir alguna variación sobre ellos, dirigirnos a otros...) Desde un momento distinto, una lectura del pasado puede ser muy reveladora.

- **Búsqueda de modelos.** Analizar qué personas considera que llevan o han llevado una vida con sentido y ver qué valores son los que lo atraen de esa situación (¿por qué atribuye tal vivencia de sentido?) ¿Podría hacer él lo mismo? ¿Qué se lo impide? Normalmente surge la conexión entre suerte y entrega (la suerte no es que las cosas le vayan bien a uno sino que uno es bueno para algo, se implica). Se pueden

poner en práctica técnicas de imaginación.

- **Búsqueda de personas para las que puede ser importante.** En una problemática neurótica, la persona está en un momento de fuerte egocentrismo con lo que el mundo social también puede estar reducido y los demás no se acercan a demandarle cosas que pueden necesitar. Este círculo hay que buscar romperlo. Por ello es importante explorar la vida actual y considerar qué responsabilidades tiene, cómo las vive, ver si existen otras que no está contemplando... Acompañar para descubrir qué sentido tienen, que no sean una imposición o una carga que se autoimpone. Apelar a la capacidad de autotrascendencia.

- **Movilización de la dimensión noética a partir de la capacidad simbólica** (uso de metáforas, arte, escritura, imaginación guiada...), para favorecer tanto la toma personal de conciencia de la propia libertad y responsabilidad (a lo largo de la historia vital y en el presente con proyección hacia el futuro), como la ampliación del campo de visión en relación con la situación que se está viviendo y develar posibles valores a realizar.

- **Entrenamiento de sensibilización de sentido** (ante pequeñas/grandes decisiones). Si el problema aparece con claridad (situación concreta), el área no problemática también lo hace. Así, surgirá el ver qué opciones tengo y puedo trabajar sobre ellas para considerar pros y contras, viabilidad y, sobre todo, qué sentido tienen (su relación con mi responsabilidad personal). En este punto, la conciencia ha de orientarse no tanto a si la opción es placentera, sino a ver las consecuencias imaginables para todos los implicados. Por último tenemos la toma de decisión y el compromiso con el sentido descubierto.

En definitiva cualquier intervención logoterapéutica persigue un autoconocimiento y autodeterminación, pues, siguiendo a Viktor Frankl (2011, p. 161): “la logoterapia esencialmente es educación a la responsabilidad”.

Conclusiones

La logoterapia muestra que la motivación fundamental de toda persona es la búsqueda y realización de sentido en la vida, en cada momento concreto y situación particular y única, en que se encuentra su existencia. Esta motivación recibe el nombre de *voluntad de sentido*. El ser humano necesita experimentar que su vida tiene sentido y si no es así siente su existencia frustrada, siente un vacío existencial que puede llegar a generar situaciones psicopatológicas.

La logoterapia explicita su visión antropológica y del mundo a través del análisis existencial, según lo presenta Viktor Frankl; una idea de ser humano que engloba diferentes dimensiones, (biológica, psicológica y noética), en una unidad (unidad en la multiplicidad o multidimensionalidad). Un ser humano condicionado pero no determinado, que desarrolla su existencia en la salida de sí mismo dirigiéndose al encuentro y realización del sentido por el dinamismo de la dimensión noética, que es la específicamente humana y no es susceptible de enfermar. Por ello, siempre es posible el cambio.

Esta comprensión del ser humano implica una ampliación de la mirada en relación con los fenómenos humanos para poder analizarlos y orientar la intervención. Es una mirada que ayuda a una comprensión interactiva e integrativa y previene al terapeuta respecto de una visión reduccionista del ser humano.

La logoterapia asume que la vida tiene sentido bajo cualquier circunstancia, por extrema que sea, destacando la importancia de los valores de actitud como la toma de postura y el afrontamiento del dolor inevitable desde la capacidad de transformar una situación adversa en un logro humano.

El elemento central en la forma de proceder de la logoterapia estriba en el encuentro existencial entre la persona que necesita ayuda y la que se encuentra en la posición de prestársela. No obstante, Viktor Frankl también realizó una importante contribución de técnicas concretas de intervención.

La elección de un procedimiento o una técnica depende tanto de las características únicas e irrepetibles del paciente como de las del terapeuta. La acción terapéutica se dirige, fundamentalmente, a una autocomprensión y autodeterminación, centrándose en ampliar las posibilidades, lo sano, la capacidad de libertad y reducir el ámbito de la restricción, de lo enfermo. En definitiva, se orienta a la autoeducación, pues es el proceso terapéutico, es una educación en la responsabilidad.

A partir de la obra de este autor, se ha ido generando una comunidad científica que está realizando una valiosa aportación al desarrollo y aplicación de la logoterapia y a la rehumanización de todas las disciplinas vinculadas con las ciencias humanas.

Referencias bibliográficas

- Acevedo, G. (1998). *La búsqueda de sentido y su efecto terapéutico*. Buenos Aires, Argentina: FAL.
- Acevedo, G. (2001). *Materiales del Curso: Formación Sistemática e Intensiva en Logoterapia*. Asociación Española de Logoterapia. Madrid, España.
- Bailly, A. (1963). *Dictionnaire Grec-Français (26^a ed)*. Paris, Francia: Librairie Hachette.
- Bathányi, A. (Ed.). (2016). *Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, Volume 1*. (Ed.). Suiza, Confederación Suiza: Springer International Publishing. 2016.
- Fabry, J. B., Bulka, R. P. y Sahakian, W. S. (Eds.). (1979). *Logotherapy in action*. New York, NY: Jason Aronson.
- Fink, W., Fink, M. y Larson, L. (Eds.). (1989). *Pursuit of Meaning: The Road to Selfesteem and Social Consciousness*. Berkeley, CA: Institute of Logotherapy Press.
- Fizzotti, E. (1990). Annotazioni sul significato della sofferenza in Viktor. En: E. Fizzotti y R. Carelli. (1990). *Logoterapia applicata. Da una vita senza senso a un senso nella vita* (pp. 43-57). Brezno di Bedero, Italia: Salcom.
- Fizzotti, E. y Carelli, R. (1990). *Logoterapia applicata. Da una vita senza senso a un senso nella vita*. Brezno di Bedero, Italia: Salcom.
- Frankl, V. E. (1978). *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia* (2^a Ed.). Méjico, Méjico: Fondo de Cultura Económica (Trabajo original publicado en 1946, revisado en 1971).
- Frankl, V. E. (1984). *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene sentido la vida?* (2^a ed.). Méjico, Méjico: Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. E. (1987). *El hombre doliente*. Barcelona, España: Herder (original 1984).
- Frankl, V. E. (1988). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona, España: Herder (original de 1946).
- Frankl, V. E. (1992). *La psicoterapia y la dignidad de la existencia*. Buenos Aires, Argentina: Almagesto.

- Frankl, V. E. (2001). *Psicoterapia y existencialismo*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. E. (2002). *La voluntad de sentido*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. E. (2003). *La psicoterapia al alcance de todos*. Barcelona, España: Herder (Trabajo original publicado en 1980).
- Frankl, V. E. (2008). *Teoría y terapia de la neurosis*. Barcelona, España: Herder (Trabajo original publicado en 1987).
- Frankl, V. E. (2009). *El hombre doliente*. Barcelona, España: Herder (Trabajo original publicado en 1984).
- Frankl, V. E. (2011). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona, España: Herder (Trabajo original publicado en 1987).
- Frankl, V. E. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia*. Buenos Aires, Argentina: San Pablo.
- Frankl, V. E. (2014). *La psicoterapia en la práctica clínica*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. E. (2010). *Ante el vacío existencial*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. E. (2016). *...A pesar de todo, decir sí a la vida. Tres conferencias y un esbozo autobiográfico*. Barcelona: Plataforma Editorial (Trabajo original publicado en 1946).
- Grandin, T. (1997). *Atravesando las puertas del autismo*. Barcelona, España: Paidós.
- Lukas, E. (2003). *Logoterapia. La búsqueda de sentido*. Barcelona, España: Paidós (Trabajo original publicado en 1998).
- Noblejas, M. A. (1994). *Logoterapia: fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del Logro Interior de Sentido* (Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España). Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/3776/>
- Noblejas, M. A. (2006). Abordaje terapéutico desde la perspectiva de la logoterapia. *Miscelánea Comillas*, 64 (125), 673-684.