

**CONSIDERACIONES SOBRE LA TENDENCIA SUICIDA DESDE EL ENFOQUE
HUMANISTA**

MARCELA HERRERA QUINTERO

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA SECCIONAL CALI

2012

**El presente artículo es presentado como trabajo de grado para optar
al título de psicóloga**

Asesor Psi. Académico: Manuel Alejandro Moreno.

Contacto: marcehq1@hotmail.com

Resumen

La tendencia suicida es una problemática que no es muy trabajada desde el modelo teórico humanista, sin embargo, es importante mirarla desde diferentes perspectivas, tales como, su estructura y la forma en que es percibida, puesto que al entender el fenómeno es posible aportar a su solución. En el presente artículo se trabajó sobre la comprensión de la tendencia suicida desde el humanismo, buscando su construcción conceptual.

Palabras Clave: Tendencia suicida, Noción de sujeto, Psicología humanista, Agresión, Vacío existencial.

Abstract

The suicide trend is an issue, that hasn't been deeply worked out by the humanism, nevertheless, it is important to look at it from different perspectives, as well as, its structure, and the way to perceive it, because, once the phenomenon is understood, it became possible to find a solution. In the current article, it is worked out, about understanding the suicide trend from the humanism perspective, seeking the way to build a concept.

Key words: Suicide trend, Notion subject, Humanism Psychology, Aggression, Meaningless existence.

Introducción

En principio tiene mucha relevancia para esta monografía dar una explicación lógica del tema de la tendencia suicida para el humanismo, puesto que es el tema que se presenta como eje fundamental de este trabajo.

Para lo anterior, la psicología humanista no plasma en sus teorías directamente la definición de intento suicida, por eso es necesario tratar de entender mediante un análisis detallado la forma como es concebida, esto se realizó desagregando el término en tres aspectos principales que son:

- Noción de sujeto: en la que pretende dar cuenta quién es el ser humano para el modelo teórico humanista, teniendo así una percepción que permita un acercamiento significativo a la temática que nos interesa que es intento suicida.
- Vacío existencial: en esta se recoge información sobre la pérdida de sentido de vida, que puede generar intentos suicidas.
- Agresión a sí mismo: en donde se muestra una manera particular de atentar contra la vida misma cuando se presenta un vacío existencial, aspecto clave para la comprensión del intento suicida.

Se eligieron estas categorías, debido a que no se logro conseguir una teoría concreta sobre el intento suicida, pero si se pudo encontrar teoría que de manera implícita daba alguna información para lograr comprender la forma cómo el modelo teórico humanista concibe el intento suicida.

Esto quiere decir que se realizó en el transcurso del escrito un desarrollo de las tres categorías mencionadas que luego se articulan para intentar dar una explicación del intento suicida desde el humanismo.

El problema de investigación

El tema de la tendencia suicida, es un poco álgido para su abordaje, además de ser un aspecto muy temido por la sociedad a la que pertenecemos, pero también muy padecido por infinidad de personas que hacen parte de nuestra sociedad y cultura, es por esto que sería muy importante estudiar este tipo de problemáticas que vale la pena comprender, para poder hacer algo al respecto.

Por lo anterior, es indispensable nombrar aspectos cruciales en la presente reflexión monográfica, siendo uno de ellos el suicidio, problemática abordada desde tiempos remotos. Según Samper (2007). *“etimológicamente, el suicidio proviene del latín sui, de sí mismo y cidium, que significa asesinato; también se designa como “autolisis”, vocablo procedente del griego auto: de sí mismo y “lisis”: disolución”* (p.13). De acuerdo con esto, suicidio responde a la agresión o asesinato de uno mismo, es decir que el agresor y el agredido es el mismo sujeto.

El suicidio ha sido una problemática que abarca diferentes esferas sociales. Vivimos en una sociedad violentada a diario, en donde los niños desde las edades más tempranas deben hacerse cargo de sí mismos, con muy poco o ningún apoyo de sus familias, en donde a diario los ciudadanos pelean por adquirir estatus social y económico, sin importar a quien se lleven por delante, en donde las relaciones familiares, de pareja y trabajo son cada vez más frágiles, donde la vida se convirtió en un constante caos de intereses particulares que muchas veces priman sobre los sociales. Esto puede generar una confusión interior o, en ocasiones, deseos de no vivir en un mundo tan enajenado de maldad. Es de esta manera en la que la esfera social

tiene un impacto para que cada vez más se generen altos índices de suicidios o intentos suicidas. También aquellos que se sienten muy ajenos a las condiciones sociales, o por el contrario muy cercanos y aferrados a ella, tienden a ser potencialmente suicidas. Respecto a esto Iglesias, I (2003) cita a Durkheim, el cual plantea que *“cuando el hombre está desligado a la sociedad se mata fácilmente, fácilmente también se mata cuando está integrado con demasiada fuerza a ella”* (p.197).

De igual modo, la reflexión de esta problemática abarca la esfera familiar, donde el ser humano se constituye inicialmente y en algunos momentos puede ser perturbante e inadecuada para el individuo. Las frustraciones familiares pueden ser un andamiaje para tomar la decisión del suicidio.

De la misma forma, el suicidio también abarca las esferas personales, pues si el individuo no ha encontrado un sentido para su vida, algo que en realidad le agrade y le de vitalidad, se convierte en un punto crítico que en algunos casos puede llevar al ser humano a tomar decisiones que quizá antes temía, pero que ahora son deseadas como el intento suicida, impulsado en muchas ocasiones por un vacío existencial.

Sin embargo, el suicidio no es exclusivamente psicológico o exclusivamente social, pues desde algunas corrientes de investigación médica se encontró que las personas suicidas tienen ciertas características biológicas o anatómicas que difieren de los que no sufren de este problema.

Respecto a esto Ezzell, C. (2003), plantea que:

En las personas que se quitan la vida ocurren cambios anatómicos y químicos en dos regiones del cerebro: la corteza pre-frontal orbital: que está justo encima de los ojos, y el núcleo rafe dorsal del tronco cerebral, las alteraciones evidencian una reducción de la capacidad de producir y usar la serotonina, importantísimo neurotransmisor que se sabe escasea en los cerebros de los impulsivos y los depresivos. Las neuronas del núcleo rafe dorsal producen serotonina; tienen largas proyecciones que el neurotransmisor transporta hasta la corteza pre-frontal orbital. En las víctimas del suicidio, el núcleo rafe dorsal envía a la corteza orbital cantidades de serotonina menores que las normales. (p.19).

Esto deja claro que no en todos los casos el tema del suicidio es una decisión que toma una persona para quitarse la vida medida por factores emocionales, sino que desde otras perspectivas se ha propuesto el análisis de factores biológicos que pueden conducir a este hecho.

Ahora bien, desde las reflexiones entorno a la salud mental, las personas que toman la decisión de quitarse la vida pasan por algunos de los siguientes aspectos que Sierra (2007) comenta en su capítulo ¿Qué es el suicidio?.

1. Ideación Suicida: Esta es empleada por cualquier persona, es un pensamiento que puede ser recurrente en relación a ponerle fin a su vida, sin embargo, aquellas personas que tienen un deseo profundo de morir llevan este pensamiento a aspectos más elaborados como hora, método utilizado para el suicidio, registros que describen la razón por las cuales tomo la decisión del suicidio. La ideación suicida es solo el pensamiento que puede ser simple, como por ejemplo *“me quiero morir para acabar con mi sufrimiento”* o elaborados, *“me voy a matar con una pistola en la cabeza”*.

Siendo consecuentes con esto, Sierra (2007) define ideación suicida como:

Todos aquellos sentimientos o pensamientos que las personas hacen tendientes a poner fin a su vida, desde pequeños comentarios en estados emocionales de irritabilidad, hasta las ideas más elaboradas, que incluyen el método que la persona piensa utilizar y el día que piensa cometer el acto suicida. (p.p.34,35).

La ideación suicida, es importante enunciarla, pero para la presente monografía no se toma en cuenta, debido a que muchas personas sin tendencia suicida, piensan en acabar con sus vidas, sin embargo algunas no lo realizan ni lo intentan.

2. Tendencia suicida: son aquellos eventos en los cuales las personas han decidido quitarse la vida, realizan todo para su muerte y lo ejecutan, sin embargo no cumplen su objetivo de matarse. Puede ser que en el fondo realicen sus acciones con una decisión clara y firme, y los otros lo hacen pero buscan quedar vivos con el fin de que familiares o conocidos sepan hasta dónde puede llegar. Generalmente este tipo de personas después de sobrevivir a una acción suicida, algunas se arrepienten de lo que hicieron, pero otras buscan la manera de cumplir con su objetivo de suicidarse.

En relación al intento suicida Sierra (2007), comenta que:

El intento suicida es fallido, sea porque el método utilizado no fue el más efectivo, o porque la persona fue encontrada por alguien a tiempo, o porque luego de iniciar su acción suicida, esta se arrepiente y pide ayuda. Sin embargo, algo que se debe tener en cuenta es que algunos de estos actos suicidas son fallidos intencionalmente, pero otros lo vuelven a intentar, una y otra vez hasta lograrlo. (p.p.31,33).

El intento suicida es un aspecto fundamental, siendo la columna vertebral de esta monografía, pues se centra en los sobrevivientes del comportamiento suicida, temática estudiada desde el modelo teórico humanista.

3. Acto suicida: Son todas aquellas acciones autodestructivas en las cuales esté en juego la vida en relación a la pérdida de la misma, independientemente si es consumado el acto suicida o no. Sobre esto comenta Sierra (2007) *“el acto suicida es toda acción autoinfligida sea letal o no y se conozca o no los móviles de la misma”* (p.29).
4. Suicidio consumado: Es aquellas personas que realizaron un acto suicida y lograron su objetivo de morir o quienes han buscado continuamente la muerte y logran llegar fatalmente a ella. Según esto Sierra (2007), comenta que *“este tipo de suicidio es el que se logra realizar y la persona termina con su vida. También encuentra en un grupo de individuos que lo han intentado y finalmente encontraron el método adecuado”* (p.26).

El acto suicida y el suicidio consumado, a pesar de ser aspectos fundamentales, pues son todas las acciones que dan pie al suicidio, no son de interés en el presente trabajo, pues no se estudian casos de acciones realizadas efectuadas hasta la muerte, sino la comprensión de la tendencia suicida que son aquellas personas que han sobrevivido a esta autodestrucción.

Por otra parte, hay muchas formas y propuestas de concepción e intervención en pacientes con tendencia suicida, algunas pertenecientes a la psiquiatría y otras a la psicología, a pesar de ser áreas del conocimiento encargadas de brindar bienestar mental a sus pacientes son muy diferentes en la forma, métodos y técnicas para realizarlo.

La psiquiatría es un área de la medicina que en muchas ocasiones trabaja el suicidio a partir de clasificación de enfermedades mentales y generalmente sus tratamientos están dirigidos a medicar a los pacientes. En múltiples ocasiones sus técnicas alivian un poco esta tendencia suicida. Respecto a esto Miro (2003), plantea que *“el tratamiento psiquiátrico cuando el potencial suicida es alto, se impone la hospitalización del paciente y someterlo a vigilancia y terapia intensiva”* (p.37). La propuesta psiquiátrica a pesar de ser importante, no se trabajó en el presente estudio, puesto que se escogió la mirada psicológica, siendo esta la disciplina en la que se está formando la autora del este escrito.

De igual modo, la psicología ofrece múltiples concepciones y alternativas de tratamiento, a diferencia de la psiquiatría, la psicología utiliza técnicas como el discurso, es decir, se interviene y se presentan mejorías mediante las conversaciones y a partir de ellas se implementan uno o varios de los discursos científicos que maneja la psicología. Esto permite comprender entonces que la psicología es muy extensa en lo que respecta a la forma de ver, comprender e intervenir el fenómeno a trabajar.

Desde la psicología humanista se aborda la problemática del intento suicida en el presente escrito, sin embargo existen múltiples modelos teóricos, algunos de ellos se presentan a continuación:

- **Sistémico:** Este modelo, tiene una mirada del ser humano en relación a su familia y el núcleo en el que el paciente vive y se relaciona, no ve al ser humano solo, sino que lo ve de acuerdo a su entorno familiar y social.
- **Conductual:** Este modelo, se centra en las conductas, presentadas por el sujeto y tiende a fortalecer unas y a eliminar otras como por ejemplo comportamiento suicida.
- **Psicología social:** Es el modelo que trabaja con comunidades y grupos humanos, quienes se reúnen por problemáticas específicas, y a partir de aquel grupo diagnostican e intervienen.
- **Psicoanálisis:** Este deja de ser un modelo teórico de la psicología, y se convierte en una rama, trabajando en gran medida con aquello que el paciente es, pero no sabe decirlo o no lo hace consciente, es decir trabaja con el inconsciente, y se centra en gran parte en el pasado del mismo. El psicoanálisis tiene miradas claras sobre la tendencia suicida abordándola partir del concepto de pulsión de muerte.

Estas miradas de la psicología tienen diversas concepciones, diagnostican e intervienen de acuerdo a sus cosmovisiones, sus múltiples formas de trabajo con poblaciones o individuos. Es de destacar el trabajo que realizan con pacientes con tendencia suicida con suma responsabilidad y compromiso, posibilitando un mejor bienestar al ser humano, sin embargo estas miradas psicológicas no entran en la presente monografía puesto que ésta se centra en la mirada humanista.

- **El humanismo:** es un enfoque de la psicología que trabaja en el aquí y el ahora, es decir el presente del sujeto, optimizando las fortalezas que cada persona tiene. Este modelo trabaja la tendencia suicida a partir de las experiencias o vivencias que le han permitido tomar aquella decisión y la forma de concebir la vida y las fortalezas que le pueden ayudar al paciente a continuar su vida.

Es importante resaltar que en la presente monografía, no se realizó una búsqueda de formas de intervención para pacientes suicidas desde el modelo teórico humanista, sino que se hizo una búsqueda sobre las concepciones o formas de entender al sujeto desde esta perspectiva psicológica de tal forma que se pueda realizar una aproximación a la forma cómo desde el humanismo se puede entender la tendencia suicida. La escogencia de este modelo teórico,

para la realización del presente trabajo, es porque en la exploración documental realizada, se encontró muy poca teoría sobre la temática. Por todo ello, es posible entonces, plantear la pregunta que rige la presente monografía y esta es:

¿Cómo se puede entender la tendencia suicida desde la psicología humanista?

Para llevar a cabo este fin, la tendencia suicida se desagregó, en tanto unidad de análisis, en tres categorías de exploración que son: concepción de sujeto, entendimiento sobre la agresión y consideraciones sobre el vacío existencial, con el fin de comprender de forma más sistemática este concepto.

Justificación

Durante el periodo comprendido entre el 2011 y 2012, se ha trabajado de manera intensiva en la realización del trabajo de grado llamado *Consideraciones sobre la tendencia suicida desde la perspectiva psicológica humanista*. Sin embargo, se tardó mucho llegar a definir de manera clara y viable la ruta para la monografía, debido a que en primer lugar el trabajo estaba orientado a tratar el intento suicida desde los modelos teóricos de la psicología como psicoanálisis y humanismo, sin embargo de acuerdo a las búsquedas de información realizadas que permitían darle soporte a este estudio, se logró visualizar que el psicoanálisis tiene mucha información vs poca del humanismo, por tanto el estudio desde la mirada humanista se hace mucho más importante.

Para desarrollar una ruta viable en la que se encuentre una concepción de intento suicida desde el humanismo se desagregó analíticamente el término en tres categorías:

- **Noción de sujeto:** En esta se intentó comprender la forma cómo es concebido el ser humano, para saber desde donde se puede trabajar.
- **Concepto de agresión:** Esta categoría hace referencia a la forma en cómo un sujeto puede canalizar de manera negativa su agresión y atentar contra su propia vida, generado por un faltante o un vacío existencial.
- **Vacío existencial:** Esta categoría presenta la forma en la que el humanismo explica una de las causas por las que se puede presentar intento suicida. Frankl (1991) es el mayor exponente de esta postura y considera que el suicidio llega cuando una persona ya no tiene nada dentro de sí, es decir se crea un vacío existencial y toma el suicidio como una alternativa para su falta de sentido en la vida.

Con todo lo mencionado hasta ahora, es posible decir que el intento suicida es un fenómeno alarmante para la estructura social, pues aquellos que lo hacen, la mayoría de las veces, es porque están inconformes con sus vidas, siendo en algunas ocasiones víctima de la influencia social a la que están expuestos todo el tiempo.

El intento suicida es una problemática que permea todo el mundo, pues las tasas son reveladoras. Según Mansilla (2011), *“diariamente se producen en el mundo de 8 mil a 10 mil intentos de suicidio, de los que 1000 lo consiguen. Según la OMS, el suicidio sería la decima causa de muerte en los países civilizados”*.

Es importante también conocer las cifras de suicidios consumados en el mundo y en Colombia. Referente a esto Clavijo (2010) comenta que *“cada 40 segundos alguien se suicida en el mundo, señala un informe de la OMS, es decir 3000 personas se quitan la vida, seis de ellas en Colombia, según los datos del instituto nacional de medicina legal”*.

De igual manera, es pertinente dar a conocer las cifras de intento suicida en Colombia, puesto que es indispensable darse cuenta de lo que pasa en el contexto del país. Taborda y Tellez (2010) plantean que *“en Colombia la encuesta nacional de salud mental (2003), mostro que el 12,3% de los colombianos ha tenido ideas suicidas, 4,41% de ha realizado planes suicida y el 4.9% han hecho intento suicida”*.

De igual modo, para acercarse más al contexto, específicamente en lo que pasa en la ciudad de Santiago de Cali, es fundamental dirigir la mirada a una problemática que la aqueja frecuentemente, siendo ésta la de los intentos suicidas. Con respecto a esto Castillo, A. (2010) dice que *“en el 2006 tuvo reportadas 152 intentos de suicidio, y en el 2009 hubo un aumento de 395 personas reportadas”*.

Esto permite comprender la importancia de trabajar este tema en contexto y sociedad. Sin embargo, Castillo, A. (2010) continua diciendo que *“Cali es una ciudad pionera en el país en el proceso de vigilancia epidemiológica de intento suicida”*, aspecto que es indispensable conocer porque de esta manera se puede contribuir desde algo lo a las problemática que está sufriendo Cali en los últimos años.

La sociedad ha estado permeada por una infinidad de delitos, masacres, delincuencia, narcotráfico durante muchos años, ha sido una ciudad que ha estado golpeada por la violencia social e intrafamiliar, y puede ser esta una de las causas por las cuales cada vez más se está frente a personas que movilizadas por el desespero sobre aquello que los aqueja, tomen el suicidio como una solución a sus conflictos internos o externos.

El intento Suicida, podemos decir por las cifras tan reveladoras anteriormente mencionadas, es una problemática que va en vía de aumento, posiblemente generado por las diferentes causas, familiares, sociales, biológicas, o personales de los individuos. Es por eso que es de fundamental importancia los aportes científicos brindados por la psicología en general, en aras del mejoramiento del malestar social producido intensamente en los últimos tiempos.

La psicología como área del conocimiento interesada en brindarles ayuda a las personas que padecen algún tipo de sufrimiento, está en la tarea de proporcionar diferentes fuentes de tratamiento e intervención mediante las cuales el intento suicida o el suicidio consumado sea cada vez menores.

El intento suicida ha sido un tema trabajado por psiquiatras y psicólogos, quienes constantemente están en contacto con este tipo de pacientes, sin embargo en esta monografía se pretendió realizar una mirada solamente psicológica puesto se quiere ahondar desde una mirada humanista. Respecto a esto, Frankl, V. (1991, 1994), Perls, F. (1975), Fonnegra, I. (2003), entre otros autores que hablan desde la perspectiva humanista, plasmaron cosmovisiones diversas que han permitido un abordaje más específico de esta situación que aqueja a un sin número de personas. Así como estos pensadores, muchos psicólogos se han preguntado lo mismo, es por esto que es fundamental recoger información dada por otros, desde sus subjetividades y puntos de vista científicos que posibiliten una mayor mirada de aquello que es tan complejo en nuestra sociedad como es el suicidio.

Desde la elección profesional que se hizo en el campo de la salud específicamente, es fundamental dirigir una profunda y analítica mirada a problemáticas que afectan de manera significativa a la sociedad. Dar respuesta a este tipo de conflictos es complejo por lo que es pertinente y enriquecedor ahondar de manera responsable, pero también muy detallada en temas como el intento suicida, pues es precisamente la labor de una psicóloga, estar presente

en los malestares culturales, sociales con el fin de producir con su contribución a un mejoramiento progresivo.

Para la formación como psicóloga es fundamental conocer aspectos relacionados con las condiciones que en el ser humano son determinantes para llegar a cometer un acto violento contra sí mismo. El modelo teórico humanista permite hacer una reflexión al respecto.

Objetivos

General: Comprender la concepción de la psicología humanista frente a la tendencia suicida.

Específicos:

- Describir la noción de sujeto desde el humanismo.
- Conocer las teorías humanistas frente a agresión.
- Indagar sobre las formas de comprender el vacío existencial.
- Comprender las formas como el humanismo entiende la tendencia suicida

Aspectos metodológicos

La presente monografía fue asumida como una investigación teórica, de revisión documental que permitió un acercamiento a las teorías escritas sobre la temática a abordar. Létourneau J (2007), propone tres pasos significativos para desarrollar una investigación, referente a esto plantea que *“un trabajo de investigación comporta en lo esencial tres etapas, a saber: recuperación de la documentación, organización lógica de la información recuperada y redacción de un texto de contenido sólido y agradable.”* (p.189). Son estos mismos pasos los que se tomaron en la presente monografía para su realización.

1. Recuperación de la información: Se visitó a 7 bibliotecas de la ciudad de Cali, realizando una búsqueda minuciosa de información, con el fin de recoger textos que fueron pertinentes en el desarrollo de este estudio, también se consultaron páginas Web de carácter científico que brindaron aportes significativos y un direccionamiento óptimo del escrito.
2. Organización y clasificación: La organización del texto se realizó una vez se obtuvo la información necesaria, clasificándolos solo bajo el modelo teórico humanista.

Mientras que la clasificación se realizó de manera más profunda, es decir una vez se tuvieron los textos organizados, se ubicaron las tres categorías de análisis, que han sido situadas con anterioridad, a saber: noción de sujeto, agresión y vacío existencial.

3. Redacción del documento: Se realizó un escrito en el cual se condensó el desarrollo de las categorías a la luz de teoría referente al modelo teórico humanista, las cuales dieron una luz para finalmente decir cómo puede ser entendida la tendencia suicida desde el humanismo.

Consideraciones sobre la tendencia suicida desde la psicología humanista

Noción de sujeto

Desde el humanismo, el ser humano es concebido como un organismo en el cual funcionan varios mecanismos simultáneamente, como el ente psicológico, biológico y social, lo cual posee la persona desde su nacimiento hasta su muerte. Sin embargo, estas funciones aparentemente distintas, se unifican formando un equilibrio en la persona y generando diversas formas subjetivas de ver, sentir y vivir el mundo. Respecto a esto Gonzalez, I. (2005) cita a Perls quien plantea que *“El organismo se entiende como la suma de lo biológico, lo psicológico y lo social, pero al mismo tiempo es mucho más que esa suma”*. (p.79).

Del mismo modo Perls, F. (1975) también habla de que el ser humano es un ser integrado y no es la suma de sus partes y que estas trabajan simultáneamente para equilibrarlo como ser vivo y hacer de él un ser humano en relación con otros. Dicha integración Perls la comenta de la siguiente manera:

El hombre es un organismo vivo y a algunos de sus aspectos se les llama cuerpo, mente y alma. Cuando definimos al cuerpo como la suma de células, la mente como la suma de percepciones y pensamientos y al alma como la suma de emociones, y aunque añadamos una "integración estructural" (o la existencia de estas sumas totales como totalidades) a cada uno de estos tres términos, nos damos aún cuenta de cuan artificial y en desacuerdo con la realidad están esas definiciones y divisiones. (p.37).

Aparentemente se considera que los seres humanos tienen los mismos tres ejes nombrados anteriormente y que éstos gobiernan su vida, es decir que si alguno de ellos falla la existencia cambia de sentido y de forma, convirtiéndose en personas inactivas a las diferentes demandas de la sociedad y cultura. Sin embargo, hay que aclarar algo que es de mucha importancia para toda la psicología, pero en particular para el modelo teórico humanista y es que todas las personas que existen tienen una singularidad, una subjetividad y una cosmovisión única, esto demuestra que cada persona es diferente y singular. Respecto a esto Frankl, V. (1994), quien es un representante importante del humanismo, plantea que *“la persona no es un ser humano como los otros, sino diferente de los otros, y en esta diferencia resulta ser algo único y singular”*. (p.59).

De esta manera, los seres humanos no son considerados como la suma de las partes, sino como una totalidad que funciona para dar vida, existencia y permitir un ser sociable. Siendo de esta manera como Perls, F. (1947), da a conocer la constitución del ser humano como cuerpo, reacciones fisiológicas, gestos, actitudes, conductas, palabras, frases, lenguaje verbal y no verbal, pensamientos, memoria, emociones, recuerdos, imaginaciones, fantasía, haciendo del ser humano una persona con capacidades y habilidades que lo hacen único e irrepetible, pero que al tiempo es un ser social.

Dicha totalidad le permite al ser humano lograr un equilibrio, puesto que se llega a éste mediante la satisfacción de las necesidades, el cumplimiento de los deberes y a partir de otros aspectos que posibilitan el bienestar del ser humano. Respecto a esto Frankl, V. (1994) plantea que *“el equilibrio debe restablecerse siempre con los medios de la satisfacción ponderada de las necesidades, la atención a la realidad y el cumplimiento de los deberes”*. (p.32).

Para el humanismo lo psíquico y lo físico no son entes aparte sino paralelos que trabajan simultáneamente para que el ser humano pueda constituirse como tal, con todas sus funciones. De acuerdo con ello Frank (1994) plantea que *“es innegable, por ejemplo, que existe cierto*

paralelismo entre lo psíquico y lo físico: por eso se habló y se habla de paralelismo psicofísico”. (p.96).

Por otra parte, existe una característica fundamental del ser humano considerada por el humanismo y es la autotrascendencia, puesto que deja un poco de lado el ser interior personal y va en función de otras personas u objetos; es decir busca otros horizontes que correspondan a algo externo a la persona, de esta manera es como se constituye como ser individual y autónomo. Frankl, V. (1994), comenta que *“Yo sólo puedo ser plenamente hombre y realizar mi individualidad en la medida en que me trasciendo a mí mismo de cara a algo o alguien que está en el mundo”*. (p.65).

Una de las maneras de trascender es reflexionar sobre la existencia y el sí mismo, pues al pensarse el sí mismo, es posible dejar de lado el propio ser y trascender a otros. Es así como Frankl, V. (1994) dice que *“el conocimiento reflexivo, para el conocimiento de mi propio yo; en efecto, no solo el “no yo” está distante del yo, sino que el propio yo está distante de sí mismo: al buscarme a mí mismo, estoy trascendiendo”*. (p.104).

Es importante resaltar que además de los tres ejes que hacen parte de nuestra vida, es decir, lo psicológico, biológico y social, existe otro con igual importancia y es el ser interior, pues desde el humanismo ese aspecto es fundamental en la vida de un ser humano. De igual modo, la toma de decisiones personales y a su vez la responsabilidad de las mismas, son los aspectos fundamentales que cada persona debe tener para convertirse en un ser individual dentro de una sociedad. Respecto a esto Frankl, V. (1994) plantea que *“ser hombre significa decidir siempre lo que he de hacer de mí mismo, y esto a su vez significa asumir la responsabilidad de eso que he hecho de mí mismo”*. (p.75).

Así mismo, desde la mirada de Patterson, otro exponente del humanismo, se reafirma la idea de que el ser humano es un sujeto libre capaz de ser consciente de sus emociones y experiencias, es por esto que se determina como una persona libre, pero dicha libertad está cargada de responsabilidades. González, L. (2005) argumenta que:

Patterson resume las características básicas comunes a todos los enfoques existenciales de psicoterapia en los siguientes principios: los seres humanos tienen capacidad de darse cuenta de ser conscientes de sí mismos. Esto les permite elegir y tomar decisiones. Por eso el ser humano es responsable, porque puede elegir. Así pues el hombre es libre. Es lo que hace de sí mismo; la herencia, el ambiente, la educación y la cultura son factores secundarios. Las influencias externas limitan pero no determinan. (p.208).

En este orden de ideas, el ser humano está inscrito en la estructura del sí-mismo, la cual es la que se ha dicho que es necesario autotrascenderla, ésta es la que le permite definir quién es y quien será, además el ser humano tiene presente que algún día dejará de vivir y por lo tanto dejará de existir y de ser, debido que la vida y la muerte están de la mano. Gonzalez, L. (2005) dice que *“el ser humano está siempre en estado de llegar a ser, devenir. El ser humano sabe que en un determinado tiempo futuro ya no será. Se lleva implícito el no ser; la existencia supone la no existencia. La muerte da realidad a la verdad.”* (p.208).

Así mismo, el ser humano es libre, posee potencialidades y habilidades que lo hacen único, estas fortalezas deben ser ejercitadas, pues es cada ser humano el único responsable de trabajarlas de la mejor manera. Dichas potencialidades le permiten encontrar el sentido de la vida, cada uno posee diferentes sentidos de vida, pero son estos lo que le permiten a la persona su existencia y su vivir. Es así como Frankl, V. (1994), plantea que:

Las posibilidades que importan son las potencialidades de cumplimiento de sentido y de realización de los valores. El hecho de que estas posibilidades sean pasajeras, que al no realizarse se pierdan definitivamente, quiere decir que debemos aclarar al hombre no solo como un ser libre, sino como un ser responsable, responsable de realizar posibilidades pasajeras, de cumplir el sentido de su vida personal y de sus situaciones concretas y de perpetuarlas así mediante esta realización. (pp.44-45).

Del mismo modo, al detenernos en el desarrollo de dichas potencialidades que cada ser humano posee, se está hablando de autorrealización, siendo este un aspecto importante en la subjetividad del ser humano. Para Frankl, V. (1994) la autorrealización es el cumplimiento del deseo de sentido mediante las diversas potencialidades que los individuos desarrollan durante sus vidas, éstas no solo le permiten realizar aquello que añoran, sino también posibilitan un descubrimiento sustancial de sí mismo, encontrando también su sentido.

Así, el ser humano es capaz de desarrollarse, esto lo puede hacer mediante la conciencia por la cual logra evaluarse como un objeto pero también sujeto y tomar decisiones a partir de sus hallazgos. También tiene la posibilidad de mirar a su pasado y evaluar las cosas que ha vivido, mirar en el presente y decir si está bien con lo que vive, y tiene la capacidad de planear y visualizar cosas para su futuro, las cuales las alcanzará mediante sus potencialidades y esfuerzo, por esto González, L. (2005) comenta que el ser humano trasciende bajo un sin número de situaciones que lo hacen movilizarse e ir en busca de nuevos horizontes y saberes.

Por otra parte, es el yo quien permite un acercamiento con experiencias presentes teniendo una adaptación a las mismas y siendo capaz de simbolizar aquello que sucede a diario en el orden de lo inmediato, esto construye, desde el presente, el sentido y significado de las experiencias personales. Tal como lo plantea Gonzales, L. (2005) el YO nuestro punto de partida en el contacto con la realidad externa pero también interna en la que estamos en constante contacto.

Así mismo, el ser humano tiene diversas capacidades y habilidades que permiten enfrentarse a los problemas que se presentan en la vida, éstos tienen diversas formas de solucionarse de acuerdo a cada subjetividad, pero también a su capacidad creadora de resolución de problemas. Es por esto que el ser humano es responsable de sí mismo, puesto que es un ser libre, pero la libertad implica responsabilidad, esta posibilita que la persona genere mecanismos alternos de sentido de vida cuando se requieran, de tal manera que las agresiones contra sí mismo, como el suicidio, no afloran como una posibilidad frente al vacío de la existencia.

De acuerdo con lo anterior, Frankl, V. (1991), dice que:

La unicidad y la resolución que diferencian a cada individuo y confieren un significado a su existencia tienen su incidencia en la actividad creativa, al igual que la tienen en el amor [...] El hombre que se hace consciente de su responsabilidad ante el ser humano que le espera con todo su afecto o ante una obra inconclusa no podrá nunca tirar su vida por la borda. Conoce el "por qué" de su existencia y podrá soportar casi cualquier "cómo". (p.47).

Al plantear la idea anterior se dijo que el ser humano es libre, pues existe un tipo de libertad que es la moral, en donde se considera que el ser humano es autónomo y esto implica que sus decisiones y sus opiniones deben ser respetadas por otros, así como éste debe respetar las de los demás. Fonnegra, I. (2003) plantea que "al postular el principio de la libertad moral, se acepta que el ser humano es un agente moral autónomo y responsable cuya dignidad debe ser respetada por quienes mantienen posiciones morales diferentes". (p.80).

Es así como, es permitiente rescatar la cosmovisión del modelo teórico humanista con respecto al ser humano, pues ve a las personas desde sus potencialidades, no desde sus limitaciones, pues considera que es un ser libre, pero también responsable, y que si se rescata lo positivo de un ser humano, puede permitirse crear un sentido de vida, que fortalezca las falencias que se presenten en su vida. González, L. (2005) plantea que *“todas las tendencias humanistas se enfocan más en el potencial de las personas que en sus limitaciones, resaltan su autonomía y su libertad y por consiguiente su autorresponsabilidad”*. (p.44).

De igual modo, desde el humanismo también se habla de que los seres humanos privilegian el mundo exterior más que el interior, posiblemente sea esta una forma inconsciente de rechazar algunas cosas de sí-mismo que son difíciles o duelen, pero esto no es del todo negativo, puesto que al dejar de lado el interior y volcarse a vivenciar el mundo exterior le ayuda a desarrollar su autonomía y autorrealización, que permite ir más allá del egocentrismo. Frankl, V. (1994) comenta que:

Yo estoy convencido que el hombre no se interesa primariamente por su propio estado interno, llámese homeostasia o como se quiera; el hombre-al menos el hombre no neurótico- está volcado hacia las cosas y a hacia sus semejantes del mundo exterior, no como simples medios para un fin: no para la satisfacción de su sexualidad y hacia su agresividad. (p.51).

Del mismo modo, es pertinente decir que solo cuando el ser humano trasciende el egocentrismo, logra su máximo rendimiento, es decir que solo cuando el ser humano encuentra que dentro de sí hay cosas que debe modificar, logra alcanzar a comprender y a vivir de manera más sana su vida. Respecto a esto Frankl, V. (1994) dice que *“en la lucha competitiva bien entendida, el hombre rivaliza en realidad consigo mismo; en su propio concurrente. Y sólo cuando adopta esta actitud alcanza el máximo de rendimiento”*. (p.57).

Así, desde el humanismo se dice que el ser humano que quiere algo con mucha intensidad pero desde la razón, cada vez se aleja más de eso que anhela. Sin embargo, solo se llega a lo que se quiere deseándolo desde el sentido de vida. Frankl, V. (1994) comenta que *“cuando uno busca la victoria ésta se le escapa. Si la persona busca insistentemente algo desde la razón y no del sentido de vida es posible que esto no sea alcanzado por la persona”*. (p.57).

De otro lado, se cree desde el humanismo que el hombre incondicionado es el que menos sufre, puesto que se aferra a la vida en cualquier circunstancia que se le presente, saca de cada experiencia un sentido de vida. En palabras de Frankl, V. (1994): *“El hombre incondicionado es el hombre que sigue siendo hombre en todas las condiciones, aun las más desfavorables e indignas; el hombre que en ningún momento abdica de su ser, sino que se aferra a él incondicionadamente”*. (p.83). Sin embargo, para llegar a dicha incondicionalidad es necesario que el hombre tenga una capacidad impetuosa de aferrarse a sí mismo y luchar por encima de las circunstancias que se le presenten, puesto que un ser humano condicionado tienen problemas en la adaptación de situaciones adversas. En resumidas cuentas un hombre incondicional es capaz de experimentar la libertad de espíritu.

Es esa vía que Frankl, V. (1994) comenta que:

Se debe indagar hasta qué punto el hombre, en su condicionalidad, puede superar ésta o, al menos, trascenderla, y puede “existir”, más allá de la condicionalidad de su “facticidad”, en la incondicionalidad. Y debe mostrarlo partiendo de esa facticidad, de esos hechos que parecen limitar en forma drástica el margen de libertad del espíritu humano, pero que pueden demostrar también de modo no menos claro cómo el hombre es capaz, a pesar de todo, de despegar de ese suelo en virtud de su libertad. (p.84).

En lo anterior, se puede ver cómo lo espiritual recobra un sentido valedero, y es porque para Frankl, el ser humano no es solo biológico y racional, sino que tiene un componente importante que es lo espiritual, no se refiere a lo religioso, sino al sentido de vida de las personas, y aquello por lo que luchan a pesar de las adversidades. Frankl, V. (1994), dice que *“la integridad del hombre incluye un tercer elemento: lo espiritual, el hombre tiene cuerpo, razón y espíritu, como sabe que el hombre es libre y responsable”*. (p.88). Ello permite analizar entonces que el autor nos muestra que la libertad proviene del espíritu, es por eso que una persona al no estar físicamente libre lo puede estar espiritualmente y sentirse pleno, pero dicha libertad implica una responsabilidad, esta posibilita tener una postura frente a los contextos, personas y situaciones que se le presenten. Para Frankl, V. (1994):

El hombre como ser espiritual no sólo se contrapone al mundo, tanto el exterior como el interior, sino que toma postura frente a él, adopta un “comportamiento”, y este comportarse es libre. El hombre toma postura en cada instante de su existencia tanto ante el entorno natural y social, el medio ambiente externo, como ante el mundo interno psicofísico, el medio ambiente interno. (p.173).

De igual modo, en el humanismo no se considera que el ser humano esté compuesto por aspectos separados, pues se cree que lo corporal, lo anímico y lo espiritual van simultáneamente unidos, de esta manera Frankl, V. (1994) denomina a la unión como “totalidad corpóreo-anímico-espiritual” que constituye al ser humano.

De la misma manera, la psicología humanista tiene diversas formas de abordar a las personas, teniendo claro que el ser humano está provisto de su sí-mismo el cual lo construye en relación con otros, siendo el individuo responsable de aquello que hace y posee, además debe ser el encargado de visualizar el sentido de su vida. Así, González, L. (2005) propone que la libertad de conciencia y de aprendizaje de sí y del entorno es el que permite construir el sentido de existencia.

Ese, sí mismo, del que se habla en párrafos anteriores, es un aspecto fundamental para comprender la noción de sujeto, Rogers, C. (1977), da claridad sobre el tema del sí mismo porque cree que este es la estructura de la personalidad, la cual se construye a partir de las interacciones y contacto con otros, el dicho acercamiento con valores, creencias, costumbres, hábitos, van haciendo un punto de referencia en la identificación y consolidación de la consciencia y subjetividad del ser humano; esto quiere decir que cuando un niño nace va conociendo e interiorizando aquello que viene del exterior, cuando tiene algunos unos años de edad logra seleccionar con que quiere quedarse de eso que recibió, es decir los seres humanos son producto de relaciones con otros, y son estos los que introducen al individuo a una cultura haciéndolo parte de ella, brindándole un espacio y enseñándole todo lo que significa ser sujeto en comunidad.

Así como el sí mismo, es un aspecto importante, también lo es el tema de las experiencias, pues son estas la que le dan al ser humano una visión de la vida, convirtiéndose en la realidad de cada individuo, son entonces como decía Frankl, V. (1991) que la persona es el eje central de sus experiencias; es decir son estas las que lo definen y le permiten, de alguna manera, convertirse en un sujeto activo en la sociedad.

Por su parte, otro punto de vista desde el humanismo es el de Perls, quien concibe al ser humano como un ser de necesidades, pero al tiempo lo pone sobre la base de una búsqueda constante de su equilibrio y homeostasis para así vivir en armonía. Respecto a esto González, L. (2005) comenta que:

El organismo lucha por mantener un equilibrio que continuamente es alterado por sus necesidades y recuperado por su satisfacción o eliminación. En todos los seres vivos las células contribuyen al funcionamiento unificado y son a su vez conjuntos autorreguladores y organizados. Este concepto lo tomo Perls del principio de homeostasis. Toda la vida y todo el comportamiento son observados por el proceso que los científicos llaman homeostasis y que los legos denominan adaptación. El proceso homeostático, es el proceso mediante el cual el organismo mantiene su equilibrio y por lo tanto su salud, en medio de condiciones que varían. (p.156).

A su vez, la terapia gestalt comenta Gonzales, L. (2005) es una rama de la psicología humanista desde la que se considera que el hombre es un ser de necesidades, algunas están satisfechas y otras no, pero en estas últimas el hombre basa su energía en satisfacerlas o rechazarlas. La terapia gestalt ubica la vida del hombre necesariamente a estar rodeado y anclado satisfaciendo o rechazando necesidades.

Así mismo para Frankl, V. (1991), se expresa como el ser humano tiene la capacidad de oponerse frente a cualquier decisión o circunstancia ya sea interna o externa y tomar sus propias decisiones frente a su vida.

De esta manera, el ser humano es libre en tanto ser espiritual, sin embargo el carácter que posee es dado desde lo psíquico, aunque se plantea que el carácter además de ser genético es un proceso creador y que cada ser humano lo construye a partir de su concepto de sí. Frankl V. (1994) comenta que:

La persona es libre; pero el carácter no lo es; más bien, la persona es libre frente a su carácter. Esto se desprende ya del hecho de que la persona sea espiritual, mientras el carácter constituye algo psíquico y corresponde a la predisposición genética y brota de ella. El factor genético que el hombre ha recibido en dote constituye su carácter; pero éste representa, por decirlo así, el genotipo psíquico; lo que el hombre hace con su caudal hereditario, lo que configura con él, correspondería al fenotipo. Pero la instancia que efectúa esa configuración es la persona. Por eso cabe decir que el carácter es algo creado, en tanto que la persona es creadora. (p.176).

Por otra parte, en la vida de un ser humano hay tiempo para todos los sentimiento, sean negativos o positivos, lo importante es que el sujeto tenga la posibilidad de vivirlos plenamente. Respecto a esto Fonnegra, I. (2003) comenta que “*así como existen momentos propicios para amar, disfrutar, sentir regocijo, compartir, luchar, reír y gozar, también los hay para vivir en silencio, la tristeza y la soledad.* (p.21). De igual manera, existen emociones que hacen parte del ser humano, no solo social, sino también psicológico y biológico. Es así como Perls argumenta que “*no se da emoción, como rabia, tristeza, vergüenza o disgusto sin que entren en juego sus componentes, tanto fisiológicos como psicológicos*”. (p.58).

Finalmente el ser humano puede ser comprendido como organismo, dicho organismo no se puede generar o mantener solo, pues este se alimenta de la relación con otros y así mismo este traerá un impacto a ese contexto al que pertenece. Perls, F. (1975) plantea el asunto de la siguiente manera:

Ningún organismo es autosuficiente. Requiere del mundo para la satisfacción de sus necesidades. Considerar a un organismo por sí mismo equivale a verlo como una unidad artificialmente aislada, mientras que siempre hay una interdependencia del organismo y su medio ambiente. El organismo es una parte del mundo pero puede también experimentar al mundo como algo separado de sí mismo —como algo tan real como él mismo. (p .93).

Así las cosas, vivir no es solo respirar, pues es necesario ser responsables con la vida y comprometerse a enfrentar de maneras adecuadas los problemas que se presenten y estar conscientes que la derrota viene, inicialmente, del interior y luego se permea en el exterior.

Frankl, V. (1991), señala esto al mencionar que *“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”*. (p.20).

Siendo así, todo lo que se planteo en relación a la noción de sujeto, lleva a reflexionar sobre aspectos importantes, puesto que desde la postura del modelo teórico humanista, principalmente desde la gestalt, se logró comprender al ser humano como un organismo cuyos mecanismos psicológicos, biológicos y sociales se organizan para trabajar simultáneamente, con el fin de generar un equilibrio para el buen funcionamiento. Sin embargo, desde la postura existencialista se comprende que el ser humano tiene también el ente espiritual, no desde una parte religiosa, sino desde el sentido de vida, que es el que le permite al ser humano luchar y vivir plenamente. De igual manera, se considera que es un ser libre puesto que tiene la capacidad de elegir, pero esto implica responsabilidad en relación con sus elecciones. Del mismo modo una de las temáticas más importantes que se debe tener en cuenta en capítulo noción de sujeto, es el, sí mismo, el que permite que el ser humano se referencie, sienta, piense, sea, construyéndose mediante el contacto con otros y las formas como toma consciencia hacen que el ser vivo se convierta en un ser humano capaz de vivir en comunidad, teniendo criterios y pensamientos que lo hacen diferente a otros.

En últimas, en las personas con intento suicida, tienen una incongruencia en relación a la noción de sujeto que tienen de sí mismos, puesto que sienten confusión entre lo que han vivido, lo que el mundo demanda y lo que son en el presente, convirtiéndose el suicidio en una salida de dicha incongruencia para este tipo de población.

Consideraciones sobre la agresión

Al analizar el intento suicida, se puede comentar que cuando una persona toma la decisión de suicidarse, quiere decir que está pensando en atentar contra su propia vida, y esto lo hace mediante agresiones a sí mismo, dichas agresiones se convierten en el medio más importante para llegar a su fin supremo que es la muerte.

Las agresiones se presentan de distintas maneras, sin embargo la agresión contra sí mismo es generada por una desolación personal, por un vacío existencial tan grande que consideran que la única manera de solucionarlo es agrediendo para dejar de existir, puesto que muchos piensan que al morir se terminaran sus problemas.

Sin embargo, no se trata de la agresión como tal que produce aspectos negativos, sino la mala canalización de aquellos impulsos agresores, que genera alteraciones emocionales provocando aquellos conflictos internos en el ser humano como el intento suicida.

Respecto a esto Stevens, J. (1978) plantean que:

Ni la agresión ni el sexo son responsables de la neurosis, sino la desafortunada canalización de la agresión que aparece en nuestras instituciones y familias, que se refleja especialmente en la inhabilidad para enfrentarse con el progreso industrial y con el infierno de la vida urbana. (p.47).

De otro lugar, para Perls, F. (1975), la agresión no es un tema externo al sujeto, sino interno que se ve evidenciado en lo externo, pues es una función biológica que los seres humanos poseen por naturaleza.

Uno de los signos biológicos para Perls (1975) de la agresividad, es el dental, pero también desde un punto menos biológico y más social, es desde la proyección (dirigir hacia otros sin

verse a uno mismo), otra forma de mostrar la agresividad es mediante la represión o la resistencia a aparatos o estatutos sociales.

Para Perls, F. (1991), Dichos signos biológicos como el morder implica una descarga de agresividad biológica y esta le permite al sujeto expulsar la agresividad y mantener un equilibrio de la personalidad.

De la misma manera, Stevens, J. (1978) considera que la agresión se manifiesta de manera visible en las personas por ciertos signos que se ponen al descubierto; es decir cuando una persona tiene rabia es posible leerla en su lenguaje corporal mediante la posición de los dientes, manos, gestualización, en la tonalidad de sus palabras, pues estas son formas físicas en las que se pone de manifiesto la agresión.

Es pertinente comprender que para Perls, F. (1975), que la agresividad hace parte de las funciones del ser humano y que esa agresividad es necesario expulsarla no reprimirla, es fundamental encontrar canales de descarga que no sean otras personas o seres vivientes, sin embargo en algunas ocasiones las personas consideran que al sublimar la agresividad van a tener más tiempo en armonía, cuando solo la expulsión es la que permite un equilibrio en la personalidad.

Para Perls la agresión es biológica y está altamente ligada instinto de hambre, es decir que cuando un organismo siente hambre y no es satisfecho, entonces se desarrollara la agresión, la cual será descargada cuando tenga la posibilidad de masticar. Respecto a esto, Perls, F. (1975), comenta que:

Quando la tensión de hambre se hace alta, el organismo ordena las fuerzas a su disposición. Se experimenta el aspecto emocional de este estado primero como irritabilidad no diferenciada, después como ira y finalmente como rabia. La rabia no es idéntica a la agresión, pero encuentra su desahogo en la agresión, en la inervación del sistema motor como el medio para conquistar el objeto necesitado. Después del "matar", ha de atacarse al alimento mismo; los instrumentos, los dientes, siempre están listos, pero requieren las fuerzas motoras para realizar la tarea. (p.152).

Por otra parte, en gran medida la agresión es considerada socialmente como negativa e incluso es reprimida desde edades muy tempranas; se puede simplificar esto en relación a explicación de Perls, F. (1975) sobre la agresión de un niño, quien comenta que en el momento que el bebe está siendo amamantado y muerde el pezón de la madre y esta lo prohíbe, produce una limitación en la agresión natural del niño.

En relación a lo anterior, hay que analizar que Perls tiene una mirada particular sobre agresión del niño que muerde el pezón de su madre, debido a que considera que se genera una descarga biológica de agresión, y al prohibirlo se convierte en una represión social, aspecto que tiene otra mirada porque dicha prohibición no es solo represión, sino también es limite el cual es necesario para la construcción de identidad y subjetividad del ser humano.

Por otro lado, desde la perspectiva gestáltica, la agresión implica destruir y desestructurar muchos aspectos que estaban incluso sólidos, pero esto puede permitir nuevos saberes y conocimientos que se hacen visibles cuando cae el aspecto solido. Sin embargo no siempre es de maneras tan positivas, muchas veces es empleada para producir muerte para otros o incluso hacia sí mismo. Respecto a lo anterior Stevens, J. (1978), comentan que:

Destruir significa desestructurar, romper en partes. La agresión tiene un doble propósito, primero desestructurar a cualquier enemigo amenazante hasta el punto de dejarlo impotente, y segunda en

una agresión expansible, desestructurar la sustancia que es necesario para el crecimiento, para hacerlo asimilable. (p.46).

De otra manera, según Stevens, J. (1978) dentro de las relaciones sociales y en intercambio de ideas, pensamientos, gustos y disgustos, se puede presentar el conflicto si las relaciones son muy estrechas, pues aunque cada persona hace parte de un grupo, cada uno es un mundo diferente. No solo se puede general hostilidad y agresividad dentro de los miembros con relaciones estrechas, sino también cada persona puede demostrar niveles de agresividad fuerte consigo mismos, en términos muy extremos se puede estar hablando de suicidio.

En relación a lo moral, Stevens, J. (1978) considera que la agresión tiene un carácter negativo, puesto que la consideran ligada al dinero y a aspectos profanos, sin embargo hasta que no se pueda comprender la agresión, no se generan canales apropiados para su expulsión natural.

Sin embargo, Perls habla de una cara diferente de la agresión, ya no tanto como imperativos negativos, sino positivos, pues plantea que en muchas ocasiones después de que se da el conflicto dentro de una sociedad o comunidad aparece la unidad, organización, cohesión, que permiten reconstruir la vida de las personas. Quizás este punto de vista es importante tenerlo en cuenta pero no desde la temática de intento suicida, puesto que dicha agresión es totalmente violenta y llega al fin es la vida misma.

A pesar de esto, respecto a lo anterior, comenta sobre los pensamientos de Perls, F. al decir que:

La agresión y la cohesión son mutuamente dependientes, después de la agresión de Pearl Harbor, crecían considerablemente la cohesión interna, el sentimiento de unidad en los estados unidos y la agresión que hasta entonces había sido volcada a las contiendas partidistas y de clase fue dirigida a un país extranjero, como un poderoso medio de defensa. (p.45).

Por otro lado, Perls, F. (1975), también toca otras miradas de la agresión, puesto que considera que es esta la que mantiene viva la vida del conflicto. Conflicto que puede ser tanto externo o interno, sin embargo desde la posición de intento suicida el conflicto es interno, posiblemente generado por causas externas.

De otro modo, es importante, entender que la agresión contra el espíritu es un fenómeno natural, pero es interesante no permitir que dicha agresión pase a ser un aspecto totalmente destructivo para el ser humano, como es el caso del intento suicida. Según Frankl, V. (1994), desde una mirada más existencialista plantea que *“debemos preocuparnos nosotros de que la agresión contra el espíritu no signifique una regresión a la barbarie”.* (p.47).

De otro lugar, la agresión puede ser vista como una reacción que hace parte de mecanismo de defensa que aparecen cuando se ve en peligro la vida, se utiliza para la preservación de la vida, sin embargo este no es el caso de las personas que tratan de quitarse la vida, puesto que dicha agresión la trasladan hacia sí mismos generando una declinación de su vida. Perls, F. (1975) comenta que:

Los organismos se oponen a que se les coma y desarrollan defensas mecánicas y dinámicas. Experimentamos como peligro cualquier ataque, cualquier agresión dirigida a nuestra destrucción parcial o total. En la lucha por la supervivencia los medios para el ataque y la defensa se desarrollan en líneas relacionadas pero diferentes. El que ataca desarrolla todos sus medios para conseguir la víctima, el que se defiende, para hacer impotentes los ataques. (p.35).

De otra manera, Perls, V. (1975), cree que en la agresión por lo general se produce un agresor y un agredido, cuyos roles son ejecutados en el transcurso de la problemática, sin embargo, el caso del intento suicida, el agresor y el agredido son uno solo.

Por otra parte, existe un tipo de agresión que es la proyectiva, que no solo la vive internamente la persona, sino también que la externaliza hacia el ambiente. Respecto a esto Perls, F. (1975), comenta que *“La proyección (por ejemplo, de la agresión) subtrae a la personalidad cierta cantidad de agresión, pero añade esa misma cantidad al medio ambiente. Se evita la consciencia de ser agresivo, pero se añade miedo a la propia vida”* (p.53).

Del mismo modo, cuando se intenta reprimir la capacidad o los impulsos agresores, esto desarrollara miedo a ser herido o agredido. Respecto a esto, Perls, F. (1975) plantea que *“cuanto más se inhiba y proyecta la capacidad para herir, más desarrollará el niño el miedo a ser herido”*. (p.83).

De otra manera, hay quienes dicen que la agresión que no exterioriza es una de las que genera grandes cantidades de ansiedad. Respecto a esto Perls, F. (1975) cita a Adler, Reich y Horney de quienes comentan que *“consideran a la agresión reprimida responsable del desarrollo de la ansiedad”*. (p.57).

Una forma de llevar a cabo la agresividad o expulsarla, es mediante lo que Perls llama retroflexión, esta es la capacidad de desviar la descarga agresiva en lugar de ser a otro a él mismo; es decir si el señor A esta molesto con el señor B, el señor A intenta canalizar esa agresividad con el mismo y no con el señor B.

Respecto a esto Perls F. (1975) dice que:

Otra salida de la agresión inhibida es la "retroflexión" esto significa que una función, originalmente dirigida desde el individuo hacia otro, cambia su dirección hacia sí mismo; un ejemplo es el narcisista, una persona que en vez de dirigir su amor hacia afuera, a un objeto, se enamora de sí mismo. Siempre que se emplea un verbo unido a un pronombre reflexivo podemos buscar una retroflexión; cuando una persona se habla "a sí misma" lo hace en vez de hablar a otro. Cuando una joven, desilusionada por su amante, "se" mata, lo hace porque sus deseos de matarlo a él se retroflexionan debido al muro de su conciencia. El suicidio es un substituto del homicidio o asesinato. (pp. 142, 155).

A partir de lo anterior, se puede visualizar que una de las formas de suicido, es por el asunto de retroflexión, en lugar de hacerle daño a otro se lo hace a el mismo.

Así como se comento anteriormente que la agresión es parte del ser humano, y que dicha agresión debe descargarse, esta para que sea efectiva debe tener un sentido un para la persona que la está viviendo, puesto que si esto no sucede no se realiza una canalización positiva de dicha agresión y puede generar desintegración de la personalidad.

De lo anterior, Perls, F. (1975), comenta que:

La agresión tiene un objetivo en común con la mayoría de las emociones: no una descarga sin sentido, sino más bien una aplicación. La falta de cambio, es decir, la no aplicación de agresividad al servicio del holismo individual, desintegra la personalidad, destruyendo así sus propios fines. (pp. 151,177).

La no descarga de esa agresividad que se reprime se descarga mediante guerras, violencia, maltratos colectivos. De esto Perls, F. (1975) comenta que *“no cabe duda que la humanidad*

sufre de agresión individual suprimida y ha llegado a ser el ejecutor y la víctima de tremendas cantidades de agresión colectiva puesta en libertad". (p.150).

Por otra parte, existe también la agresividad paranoica que consiste en descargar la agresividad mediante proyecciones; es decir siempre hacia los demás, nunca hacia sí mismo, porque considera que son los otros los causantes de dicha agresión, por eso para una persona con agresión paranoica "siempre son ellos lo que tienen la culpa".

Respecto a esto Perls, F. (1975), comenta que:

La agresión paranoica intensificada es un intento por dirigir proyecciones. Se siente como irritación, rabia o un deseo de destruir o de conquistar. No se experimenta como agresión dental, como perteneciente a la esfera de alimentación, sino que se dirige como agresión personal contra otra persona, o contra una colección de individuos que actúan como pantallas para las proyecciones. (p.150).

De otro modo, la agresividad concebida mediante dogmas y credos, genera un gran número de represiones y que la religión la llama odio, que se considera que puede modificarse en amor, es decir esto es erróneo porque la agresión no puede ser modificada sino expulsada mediante vías alternas para no generar daños a otros o a sí mismo. Respecto a esto Perls, F (1975) comenta que:

Al mismo tiempo, se comete otro error. El equivalente emocional de la agresión es el odio. En vez de permitir escapes a la agresión, se introduce el dogma de que el odio puede ser compensado, o hasta remplazado, por el amor; pero a pesar, o tal vez debido a un vigoroso enfrenamiento en la caridad, se produce una intolerancia y agresión acrecentadas. Estos efectos no son neutralizados por el amor, sino dirigidos contra el "cuerpo" y contra los que no creen en la verdad de esa rama especial de la religión. Este error, esta creencia de que se puede neutralizar la agresión por medio del amor y la religión, adquiere un significado mayor en nuestra época. (p.154).

En última instancia, la agresión es una energía biológica, la cual socialmente se ve como un aspecto a combatir o reprimir, pero dicha limitación genera una sociedad enferma o con un sin número de problemas del orden psicológico, no se espera entonces que las personas se desborden de agresividad, sino que cada quien busque canales que posibiliten la descarga de la misma.

La agresividad, entonces es aquella que mantiene vivía la vida del conflicto como lo asegura Perls (1975), y es también la que crea mecanismos para desestructurar aquello sólido y rígido que está pasando no solo en una persona, sino también en los entes sociales.

El intento suicida se produce mediante una mala canalización de la agresión biológica y se convierte en lo que Perls (1975) llama retroflexión, siendo esta aquella que pone de manifiesto la agresividad hacia la persona misma que la genera, atentando contra su vida.

Acerca del vacío existencial

Para comenzar a hablar de vacío, es importante entender que también se habla de sentido, porque a la ausencia de sentido produce vacío, es por esto que en este apartado se trabaja los dos aspectos de manera simultánea.

Desde el punto de vista del humanismo, especialmente desde el existencialismo, el intento suicida podría ser interpretado como el efecto de un vacío existencial que lleva a la persona a terminaran con su vida, pues considera que no tiene nada por lo que luchar, trabajar y vivir, se

siente vacío, sin ganas de construir algo para aferrarse a la vida, por lo tanto piensa el fin de la misma.

Lo anterior se debe, a que el ser humano tiene la capacidad de darse cuenta que está viviendo una pérdida del sentido de vida, o se siente vacío sin ninguna motivación. Respecto a esto Gonzalez, L. (2005). Plantea que *“El ser humano es consciente de la soledad, de la nada, de la pérdida de su individualidad o de la identidad de vacío”*. (p.71).

De otra manera, es pertinente, tocar el tema del sentido de vida y la manera en que el ser humano lo adquiere, este proceso se da, mediante un sin número de preguntas y respuestas que debe enfrentar la persona para vivir y pertenecer al mundo que le rodea. No es suficiente que el ser humano fantasee o invente el sentido de su vida, sino por el contrario, debe ser sensible para poder encontrarlo y hacerlo significativo.

Según esto Frankl V. (1994), plantea que:

“Si el sentido reside en el mundo y no primariamente en nosotros mismos, el hombre no deberá preguntar por el sentido de la existencia, sino a la inversa, deberá interpretarse a sí mismo como un ser interrogado, y su propia existencia como un interrogante; no es el individuo el que debe preguntar, sino que es la vida la que formula preguntas; el individuo ha de contestar y, en consecuencia, responsabilizarse con su vida. El individuo pues, debe buscar una respuesta a la vida, buscar el sentido de la vida, para encontrarlo y no para inventarlo; el individuo no puede “dar” sin más un sentido a la vida, sino que debe “tomarlo” de ella. (p. 34).

El sentido es fundamental para Frankl, V. (1991), puesto que el hombre cuando se impulsa a buscar algo que quiere, lo hace desde su perspectiva de sentido, en últimas lo que busca es encontrarle sentido a su existencia, esto es necesario, puesto que sin sentido se cae en el vacío existencial, y llegar a producir una muerte inducida por la persona misma, es decir el suicidio.

De otro modo, la ubicación del sentido de vida en una persona no constituye en el plano psíquico, sino espiritual, es importante entender que la parte espiritual es lo que en muchas ocasiones impulsa al ser humano a encontrar su sentido de vida y a realizar todo aquello que está acorde con éste. Respecto a esto, Frankl, V. (1994) comenta que *“el sentido y los valores solo aparecen en el espacio humano-espiritual y no en el plano psíquico”*. (p.35).

Como se dijo anteriormente que el sentido de vida se produce desde lo espiritual, es decir el hombre es libre de recoger y construirlo, pero dicha libertad implica responsabilidad no solo consigo mismo, sino también con las personas que le rodean y con su contexto.

Según esto Frankl, V. (1994), comenta que:

La interpretación del sentido supone que el hombre espiritual, y el cumplimiento del sentido supone que es libre y responsable. Es obvio que solo accedemos a estos existenciales internándonos en la dimensión noológica, donde el hombre se constituye como tal por encima del plano psicológico-biológico. (p. 45).

De igual modo, el buen funcionamiento de las partes neurológicas necesitan de sentido de vida para su correcto funcionamiento, eso quiere decir que el sentido de vida repercute incluso en la parte biológica. Sobre esto Frankl, V. (1994) comenta que *“las investigaciones llevadas a cabo en las universidades de Yale y Harvard, han demostrado que el cerebro necesita para funcionar normalmente, un contacto continuo y lleno de sentido con el mundo exterior”*. (p. 45).

De otra manera, se habla de culpa existencial, esta no es un vacío existencial, pues es relacionada la primera con lo moral y con lo que la persona cree que debió hacer y no hizo en un momento determinado, sin embargo el vacío existencial es la pérdida de sentido de vida donde la preservación de la vida entra en juego. Respecto a la culpa existencial Frankl, V. (1994), comenta que *“se manifiesta claramente a conciencia de una enfermedad depresiva, pero que es inherente a toda existencia”*. (p. 31).

Por otra parte, al cumplir con el sentido de la vida, inmediatamente se entra en el ámbito de la autorrealización, esta se convierte en pilares de la vida que impulsan a una persona a conseguir aquello que quiere para su vida. Solo si se es congruente con el sentido, se puede llegar al campo de la autorrealización. Respecto esto Frankl, V. (1994), comenta que:

Solo en la medida en que el hombre cumple el sentido y realiza valores, se cumple y se realiza a sí mismo: la autorrealización se produce entonces espontáneamente, como un efecto de la realización de valores y del cumplimiento del sentido, no como su finalidad. (p.34).

De igual modo, Frankl, V. (1994), plantea que el hombre anda en búsqueda de su sentido de vida, que se construye no solamente con lo interno de la persona sino en relación a otros. Habla también de una desviación del sentido en los neuróticos, pues estos buscan constantemente el placer no el sentido, aunque dentro del sentido esta el placer. Para los neuróticos el placer se convierte en un imperativo, y el sentido no es así, puesto que para que este se dé es necesario no imponer nada sino alcanzar, puesto que los deseos impuestos son los que menos se alcanzan.

De la misma manera, Frankl, V. (1994), propone que es fundamental que los médicos, tengan una mirada hacia sus pacientes de manera más interdisciplinaria, es decir más amplia, con el fin de no centrarse solo en la enfermedad física de su paciente, sino de ir mas allá, de preguntar sobre su vida, su parte emocional, indagar por el sentido de su vida, con el fin de encontrar un verdadero diagnóstico a su malestar que será el primer paso para la cura.

Por otra parte, sí se pretende llegar a la autorrealización sin haber descubierto el sentido de la vida, posiblemente se fracasará. Es indispensable el sentido de la vida, para poder llegar a la autorrealización. Según esto, Frankl, V. (1994), comenta que *“si el hombre busca la autorrealización como objetivo directo, fracasará en su intento de proseguir algo que debe ser un mero efecto”*. (p.47).

De igual modo, en la constitución humana y para que haya autorrealización es completamente necesario ir más allá de uno mismo, es decir trascender, puesto que al hacerlo puede conocer, explorar y vivir otras realidades, dejando de lado como dicen en el psicoanálisis “el narcisismo” y dirigiéndose a una vida con otros. Respecto a esto Frankl, V. (1994) propone que *“en una u otra forma, el hecho de ser hombre apuesta siempre más allá de uno mismo, y esta trascendencia constituye la esencia de la existencia humana”*. (p.11).

Desde el punto de vista existencialista, lo que realmente moviliza al ser humano es su sentido de vida, si se puede decir, lo más valioso que puede tener una persona, puesto que convierte en la base que lo impulsa y lo hace seguir viviendo y luchando. Según esto Frankl, V. (1994), comenta que *“lo más profundo del hombre no es el deseo de poder ni el deseo de placer, sino el deseo de sentido”*. (p.12).

Por otra parte, al tocar terminología clínica, cuando estamos hablando de un profundo vacío existencial, Frankl lo denominó neurosis noógena, esto no se produce por problemas psíquicos ni físicos, sino por vacío existencial generado por un conflicto del orden espiritual. Respecto a esto Frankl (1994), propone que *“la reacción a este vacío interior consiste en la neurosis*

noógena según la terminología terapéutica, es decir, neurosis que no provienen de complejos conflictos psíquicos, sino de problemas espirituales y existenciales". (p.30).

De igual modo, Frankl piensa que la neurosis noógena es proveniente de lo espiritual y genera un vacío existencial; es decir una pérdida de sentido, siendo el sentido de vital importancia puesto que este es aquel que moviliza a las personas a seguir viviendo. Referente a esto Frankl, V. (1991) comenta que:

Las neurosis noógenas no nacen de los conflictos entre impulsos e instintos, sino más bien de los conflictos entre principios morales distintos; en otras palabras, de los conflictos morales o, expresándonos en términos más generales, de los problemas espirituales, entre los que la frustración existencial suele desempeñar una función importante. (p .58).

Por otra parte, el ser humano encuentra un disfrute en las situaciones de tensión, pero que estas tengan algún sentido para él. Respecto a esto, se puede decir que *"el ser humano busca concretamente tareas que tengan sentido, que puedan mantenerle en una "sana tensión". Es también lo que yo designo con el concepto motivacional de "deseo de sentido". (p.59).*

El sentido de vida, no solo le proporciona al ser humano formas para sentirse pleno y feliz, pues aunque ésta se puede alcanzar, también el sentido posibilita y brinda ciertas herramientas para manejar el dolor, sufrimiento y malestar. En relación a esto Frankl, V. (1994) plantea que *"sí el hombre encuentra un sentido, entonces y sólo entonces se siente feliz, pero también se capacita para el sufrimiento". (p. 59).*

Esto anterior, plantea que hay muchas formas de encontrarle sentido a la vida, y una de ellas es el sufrimiento que puede convertirse en la fuente de vida de una persona, puesto que genera aprendizaje de aquello que vive, piensa y siente tratando en lo posible de mejorar cada día y creando mecanismos mediante sus capacidades y habilidades para en un determinado momento también triunfar.

De otro modo, la ausencia de sentido genera cierto malestar permanente con la vida y las cosas que en ella suceden, a pesar que a la persona le pasen las mejores cosas ella siempre se sentirá vacía y no verá lo bueno que le pasa. Por esto Frankl, V. (1994) plantea que *"si el hombre no atribuye ningún sentido a la vida, maldice de ésta, aunque externamente le vayan bien las cosas, no se siente feliz". (p. 53).*

Por otra parte, en nuestra sociedad, con los cambios constantes, los desarrollos, la tecnología se ha creado nuevas necesidades incluso que no provienen del hombre mismo, sino desde una sociedad del consumo, por lo tanto aquellas necesidades que vienen del consumo puede que sean satisfechas con un sin número de ofertas que nos proporcionan, pero la que realmente es importante no se satisface con eso, sino con lo que el ser humano encuentre desde su interior desde su sentido. Respecto a esto Frankl, V. (1994) comenta que:

La sociedad industrial satisface prácticamente todas las necesidades del hombre, y la sociedad de consumo se preocupa de crear necesidades. Pero hay una necesidad que no queda satisfecha: la necesidad de sentido, el deseo de sentido. Este deseo de sentido no queda sino frustrado en las condiciones sociales del hoy. (p.53).

Por otra parte, así como existe el sentido para aferrarse a la vida, el sentido de hacer diferentes cosas para vivir mejor, así mismo existe un sentido de sufrimiento; este se refiere a que si la persona se encuentra en una circunstancia adversa inevitable, que aprenda de ella y encuentre sentido aun cuando esté sufriendo. Según esto Frankl, V. (1991) plantea que:

Cuando uno se enfrenta con una situación inevitable, siempre que uno tiene que enfrentarse a un destino que es imposible cambiar, por ejemplo, una enfermedad incurable, un cáncer que no puede operarse, precisamente entonces se le presenta la oportunidad de realizar el valor supremo, de cumplir el sentido más profundo, cual es el del sufrimiento. Porque lo que más importa de todo es la actitud que tomemos hacia el sufrimiento, nuestra actitud al cargar con ese sufrimiento. (pp.63,64).

Por otra parte, encontrar el sentido de vida no es algo que se pueda racionalizar mucho, o algo secundario en el ser humano, puesto que es una fuerza que impulsa y moviliza a seguir viviendo, es algo que nace desde lo espiritual y no desde lo psíquico. Respecto a esto Frankl, V. (1991) propone que *"la búsqueda por parte del hombre del sentido de la vida constituye una fuerza primaria y no una "racionalización secundaria" de sus impulsos instintivos". (p.53).*

De otro modo, hay quienes hablan que el sentido de vida se genera por mecanismos de defensa, creen que eso hace parte de las reacciones del ser humano, pero para Frankl esto no es así, él piensa que hay mucho más que eso, el sentido de vida se produce por mejorar la calidad de vida, generándose mediante la congruencia de los valores e ideales personales. Respecto a esto, Frankl, V. (1991) plantea que:

Algunos autores sostienen que los sentidos y los principios no son otra cosa que "mecanismos de defensa", "formaciones y sublimaciones de las reacciones". Por lo que a mí toca, yo no quisiera vivir simplemente por morir de mis "mecanismos de defensa", ni estaría dispuesto a morir por mis "formaciones de las reacciones". El hombre, no obstante, ¡es capaz de vivir e incluso de morir por sus ideales y principios! (p. 57).

De otro modo, Frankl, V. (1991), cuando, se dice que es necesario encontrar el sentido de vida, por lo general se pretende que este sea positivo, y que le ayude a salir de problemas y conflictos de una manera óptima, sin embargo para algunos el sentido de vida está en sufrir o sentirse víctima, y nadie puede sacarlo de esa condición porque eso es lo que le da sentido a su vida y por lo tanto cuando está en momentos en los que no sufre, busca como llegar a tal estado.

Aparte de lo anterior, Frankl, V. (1991) dice que existe una dualidad entre Sartre y Frankl puesto que Sartre dice que el hombre construye su propia esencia, pero para Frankl el sentido lo descubre el ser humano en la trayectoria de su vida.

De otra manera, el sentido de vida, no es solo algo que viene desde el interior del ser humano también hacer parte de lo que el ser humano es, quiere y se proyecta en su vida. Respecto a esto Frankl, V. (1991) comenta que:

Tenemos que precavernos de la tendencia a considerar los principios morales como simple expresión del hombre. Pues lagos o "sentido" no es sólo algo que nace de la propia existencia, sino algo que hace frente a la existencia. Si ese sentido que espera ser realizado por el hombre no fuera nada más que la expresión de sí mismo o nada más que la proyección de un espejismo, perdería inmediatamente su carácter de exigencia y desafío; no podría motivar al hombre ni requerirle por más tiempo. (p.57).

Por otra parte, Frankl, V. (1991), considera que el vacío existencial es una pérdida de sentido de vida en la que el ser humano queda sin posibilidad de luchar y sin ganas de seguir viviendo, lo que caen en vacío existencial es probable que lleguen al intento suicida o al suicidio consumado.

El ser humano desde sus inicios ha estado en contacto con la pérdida, puede ser de alguien o de algo, sin embargo algunas pérdidas han sido más fuertes que otras y debido a esto se

puede generar el vacío existencial que tanto ha afectado, extendiéndose desde el siglo XX. Referente a esto Frankl, V. (1991) dice que:

El vacío existencial es un fenómeno muy extendido en el siglo XX. Ello es comprensible y puede deberse a la doble pérdida que el hombre tiene que soportar desde que se convirtió en un verdadero ser humano. Al principio de la historia de la humanidad, el hombre perdió algunos de los instintos animales básicos que conforman la conducta del animal y le confieren seguridad; seguridad que, como el paraíso, le está hoy vedada al hombre para siempre: el hombre tiene que elegir; pero, además, en los últimos tiempos de su transcurrir, el hombre ha sufrido otra pérdida: las tradiciones que habían servido de contrafuerte a su conducta se están diluyendo a pasos agigantados. Carece, pues, de un instinto que le diga lo que ha de hacer, y no tiene ya tradiciones que le indiquen lo que debe hacer; en ocasiones no sabe ni siquiera lo que le gustaría hacer. En su lugar, desea hacer lo que otras personas hacen (conformismo) o hace lo que otras personas quieren que haga (totalitarismo). (pp.60, 61).

Frankl, V. (1991), es inevitable que el ser humano, pase por situaciones de tensión, puesto que a diario estas suceden, es por eso que no se trata de que la persona luche por no tener tensiones, sino que a pesar de vivir en momentos álgidos de su vida, situaciones difíciles es pertinente que encuentre también en ellas un sentido de vida, algo por lo que luchar y seguir.

De otra manera, es indispensable para encontrar el sentido de vida que ocurra una tensión, a esto se refiere que el ser humano pase por situaciones difíciles que le generen confusión o tensión interna pues es de esta manera que la persona se moviliza a buscar el sentido de su vida. Según esto, Frankl, V. (1991) comenta que:

Cierto que la búsqueda humana de ese sentido y de esos principios puede nacer de una tensión interna y no de un equilibrio interno. Ahora bien, precisamente esta tensión es un requisito indispensable de la salud mental. Y yo me atrevería a decir que no hay nada en el mundo capaz de ayudarnos a sobrevivir, aun en las peores condiciones, como el hecho de saber que la vida tiene un sentido. Hay mucha sabiduría en Nietzsche cuando dice: "Quien tiene un porque para vivir puede soportar casi cualquier como." Yo veo en estas palabras un motor que es válido para cualquier psicoterapia. (pp. 59, 60).

Por otra parte, Frankl, V. (1991) el sentido de vida es necesario para todas las personas no puede encontrarse solo en el interior del ser humano este debe encontrarse afuera, en la construcción e interacción con otros, con el contexto y con el mundo, en constante contacto con la realidad.

De otra manera, el sentido de vida en términos concretos es el significado que la persona le da a su vida. Según esto Frankl, V. (1991) comenta que "así pues, lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado". (p.62).

Por otra parte, el sentido de vida, es personal, es decir cada persona tiene que encontrar y descubrirlo, pues es el propósito en su vida, por lo que vive, lucha y defiende, es por ello que la persona debe ser responsable con su sentido de vida, pues no solo es descubrirlo sino ir tras de él. Referente a esto Frankl, V. (1991) plantea que:

En última instancia, el hombre no debería inquirir cuál es el sentido de la vida, sino comprender que es a él a quien se inquiera. En una palabra, a cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder a la vida respondiendo por su propia vida; sólo siendo responsable puede contestar a la vida. De modo que la logoterapia considera que la esencia íntima de la existencia humana está en su capacidad de ser Responsable. (p.62).

De otra manera, la frustración o el vacío existencial, muchas veces se enmascara en otras facetas; es decir el vacío que requiere un sentido de vida, no es suplido por lo que es, sino que muestra aspectos de sentido de placer. Para que quede más claro, existen personas que no están interesados en mostrar ante otros un faltante de sentido, sino que lo camuflan con otros aspectos o temas distorsionando la percepción que otros tienen de él. Para muchos mostrar el vacío o la debilidad, es sentirse vulnerable ante otros.

Según esto, Frankl, V. (1991) comenta que:

Sin contar con que el vacío existencial se manifiesta enmascarado con diversas caretas y disfraces. A veces la frustración de la voluntad de sentido se compensa mediante una voluntad de poder, en la que cabe su expresión más primitiva: la voluntad de tener dinero. En otros casos, en que la voluntad de sentido se frustra, viene a ocupar su lugar la voluntad de placer. Esta es la razón de que la frustración existencial suele manifestarse en forma de compensación sexual y así, en los casos de vacío existencial, podemos observar que la libido sexual se vuelve agresiva. (p.61).

De otra manera, Frankl, V. (1991), no contar con un sentido de vida en una situación adversa es como estar muerto en vida, es decir, sin ningún rumbo y sin ninguna intencionalidad para seguir adelante.

De otra manera, es fundamental ser valiente, y encontrar un sentido de vida en las circunstancias difíciles, puesto que muchas veces la desilusión de algo y la falta de sentido moral o existencial, pueden generar la muerte. Según esto Frankl V. (1991) comenta que:

Los que conocen la estrecha relación que existe entre el estado de ánimo de una persona su valor y sus esperanzas, o la falta de ambos y la capacidad de su cuerpo para conservarse inmune, saben también que si repentinamente pierde la esperanza y el valor, ello puede ocasionarle la muerte. (p.40).

De otro modo, para Frankl V (1991), aquellas personas que no tienen un sentido de vida, algo por lo que luchar, vivir, sentir, experimentar, es un individuo condenado al vacío existencial que en algunas ocasiones genera consecuencias adversas como el suicidio.

De otra manera, para Frankl, V. (1991), el sentido de vida, se encuentra también en los aspectos difíciles de la vida, es decir cuando se siente que las circunstancias son muy difíciles se pretenden entonces que el ser humano estando allí inmerso encuentre un sentido a su vida a pesar de su situación, la cual le permita conservar su dignidad, sus valores, su moral, su ser en sociedad.

La falta de sentido de la vida produce depresión y en algunos casos el suicidio, sin embargo se cree que si la persona adquiere un poco de sentido a su vida posiblemente encuentre canales llenos de significado y sentido que le permiten salir de los problemas y vacíos existenciales. Sobre esto Cano, V. (2006) plantea que:

El Killing oneself o suicidio obedece en general a una depresión, y su causa remota puede ser en casos concretos una falta de sentido a la vida. Quiero decir con esto que en modo alguno se pueden atribuir todos los casos de suicidio al sentimiento de falta de sentido de la vida; pero yo estimo que el suicida no habría consumado su acto con solo haber hallado un cierto sentido en su vida. (p.45).

Todo lo anterior, da cuenta que el vacío existencial se presenta por la falta de sentido de vida, aquello sentido que se construye con otros a través de valores, costumbres, hábitos, creencias que posibilitan una identidad y subjetividad definidas, convirtiendo al ser vivo en un ser

humano, pero dicha falta de sentido en los seres humanos determina un vacío rotundo en el que estando allí la persona no encuentra mecanismos para continuar, además así tenga dichas herramientas prefiere no utilizarlas por que no ve necesario seguir ni luchar, el vacío en últimas palabras es como lo que coloquialmente se llama “tocar fondo”.

Al tener este vacío existencial, algunas personas tienden a buscar métodos con los cuales genere agresión contra sí mismo, porque su integridad y dignidad han pasado a la historia, en donde el ser humano puede preferir morir que vivir, toma el intento suicida como un camino sin salida, porque se ve incapacitado a salir de su propio vacío.

A manera de conclusión

Durante todo el trabajo realizado entorno a comprender qué es el intento suicida para el humanismo, se pudo analizar y comprender que teoría sobre este aspecto no es muy trabajada de manera puntual, es por esto que esta temática se dividió en tres grandes aspectos: noción de sujeto, agresión, vacío existencial, pues se llegó a la conclusión que estos pueden dar una luz a la concepción teórica del intento suicida para el humanismo.

El intento suicida es una problemática que cada vez se está haciendo más presente y visible en nuestra sociedad, contexto, pero también en el mundo entero, vale entonces la pena tratar de comprender la manera como es vista y conocer un poco para poder tener la capacidad necesaria de tratar este tipo de problemáticas.

Desde la visión humanista, se puede visualizar que el ser humano se entiende como un organismo portador de diversas funciones que trabajan simultáneamente y es entonces visto no en partes, sino como un todo, es decir una visión completamente holística del ser humano, y para ser consecuentes con esto el intento suicida vendría siendo un aspecto en el que el ser humano se ve afectado en su totalidad: mente, cuerpo y espiritualidad, puesto que a pesar de ser el intento suicida algo que surge del ente espiritual como un vacío existencial, esto quiere decir una falta de sentido de vida, es permeada a todas las otras funciones, puesto que aunque se trate de explicar por separado, todas estas están conectadas y dan cuenta de un funcionamiento holístico del ser humano. Es por esto que el ser humano es el único responsable de mantener la homeostasis y el equilibrio de sí mismo.

En este orden de ideas, el ser humano es poseedor de una agresión que es un componente natural de su vida, pero que es importante descargarla mediante ciertos mecanismos o canales que sean óptimos, y no deficientes, pues la agresión no es un aspecto negativo por el contrario es necesario para el ser humano porque permite desestructurar, o destruir aspectos sólidos que posiblemente sean dañinos o simplemente generan un estancamiento personal, la agresión entonces ayuda a mantener un desarrollo y descarga, sin embargo el intento suicida puede presentarse cuando los canales empleados para la descarga no son los adecuados, o cuando se reprime dicha agresión natural del ser humano, también una de las formas en las que se produzca agresión a sí mismo, es mediante las descargas que son dirigidas no hacia afuera sino hacia sí mismo como se denomina retroflexión.

De otro modo, el ser humano es poseedor de sentido de vida, siendo este imprescindible para llevar la vida de maneras adecuadas, es decir cuando se produce una falta de sentido de vida, se denomina vacío existencial y al caer en él es probable que se presente el intento suicida como una de las formas de acabar con el sufrimiento de no saber para que vivir, porque

probablemente su vida así pase por circunstancias positivas no es aceptada o no tiene nada por lo que luchar y encontrar algo provechoso o beneficioso.

Como resultado del estudio desarrollado durante todo el trabajo monográfico, se ha construido la definición de intento suicida desde el modelo teórico humanista, esta es:

Intento suicida puede ser comprendido como el resultado de la manifestación de un vacío existencial, ubicado en la dimensión espiritual del ser humano, pero que afecta a todo el organismo como unidad. Dicho vacío existencial puede ser generado por una falta de sentido de vida, que se produce cuando el sujeto se ve completamente vacío para encontrar un aliento de vida, así mismo dicha falta de sentido de vida que se consolida como vacío existencial conduce al empleo de la agresión en contra de sí mismo, pues es el centro del ser donde reposa ese vacío, en el que se sitúa la fuente del malestar para el ser humano. Así como la agresión hacia sí mismo se materializa como un mecanismo para hacer efectiva la intención de terminar con la fuente de su malestar, que en este caso en particular se trata de la vida misma.

Por su parte, aunque no es de la investigación comentar sobre los tratamientos con este tipo de población con tendencia suicida, puesto que la investigación apunta solo a comprender desde el humanismo esta problemática, estos fueron los hallazgos que se encontraron durante la investigación y son importantes para cualquier psicólogo.

Consideraciones Finales

A propósito del tema estudiado existen algunas formas de intervención significativas con las que se puede trabajar con la población que intenta suicidarse, a continuación se refiere a la más clara que es la logoterapia, la cual plantea Frankl, V. (1991) siendo la que le da el sentido y el significado a la existencia humana, de igual manera la búsqueda de ese sentido de vida, es decir la logoterapia busca es que el ser humano encuentre placer a su vida, un sentido que lo haga aferrarse a ella.

Anteriormente se dijo que el vacío existencial se producía por una falta de sentido de vida y que esta falta generaba en las personas posiblemente intento suicida. Para trabajar con este tipo de población desde el modelo teórico humanista, más específicamente desde el existencialismo Frankl propone un método de trabajo que ha resultado muy efectivo con pacientes que poseen vacío existencial y este es la logoterapia, la cual busca que la persona encuentre un sentido de vida y la trata de conectarla con este para que logre seguir luchando y viviendo de maneras significativas. Dicho sentido de vida va de la mano con los valores; al ser congruente con dichos valores es posible mantener la vida de manera equilibrada.

Por otra parte, la logoterapia trabaja el sentido de vida, pero este tiene que estar claro para poder rectificar y corregir las conductas actuales, puesto que estas deben estar acordes al sentido de vida. Respecto a esto Frankl, V. (1991) comenta que *“Al aplicar la logoterapia el paciente ha de enfrentarse con el sentido de su propia vida para, a continuación, rectificar la orientación de su conducta en tal sentido”*. (p.60).

La logoterapia según Frankl, V. (1991), se trabaja con el ser humano enfermo o sano, pero desde su sentido espiritual, puesto que desde allí se puede encontrar el sentido de vida, y es este con el que se pretende trabajar. Respecto a esto Frankl (1994) plantea que:

Del mismo modo, Frankl, V. (1994) comenta que cuando el hombre está sin sentido, una forma importante para empezar la terapia es el deseo de dicho sentido, pues es este el que le permite encontrarle una orientación a su vida y ganas de vivir. De esta manera se puede trabajar con personas que realizan intentos suicidas, puesto que ellas han perdido su sentido.

De igual modo, lo que busca Frankl, V. (1991), es que en la logoterapia sea un espacio para que la persona busque y encuentre sentido en todas las situaciones de su vida, no solo en los momentos positivos, sino también en las situaciones difíciles, en otras palabras encontrar incluso en el sufrimiento un sentido de vida.

De otra manera, la logoterapia se trabaja con el ser humano, pero desde lo que se ve proyectado en su futuro, es decir permite espacios en los que la persona vaya construyendo su sentido de vida que le permita responder a ideales y aspectos que quiera ser. Respecto a esto Frankl, V. (1991) comenta que *“la logoterapia mira más bien al futuro, es decir, a los cometidos y sentidos que el paciente tiene que realizar en el futuro”*. (p.60).

Algo que es importante resaltar en la logoterapia de Frankl, V. (1991), es que dentro de esta es como una especie de imperativo no permitir que dentro de la terapia el sujeto caiga en un círculo vicioso, para no darle lugar al juego de los neuróticos y a su ensimismamiento.

Para Frankl, V. (1991), la neurosis noógena lo recomendado por Frankl es que no es necesario ponerse a trabajar con la persona desde la psicoterapia, sino que se debe tratar de raíz en términos de logoterapia, esta es la que permite trabajar intensamente con la falta de sentido, temas como frustración, anhelos o vacío existencial que es producido por una falta de sentido en la vida de las personas, se está hablando desde la parte espiritual del ser humano.

De otra manera, Frankl, V. (1991), propone que en algunos casos el hombre construye un sentido de vida, sin embargo éste se ve frustrado por algo que pasa, la persona se siente desorientado y por lo tanto cae en el vacío existencial, luego intenta conocer y darse cuenta que puede tener un sentido de vida, paso a seguir es que comienza a hacer esa búsqueda del su propio sentido y finalmente encuentra dicho sentido de vida, para ello es importante construir vías alternas para llegar al sentido que se ha propuesto y es a partir de la logoterapia.

Por otra parte, para Frankl, V. (1991) a pesar que la terapia busca siempre hacer consciente o visible aquello que está oculto pero que molesta, existen diversas formas de hacer terapia; por ejemplo para el psicoanálisis es pertinente hacer consciente lo inconsciente y satisfacer los impulsos, pero para la logoterapia se trata es de que la persona encuentre su sentido de vida, es decir lo que lo motiva a vivir, luchar y seguir.

De otra manera, desde la logoterapia de Frankl, V. (1991) del sentido de vida tiene tres partes una es realización de una acción, el segundo es tener un principio y el tercero es un sufrimiento. Esto nos deja claro que en el estado de equilibrio es imposible encontrarle un sentido a la vida, pues mediante la tensión que genera el sufrimiento, es donde se encuentra el sentido.

Por otra parte, un aspecto significativo para trabajar en la logoterapia y esta tenga resultados positivos, es que la persona sea responsable consigo misma, puesto que esto permite un impulso al encuentro consigo misma y además a querer encontrar o describir el sentido de su vida.

Finalmente, se puede decir que existen múltiples formas en las cuales se pueda trabajar el intento suicida, desde los diferentes enfoque, sin embargo solo se hablo someramente de la logoterapia pues fue la que durante el trabajo investigativo se hizo más presente, siendo la intervención psicología un aspecto que no se pretendía desarrollar, pero que se habló un poco de él para dar algunas pautas de la forma en que se puede trabajar con este tipo de población.

Referencias

- Cano. V (2006). La farmacodependencia y el suicidio. Universidad de San Buenaventura Medellín. Volumen 11. Nº 22. Pág. 45 a la 63
- Castillo A. (2010). Informe vigilancia centinela en intento de suicidio Santiago de Cali 2006-2009. {En línea}. {Consultado el 20 Febrero - 2010}. Disponible en Internet: www.cali.gov.co/salud/descargar.php?iol=27760
- Clavijo (2010). La familia poco saludable. Una causa de intento suicida en Bogotá. En línea. Consultado el 14 de Marzo /2011. Disponible en internet: http://www.escuelapais.org/index.php?option=com_content&view=article&id=458:familia-poco-saludable-una-causa-de-intento-suicidio-en-bogota-&catid=70:edicion-no-86&itemid=3
- Ezzell C. (2003). Neurobiología del suicidio. Revista de investigación y ciencia. Volumen 1. Nº 319.
- Gonzalez Luis (2005). La cara humana de la psicología II. Fundamentos clínicos y psicoterapéuticos de la psicología humanista. La psicoterapia existencial. Centro de publicaciones universidad de Manizales colombia.*
- Frankl V. (1994). El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia. Barcelona editorial Herder.*
- Frankl V. (1991). El hombre en busca de sentido. Editorial Barcelona Herder.
- Fonnegra I.(2003). De cara a la muerte. Como afrontar las penas, el dolor y la muerte para vivir más plenamente. Editorial planeta colombiana S.A.
- Iglesias. L. (2003).La psicología de la voluntad de poder. Barcelona España. Editorial anthropos.
- John O. Stevens (1978). Esto es gestalt. Colección de artículos sobre terapia y estilos de vida gestálticos. Fredericks perls. Wilson van dusen. Stephen a. tobin. Barry Stevens. Jhon o stevens. robert k hall. Jhon b eright. Stella resnick. Cooper c clements. Marc joslyn. adriana schnake. Francisco huneeus. Cuatro vientos editorial. Chile.
- Mancilla (2011). La conducta suicida y su prevención. Epidemiología. En línea. Consultado el 14 de Marzo /2011. Disponible en internet: <http://www.psicologia-online.com/monografias/9/conductas3.shtml>
- Létourneau (2007). La caja de herramientas del joven investigador. Guia de iniciación al trabajo intelectual. Como delimitar un tema de investigación. Traducido por amaya. Medellin. La carreta editores E.U.

Perls, F. (1975). Ego, hambre y agresión. Los comienzos de la terapia gestalt. Editorial fondo de cultura económica, México.

Rogers, C. (1977). Psicoterapia centrada en el cliente. Editorial Paidós.

Sierra (2007). ¿Qué es el suicidio?. Para continuar la vida, vivencia personal, familiar y terapéutica en caso de suicidio. Bogotá, Colombia. Editorial San Pablo.

Samper M. (2007). El proceso suicida. Como prevenir la soledad, la depresión y el suicidio en niños y jóvenes. Madrid, España. Editorial Aguilar.

Taborda, Tellez (2010).suicidio en cifras. En línea. Consultado el 14 de Marzo /2011.

Disponible en internet:

<http://www.psiquiatriabiologica.org.co/publicaciones/documentos/2-EL%20SUICIDIO%20EN%20CIFRAS.OK.pdf>