

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA
Facultad de Ciencias Sociales

LA PERSONALIDAD MADURA SEGÚN FRANKL Y ROGERS

Luz Emilia Rodríguez de Rivadeneira

Guatemala 1993

LA PERSONALIDAD MADURA SEGÚN FRANKL Y ROGERS

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA
Facultad de Ciencias Sociales

LA PERSONALIDAD MADURA SEGÚN FRANKL Y ROGERS

Trabajo de graduación presentado por Luz Emilia Rodríguez Quiroa de Rivadeneira
para optar al título de Psicóloga en el grado de Licenciado

Guatemala 1993

Vo.Bo.

Dr. Francisco Muñoz Mata
Asesor

Tribunal:

Dr. Francisco Muñoz Mata

Lda. Josefina Antillón Milla

Lic. Roberto Castillo Girón

Fecha de aprobación: Guatemala 30 de septiembre de 1993.

Tabla de contenido

	Resumen	ii
I	Introducción	1
II	La personalidad madura según Frankl.....	2
III	La personalidad madura según Rogers.....	9
IV	Similitudes entre Frankl y Rogers	13
V	Reflexión final	15
VI	Bibliografía	17

RESUMEN

Este ensayo es una visión de la personalidad madura, desde el punto de vista humanista, presentado a dos autores. El primero es Victor Frankl, especialmente en su libro “Psicoanálisis y existencialismo” donde describe la personalidad madura como libre y consciente; orienta al sentido de la existencia y a los valores, es responsable, cumple su vocación, autotrasciende, valora su pasado, vive su presente y es positivo frente al futuro, cumple una misión, se realiza, ama, vive las situaciones difíciles de la vida, vive intensamente cada momento, pone su individualidad al servicio de la comunidad.

El segundo autor Carl Rogers, que describe en su ensayo “El concepto de la persona que funciona completamente”, tres características básicas de madurez, que son vivir abierto a la experiencia, vivir de un modo existencial y confianza plena a su organismo como ser global. Al final se compara y desarrolla un concepto de personalidad basado en los dos conceptos de madurez.

I. INTRODUCCIÓN

Este ensayo titulado *La personalidad madura según Víctor Frankl y Carl Rogers*, nació como una inquietud por conocer más profundamente sobre la personalidad –y sobre todo- por encontrar las características de una persona madura. Me interesó tanto por el punto de vista humanista de Víctor Frankl como el de Carl Rogers, pues tienen una visión humana espiritual del hombre, visión que yo comparto con ellos. Al ir haciendo este trabajo fui profundizando y entendiendo mejor tal punto de vista.

Este trabajo está dividido en tres partes fundamentales, la primera es una clasificación de citas tomadas del libro de Frankl: *Psicoanálisis y existencialismo*. Estas citas se refieren a los aspectos de la personalidad que Frankl apoya sobre la personalidad madura. La segunda parte es un fragmento que elegí del ensayo de Carl Rogers: *El concepto de la persona que funciona completamente*, en donde Rogers describe tres características que definen a la personalidad madura. La tercera parte es un análisis de las similitudes y diferencias encontradas entre los dos autores sobre la personalidad, y la última, es una reflexión que hago como conclusión, que une mis ideas con las de Frankl y Rogers.

II. LA PERSONALIDAD MADURA SEGÚN FRANKL

Víctor Frankl en su libro: *Psicoanálisis y Existencialismo* de la psicoterapia a la logoterapia (1978), al ir explicando sus ideas sobre la necesidad del hombre de buscar sentido a su vida, va delineando las características del hombre que busca la madurez. A continuación aparecen las citas que clasifiqué anteponiéndoles el rasgo que mi juicio Frankl ha descrito.

A. Para Frankl la persona madura: es libre y consciente.

«... el hombre sólo se manifiesta como verdadero hombre cuando alza el vuelo a la dimensión de la libertad (1978:14).»

«Incluso dentro de un mundo circundante tan estrecho, tan confinado como este, pese a todas las restricciones sociales impuestas a su libertad personal, el hombre sigue siendo dueño, en última instancia, de su libertad para estructurar la existencia, de un modo o de otro, dentro de las condiciones en que vive (1978:152).»

Es en el momento de elegir cuando ponemos en juego todo lo que como hombres somos. El poder decidir lo que se quiere hacer de la vida es lo que hace al hombre dueño de sí mismo.

«... el hombre capaz de tomar una decisión tiene precisamente la posibilidad de oponerse a los pseudodeterminantes de su conducta (1978: 47)».

«... es libre para tomar una posición frente a todos sus condicionamientos,... (1978: 48) ».

«...es capaz de evadir con su esfuerzo todos sus condicionamientos y de oponerse a las más rigurosas y duras condiciones y circunstancias, y de aplicar todo su peso contra ellas, gracias a lo que yo denomino la capacidad espiritual para hacer resistencia (1978: 48) ».

Una vida determinada por las circunstancias, donde el hombre decide si no se deja llevar por los demás, por el ambiente es una vida vacía, sin sentido, pues a quien le toca vivirla no la enfrenta sino más bien se acomoda a ella. Es importante ser libres, pues es en esa libertad (que es siempre consciente) en donde nos hacemos responsables de lo vivido y de lo que nos toca vivir.

B. Está orientada al sentido de la existencia y a los valores.

«...yo creo que le hombre tiene necesidad de una cierta medida, sana y dosificada de tensión. No es cuestión de homeostasis a cualquier precio, sino de neodinámica, como nomino al campo polar de tensión que se abre irrevocable e inalienablemente entre el hombre y el sentido que anhela ser realizado por él.lo que menos nos podemos permitir es rechazar lo orientación y ordenación del hombre a algo como el sentido y los valores como “cosas que no son más que mecanismo de defensa o por mis racionalizaciones secundarias”.....Por lo que hace a mi personalmente.....no me gustaría vivir por mis mecanismos de defensa o por mis racionalizaciones secundarias, ni menos poner mi vida en juego por ellas (1978:17).»

Para Frankl el hombre no busca un estado de placer, un punto de inmovilidad, más bien el hombre es un ser en movimiento que quiere crecer todos los días y que quiere realizar sus metas. Estas metas son el punto a donde lleva su vida.

«El sentido de la vida es subjetivo en cuanto que no hay un sentido para todos, sino que para cada uno tiene un sentido distinto la vida;....Ahora bien, el sentido de la vida no sólo es subjetivo, sino también relativo: es decir que está en relación con una persona y con la situación en que está metida y se encuentra esa persona (1978: 82)».

B. Es responsable

El hombre maduro es responsable, pues no se deja llevar por las circunstancias sino que él las asume; eligió libre y conscientemente lo que quería hacer, y esto lo hace porque sabe a dónde va, pues se siente responsable de cumplir su misión, ya sabe que cada instante es importante y depende sólo de él lo que haga con su vida.

«Es terrible saber que cada momento soy responsable del siguiente momento; que cada decisión, la menor igual que la mayor, es una decisión “para toda la eternidad”; que en todo momento estoy realizando una posibilidad, la responsabilidad de este momento único, o la estoy perdiendo. Por otra parte, cada momento encierra en si miles de posibilidades, y yo no puedo elegir más que una sola que realizar. Pero con esto quedan condenadas todas las demás, quedan destinada a no ser jamás, y esto también ¡ para la eternidad; ¡Pero es maravilloso saber que el futuro, el mío y el de las cosas con él, el futuro de los hombres en torno mío, depende de alguna manera --aún cuando fuera en un grado insignificante—de la decisión que tome yo en cada instante. Lo que yo realice mediante mi decisión, lo que mediante ella “cree y ponga en el mundo”, lo estoy rescatando y metiendo en la realidad y lo estoy salvando de la caducidad (1978:71-72). »

C. Cumple su vocación

Una persona madura sabe que cuenta con características únicas, tienen habilidades y destrezas que la hace diversa de las demás personas: una de sus metas es lograr desarrollar esas potencialidades, sabiendo que es ella quien lo puede hacer mejor que nadie. También es importante hacer notar que en el desarrollo de esas potencialidades es en donde la persona humana logra realizarse como persona y como profesional.

«Encuentra el sentido de su vida y su consumación interior en el cumplimiento de lo que él puede realizar mejor que nadie, o de lo que tal vez puede realizar exclusivamente él (1978: 33-34).»

D. Autotrasciende

Para Frankl la persona madura no es un egoísta a quien lo único que interesa es estar bien consigo mismo y lo demás no importa; al contrario, las personas maduras tienen un encuentro profundo consigo mismas, y es de ese encuentro de donde nacen los deseos de vivir una vida que tenga sentido, y el sentido lo cobra la vida cuando se alejan las personas de sí mismas y se encuentran con su vocación y con los demás seres.

«...se hombre significa por sí mismo, estar orientado hacia más allá de sí mismo. La esencia de la existencia humana se encuentra en la autotrascendencia, por así decirlo. Ser hombre significa estar, desde siempre, orientado y dirigido a algo o alguien, estar dedicado a un trabajo al que se enfrenta un hombre, a otro ser humano al que ama, o a Dios a quien sirve. Esta autotrascendencia rompe el marco de todas las imágenes del hombre que conciben al hombre en el sentido de un monadologismo, como un ser que no tiende hacia el sentido y los valores, más allá de sí mismo, y que de esta manera no se orienta al mundo, sino que está interesado exclusivamente por sí mismo, en cuanto que sólo le interesa conservar o restaurar la homeostasis (1978: 51).»

E. Valora su pasado, vive su presente y es positiva frente a su futuro.

«...es cierto que no se puede volver a traer el tiempo transcurrido; lo que haya ocurrido en él es intocable invulnerable. Y, de esta suerte, el tiempo fugaz no es sólo un ladrón, sino también un depositario fiel. Y cuando una visión del mundo fija la mirada en el o transitorio de la existencia, no por eso debe ser pesimista. Si intentáramos expresar con una analogía, podríamos decir: el pesimista es como un hombre que está frente a un calendario y con temor y dolor ve cómo este calendario, al

que diariamente arranca una hoja, va quedando cada vez más delgado. Mientras que una hombre que concibiera en el sentido que acabamos de explicar se parecería a una persona que añade con todo cuidado y atención la hoja que acaba de arrancar a las que ha arrancado hasta entonces, no sin escribir al reverso de la hoja recién arrancada una pequeña nota, a manera de diario, y que entonces lleno de orgullo y alegría, considera todo lo que había escrito en esas notas, todo lo que quedo “escrito” en su vida. ¿Qué importaría incluso que este hombre se diera cuenta de cómo va envejeciendo? ¿Debería, podría mirar a la juventud con un corazón lleno de vida, o mirarse con pesadumbre a sí mismo? ¿Por qué tendría que envidiar a un joven --así pensaría más bien --acaso por las posibilidades que aún tiene éste, por su futuro? “Gracias”, pensaría, “en vez de eso, yo tengo realidades en mi pasado; no sólo la realidad de las obras realizadas, sino también la del amor y, también la del sufrimiento que he sufrido. Y de éste es de lo que más me enorgullezco, aunque sea lo que menos me envidian otros... (1978: 70) »

«...la película de este mundo corre por primera vez. Y esto no significa sino que lo pretérito --“afortunadamente”-- está establecido, y por tanto asegurado, mientras que lo futuro --“afortunadamente”-- está abierto, y por tanto depende de la responsabilidad del hombre. »

El tiempo para la personalidad madura es un valor muy importante, el pasado encierra en sí mismo todo lo vivido, es lo aprendido, lo gozado y lo sufrido, lo que no se puede borrar. El presente es la oportunidad de elegir libre y conscientemente, es la vida misma, lo que se puede perder ni desperdiciar. El futuro es la incógnita, a donde nos dirigimos, donde están esperándonos todas las emociones y momentos aún no vividos.

F. Cumple una misión.

«Sólo conseguiremos que nuestros enfermos se sientan movidos a considerar la vida como un valor, como algo que tiene en cualquier circunstancia sentido y razón de ser, siempre que sepamos dar a su vida un contenido, hacer que encuentre una meta y un fin a su existencia: dicho en otras palabras, que vean ante ellos una misión (1978: 97). »

«No tenemos reparo e afirmar que no hay nada que más ayude al hombre a vencer o, por lo menos, a soportar las dificultades objetivas y las penalidades subjetivas que la consciencia de tener una misión que cumplir. Esta misión, cuando se la concibe como algo personal, hace a su portador insustituible, irremplazable y confiere a su vida valor de algo único.»

Es la consciencia de que se está viviendo para realizar algo único, algo que si yo no lo hago nadie lo hará por mí. La misión marca el camino de la persona madura, sus metas y valores los dirige a la realización de ellos.

G. Se realiza

«Pero sólo en la medida en que el hombre cumpla el sentido se está realizando a sí mismo: la autorrealización se presenta después por sí misma, como efecto de haber cumplido el sentido, y no como su fin. Solamente la existencia que se trasciende a sí misma puede autorrealizarse, mientras que si se pusiera a sí misma, o a su autorrealización, como objeto de su intención, éste se malograría. ¡Corresponde a la esencia del hombre estar subordinado, ordenado o dirigido a algo o alguien, a una idea o una persona!»

«En realidad, toda autorrealización se reduce en último término a la realización de las propias potencialidades (1978:110).»

El ir cumpliendo con la misión, el ir viviendo cada momento con responsabilidad y consciencia, el ir poniendo lo mejor de nosotros en nuestro trabajo y el saber amar a los que nos rodean hará que las personas se realicen, si que el fin último de la persona sea éste.

H. Ama

«...el amor es, exactamente, la vivencia de otro ser humano, en todo lo que su vida tiene de peculiar y singular (1978:185). »

«Cómo figura humana, es insustituible e irremplazable para quien le ama, sin que, por ello, necesite hacer nada de su parte. El que es amado no puede impedir que al ser amado, realice lo que su persona tiene de peculiar y singular, es lo que su persona tiene de peculiar y singular, es decir, el valor de su personalidad. El amor no es ningún “mérito”, sino sencillamente un a gracia (1978:185).»

“El amor es, por tanto, la orientación directa hacia la persona espiritual del ser amado, en cuanto algo único e irrepitable (pág. 187).”

«El amor se caracteriza por su carácter de encuentro, y el encuentro significa siempre que se trata de una relación de persona a persona (1978: 186). »

En la definición de amar podríamos decir que Frankl hace una presentación de un modo de amar maduro, no habla de pasión ni de sexo encuentro, aceptación, espiritualidad y realización. También es importante notar que el amor es otro vehículo para dirigir nuestra vida a realizar la misión.

J. Afronta las situaciones difíciles de la vida

«Lo que importa es la actitud que el hombre adopte ante un destino irremisible. La posibilidad de llegar a realizar esta clase de valores se da, por tanto, siempre que un hombre se enfrenta con un destino que no le deja otra opción que la de afrontarlo, lo que importa es cómo lo soporta, cómo carga con el como una cruz. Se trata de actitudes humanas como el valor ante el sufrimiento, o como la dignidad frente a la ruina o el fracaso (1978: 88). »

«...la vida puede llegar a su colmo incluso en su propio fracaso (1978: 88). »

«La plenitud de dolor no significó, ni mucho menos, el vacío de la vida. Po el contrario, el hombre madura en el dolor y crece en él;..(1978: 89) »

«El hombre realiza en sus obras los valores creadores, en su modo de vivir los valores vivenciales y en el sufrimiento los valores de actitud ante la vida (1978: 89). »

“El debatirse del hombre con lo que el destino pone ante él es la misión más alta y la verdadera finalidad del sufrimiento (pág. 87).”

Es muy importante el hincapié que hace Frankl sobre el sufrimiento, pues aparentemente suena a masoquismo decir que uno se realiza en los momentos de la vida, pero la idea de Frankl es otra, él cree que la vida nos presenta momentos difíciles, y es en esos momentos en donde la persona madura debe sacar lo mejor de sí misma, debe sobreponerse y tomar actitudes dignas y valientes que la ayuden a salir del conflicto de la mejor manera posible, es por ello que la persona madura muestra en tales momentos actitudes de fortaleza, valor, fe y humildad. Pero Frankl afirma que si el dolor se puede evitar debe evitarse, de lo contrario sería masoquista, pero en la vida hay dolores y sufrimientos que no pueden evitarse y a los cuales se debe encontrar el sentido, y no sólo el sentido sino el suprasentido; y es así – a través del dolor- que el hombre puede lograr su mayor autorrealización.

k. Vive intensamente cada momento

«..Vivimos como vivimos en presencia de la muerte como el límite infranqueable de nuestro futuro y la inexorable limitación de todas nuestras posibilidades, nos vemos obligados a aprovechar el tiempo de vida limitado de que disponemos y a no dejar pasar en balde desperdiçándolas, las ocasiones que sólo se le brinda una única vez y cuya suma “finita” compone la vida (1978:117). »

«El hombre se asemeja, en cierto modo, al escultor que, con el cincel y el martillo, esculpe la piedra de tal modo que el material se convierte cada vez más en forma. El hombre elabora la materia que el destino le brinda: unas veces creando y otras viviendo o padeciendo, se esfuerza por “desbastar” su vida lo más posible para convertirla en valores, en valores de creación, de vivencia o de actitud (1978:119). »

«La vida no es algo, sino que es siempre, simplemente la ocasión para algo (1978: 119). »

El conocimiento que el tiempo es finito es muy importante para vivir la vida, pues nos hace valorar el tiempo, y valorar el tiempo quiere decir vivirlo al máximo, aprovechando cada momento para cumplir nuestras metas, para crear, para contemplar o para llevar lo mejor posible la circunstancia que la vida en ese momento nos presente ya sea con alegría o con dolor.

L. Pone su individualidad al servicio de la comunidad

«Cuando más altamente diferenciado es un hombre, menos corresponde a la norma, tanto en el sentido de ideal; pero, a costa de esa anormalidad o de esta idealidad, adquiere su individualidad propia. Sin embargo, la importancia de esta individualidad, es decir, el sentido de la personalidad humana, se dirige y refiere siempre, en cada caso, a la comunidad. Del mismo modo que el carácter único sólo confiere valor a cada piedrecita del mosaico en relación con la totalidad de éste, el sentido de toda la unicidad personal del hombre reside exclusivamente en lo que ella significa para un todo superior. ... Pero no es solamente la existencia individual la que necesita de comunidad para cobrar un sentido, sino que, es a su vez, la comunidad necesita también de la existencia individual para significar algo. Por eso la comunidad se distingue sustancialmente de la simple masa, La mas no tolera en su seno individualidades y, menos aún, plenitud de sentido (1978: 23).»

Dos puntos son importantes en este fragmento de Frankl: uno es la idea de individualidad, que es reconocer el carácter único que cada persona representa, y el segundo es que esta individualidad debe estar al servicio de la comunidad, pues en esa diversidad de persona que forman la comunidad es en donde cada quien contribuye con algo diferente y todos se enriquecen y ayudan entre sí.

III. LA PERSONALIDAD MADURA SEGÚN ROGERS

Lo siguiente muestra las ideas tomadas del ensayo de Carl Rogers titulado: *El concepto de la persona que funciona completamente* (Rogers, 1963). En este ensayo la frase “funcionar completamente” es un sinónimo de madurez.

La primera idea sobre Rogers sobre la personalidad madura es que ésta es producto de una psicoterapia óptima. Rogers define a las personas maduras como personas abiertas a su experiencia, que viven una vida existencial y que confían en que su organismo las llevará a comportamientos satisfactorios. Es importante también comprender que para Rogers estas personas maduras son el resultado de una terapia exitosa.

«una psicoterapia óptima: Desde el principio, debería poner en claro que estoy hablando desde el fondo de una terapia centrada en la persona.....{así, debo suponer que esta persona hipotética, a quien he descrito, ha tenido una experiencia extensiva e intensiva en terapia centrada en la persona, y que tal terapia ha sido tan del todo fructuosa como teóricamente sea posible (1978: 95). »

Esto significa que el terapeuta logra establecer una relación intensivamente personal y subjetiva con tal paciente, logrando así –como la llama Rogers- una relación de persona a persona.

«Para la persona, esta terapia optima ha significado una exploración de sentimientos en si misma, crecientemente extraños, desconocidos y peligrosos, probando que la exploración es posible sólo porque gradualmente se está dando cuenta de que es aceptada en forma incondicional. Así se relaciona con elementos de su experiencia, que en el pasado han sido negados a la conciencia por ser demasiado amenazantes, demasiado dañinos para la estructura del self. El se encuentra a sí mismo experimentando estos sentimientos completamente en la relación, de manera que por el momento él es su miedo o su coraje o su fortaleza. Y como vive estos sentimientos ampliamente variados, en todos sus grados de intensidad, descubre que se ha experimentado a él mismo, que él es todos estos sentimientos. Encuentra que su conducta cambia en modalidades constructivas de acuerdo con su self recientemente experimentado. Se aproxima a la realización de que ya no necesita temer lo que la experiencia puede contener, sino que la acepta libremente como parte de su self cambiante y en desarrollo (1978:95). »

En el fragmento superior Rogers no describe la vivencia que tiene la persona durante la terapia, pero son esas actitudes frente a la vida las que la personalidad madura debe de experimentar en su diario vivir.

Para Rogers son tres las características de la persona madura:

- Esta persona está abierta a su experiencia. Esta frase tiene un significado importante, pues es el opuesto de estar a la defensiva. Se describe la defensividad como la respuesta del organismo a las experiencias percibidas o anticipadas como incongruentes con la estructura de self. A fin de mantener la estructura del self, tales experiencias se distorsionan en la consciencia para reducir la incongruencia, así el individuo se define a sí mismo de cualquier amenaza de alteración en el concepto del self, mientras que para Rogers una persona abierta a la experiencia vive cada momento tan como se presenta, se deja sorprender por las diferentes circunstancias y no las bloquea usando mecanismos defensivos.

«Sin embargo, en la persona abierta a su experiencia, cualquier estímulo, ya sea originado dentro del organismo o en el ambiente, sería transmitido libremente por medio del sistema nervioso sin ser distorsionado por un mecanismo defensivo. No habría necesidad del mecanismo de “subcepción”, por medio del cual el organismo es advertido de cualquier experiencia amenazante para el self. Por lo contrario, si el estímulo fue el impacto de una configuración en forma, color o sonido en el ambiente o en los nervios sensoriales, o un rastro de recuerdo del pasado, o una sensación visceral de miedo o placer o disgusto, la persona estaría “viviéndola”, lo tendría completamente accesible a la consciencia (1978: 97-97). »

- Esta persona vive en un modo existencial. Es evidente que para aquel que está totalmente abierto a su experiencia –completamente- sin defensividad, cada momento será nuevo, sabe y se da cuenta que: “lo que será en el momento siguiente y lo hará depende de ese momento, y nadie más que él puede predecirlo.”

«Entonces, tal forma de vivir en el momento, significa ausencia de rigidez, de estrecha organización, de la imposición de la estructura sobre la experiencia. Esto significa, por lo contrario, un máximo de adaptabilidad, un descubrimiento de la estructura en la experiencia, una fluyente y cambiante organización del self y de la personalidad. La personalidad y el self estarían en flujo continuo, siendo

los únicos elementos estables las capacidades fisiológicas y las limitaciones del organismo, las continuas o recurrentes necesidades orgánicas para la supervivencia, el mejoramiento, la comida, el afecto, el sexo, etc. Los rasgos más estables de la personalidad serían la apertura a la experiencia y la resolución flexible de necesidades exitosas en el medio existente (1978:98-99). »

- Esta persona encontraría en su organismo un medio digno de confianza para llegar al comportamiento más satisfactorio en cada situación existencial, confiaría en sí misma y sabría lo que es correcto en cada situación. Dado que él estaría abierto a su experiencia, tendría acceso a todos los datos disponibles en la situación en que basa su comportamiento, las demandas sociales, sus propias necesidades, aunque éstas fueran complejas y posiblemente conflictivas; sus recuerdos de situaciones similares, su percepción de la singularidad de esta situación etc. El sistema dinámico de cada situación sería muy complejo; pero él podría permitir a su organismo total – participando su conciencia- considerar cada estímulo, necesidad y demanda, su intensidad e importancia relativa y, a partir de ese complejo, pesar, balancear y descubrir el curso de acción que permita acercarse a la satisfacción de todas sus necesidades presentes en la situación.

Rogers compra a tal persona con una gigantesca computadora electrónica:

«Dado que está abierta a una experiencia, todos los datos de las impresiones de sus sentidos, de su memoria, del aprendizaje previo, de sus estados viceversa les e internos, alimentan la máquina. La computadora toma como datos estos múltiples puntos y fuerzas que le fueron introducidos y rápidamente computa el curso de acción, que sería el vector más económico para satisfacer esta situación existencial. Este es el comportamiento de nuestra persona hipotética.

Los defectos que en la mayoría de nosotros hacen que este proceso no sea confiable son la inclusión de materiales no existenciales o la ausencia de datos. Esto sucede cuando los recuerdos y el aprendizaje previo son incluidos para la computación como si fuera esta realidad y no recuerdos y aprendizaje, lo cual produce una respuesta de comportamiento errónea. O también se produce el error cuando ciertas experiencias amenazantes están inhibidas por la conciencia y, por lo tanto, son excluidas de la computación o alimentadas en forma distorsionadas. Pero nuestra persona hipotética encontraría su organismo completamente confiable, porque todos los datos disponibles serían utilizados, y estaría presente en forma exacta más que distorsionada. Por ende, su comportamiento, se acercaría tanto como fuera posible a la satisfacción de todas sus necesidades. En este pesar, balancear y computar, su organismo por ningún motivo sería infalible. Daría siempre la mejor respuesta posible para los datos al alcance, pero algunas veces faltarían datos; sin embargo, a causa del elemento de

apertura a la experiencia, cualquier error, cualquier resultado de conducta que no fuera satisfactorio, sería corregido con rapidez. Las computaciones, como fueren, estarían siempre en proceso de corrección porque se comprobarían continuamente en la conducta ».

Rogers vincula estos tres puntos en una sola fibra descriptiva, más unificada. Para él la persona que ha vivido una experiencia de terapia centrada en el paciente teóricamente, óptimamente, es alguien que alcanza la madurez o como él lo llama es alguien que funciona en plenitud. Es capaz de vivir totalmente en y con todos sus sentimientos y reacciones, utiliza todo su equipo orgánico para sentir –tan exactamente como sea posible- la situación existencial dentro y fuera, emplea todos los datos que su sistema nervioso pueda suministrarle, utilizándolos en la consciencia, pero reconociendo que su organismo total puede ser, y a menudo es, más sabio que su consciencia. Es capaz de permitir que su organismo total funcione en toda su complejidad para seleccionar, de las múltiples posibilidades, la conducta que en ese momento será, por lo general, la más genuinamente satisfactoria. Es capaz de confiar en su organismo en este funcionamiento, no porque éste sea infalible, sino porque puede estar de todo abierto a las consecuencias de cada una de sus acciones y corregirlas si es que prueban ser menos que satisfactorias. Es capaz de experimentar todos sus sentimientos, y no tiene miedo de ninguno de ellos; ella es su propio suministro de pruebas, pero está abierta a testimonios de todas las fuentes, se halla completamente comprometida en el proceso de ser y volverse ella misma, y así descubre que es sensata y realmente social, vive por completo en este momento, pero aprende que ésta es la manera de vida más sana para todo el tiempo. Ella es un organismo que funciona completamente y, a causa del conocimiento de ella misma, que fluye con libertad en y a través de sus experiencias, es una persona que funciona completamente.

IV. SIMILITUDES Y DIFERENCIAS ENTRE FRANKL Y ROGERS

Es importante hacer notar que aunque Frankl y Rogers usen términos diferentes y tengan diferentes perspectivas, no se encuentran lejos el uno del otro. Después de leerlos he clasificado cinco características de la personalidad que a mi juicio ellos valoran y predicán.

A. Una visión integral del hombre

Frankl y Rogers en ningún momento separan al hombre en diferentes partes. Ellos ven al hombre como un todo, donde los sentimientos, los pensamientos, las reacciones biológicas, el aprendizaje y todo aquello configura al hombre actúa como un conjunto hacia el mismo objetivo.

B. El hombre es un ser conciente.

Ambos valoran y ven la necesidad de que el hombre esté conciente de lo que hace y piense. Rogers cree que quién está abierto a la experiencia no se deja cegar por mecanismos que limiten su consciencia. Y para Frankl, si no hay consciencia no hay ni libertad ni responsabilidad.

C. El hombre es libre y responsable.

Esto es muy importante para ambos autores, piensan que el hombre debe decidir libremente lo que hará y responsabilizarse de sus elecciones.

D. Una visión positiva del ser humano.

Para ambos, en el hombre hay valores positivos que le permiten confiar en sí mismo y realizarse a través de ellos.

También es importante resaltar las diferencias, y hacer observar las de ellas.

E. Profundidad en el concepto de persona.

En ambos es fundamental el concepto del hombre como persona, pero Rogers se queda en el enunciado mientras que Frankl lo profundiza tanto en el sentido intrínseco del hombre como persona como el supersentido de ella.

F. Logoterapia vrs. terapia centrada en el cliente.

La logoterapia no es un sistema de psicoterapia, aunque tiene técnicas psicoterapéuticas claramente definidas, es una filosofía de la vida, está teóricamente muy bien fundamentadas y que se pueden aplicar juntamente con diversas modalidades de psicoterapia. Rogers se presenta más orientado a lo práctico y presenta sistema de psicoterapia propiamente.

V. REFLEXION FINAL

Después de estudiar y reflexionar lo dicho por Frankl y Rogers, expongo a continuación los elementos que considero que caracterizan a una persona madura. Ella no está estática frente a la vida, sino que para ella alcanzar la madurez es un proceso continuo, es un reaccionar día a día a las diferentes circunstancias. Una persona madura es aquella que lucha por ser lo que realmente es, no se deja dominar por condicionamientos, por sus instintos o por reglas impuestas. Ella lleva el timón de su vida. No actúa fundamentalmente por agradar a los demás y confía en sí misma, por lo que decide cuáles actividades y maneras de comportarse son significativas para sí misma y para los demás.

Tal persona vive en una relación franca, amistosa e íntima con su propia experiencia, deja fluir sus sentimientos y emociones, vive con profundidad las grandes alegrías como los más duros sufrimientos, sin dejarse arrastrar por ellos.

Vivir la vida espiritual es parte importante de la persona madura, pues sólo en ese aspecto profundo se puede llegar al más profundo interior de sí mismo, y es en ese interior donde la persona enfrenta su verdadero ser. La persona madura toma el timón de su vida, la dirige a donde quiere, su vida la dirige a la realización de los valores que le dan el sentido a su existencia, vive para cumplir su misión.

Vive en el presente, sabe que cada instante es una elección y que de esa elección se debe ser consciente y responsable, pues de ese momento depende su vida y en cierta manera la de los demás, es la oportunidad de crear, de pensar, de actuar y de amar, dicho de otra manera, es el momento de cumplir su misión.

Ve el pasado y lo valora, pues en él se encuentran guardados los recuerdos, que son su referencia, que le ayudan a afrontar el momento presente.

Es positiva frente a lo que vendrá, pues el futuro le brindará nuevas experiencias y le dará la oportunidad de ver realizada su misión. Tiene una percepción realista de la vida, acepta lo bueno y lo malo que ésta le ofrece. Ve su mundo tal como es y no utiliza mecanismos que desfiguren la realidad. Reconoce que hay situaciones marcadas por el destino, que ella no puede cambiar, aunque sí puede decidir de que manera y con que actitudes afrontarlas. Y en él las ocasiones en el que la vida le permite elegir hacer uso de la libertad para escoger aquello que más la enriquece.

Afronta la vida con valor, acepta los retos y resuelve los conflictos creativamente.

La persona madura trata de poner a trabajar todo su potencial en la tarea diaria, en la profesión, con la familia y en sus pasatiempos. En cada actividad que realiza, pone lo mejor de ella. Esto llena su vida de entusiasmo, pues todo lo que hace está al servicio de su comunidad. Ella pone a la disposición de los demás su individualidad y al mismo tiempo se deja enriquecer por las contribuciones de los demás.

Su relación con las demás personas es buena. Puede comunicarse de manera sencilla y franca con quienes le rodean y siente respeto por ellas.

Sabe amar, puede compartir con los demás su propio ser y al mismo tiempo goza de las relaciones con los otros, pues disfruta de las demás personas tal como son, hay intimidad, aceptación, fidelidad y confianza en esas relaciones.

Su profesión es la respuesta al llamado de la vocación, es la oportunidad de desarrollarse plenamente, de ponerse al servicio de la comunidad y de conseguir lo necesario para vivir.

Cree firmemente en su singularidad, la unicidad, sabe que está puesta en el mundo para realizar una misión que sólo ella puede cumplir.

El hombre maduro está orientado más allá de sí mismo, vive por un ideal, que puede estar inspirado en su trabajo, en otro ser humano o en Dios, en quien cree y a quien sirve.

VI. BIBLIOGRAFIA

Carl Rogers. *El proceso de convertirse en persona*. Mi técnica terapéutica. Cap. 1, 1972 8 y 9. Buenos Aires, Editorial Paidós.

Frankl, Víctor. *Psicoanálisis y existencialismo, de la psicoterapia a la logoterapia*. 1978 Fondo de Cultura económica, México.

_____ *Man's search for meaning; and introduction to logotherapy*. New York, Washington, Square Press. 1963