

Reflexión sobre el aporte de Alfred Adler: Presencia de la Psicología Individual en la Psicología Humanística-Existencial Contemporánea

Alfred Adler se había desprendido en 1911 del psicoanálisis: Esto concordaba con el rechazo de los teoremas naturalistas y materialistas de la filosofía que predominaban en el siglo diecinueve. En lo sucesivo Adler se orientaría a conocimientos científicos del espíritu, particularmente al idealismo neo-kantiano, la filosofía de vida, la hermenéutica y el pragmatismo. En especial Adler tomaría los pensamientos de la fenomenología y la teoría gestáltica. En este contexto él crearía el proyecto global ("holístico"), intersubjetivista, una psicología teleológica-orientada a los sentidos que ha fundado/justificado la tradición de la psicología humanística.

En los Estados Unidos el psicoanálisis se consideraba como la „first force“, la terapia de comportamiento como „second force“, y la denominada por Charlotte Bühler "psicología humanística" como la „third force“ de la psicoterapia. A la logoterapia de Viktor Frankl se la puede contar también entre ésta „tercera fuerza“. Abraham Maslow ve a Alfred Adler como el verdadero fundador de la "psicología humanística". Él escribe que en las obras de Adler se encuentran las bases de la psicología humanística. Heinz Ansbacher, un importante teórico adleriano, indica la estrecha afinidad entre las doctrinas de Alfred Adler, Carl Rogers, el gestalista Kurt Goldstein y de Abraham Maslow. Maslow describía las necesidades y las motivaciones del

hombre y las ordenaba dentro de una estructura jerárquica: la célebre “pirámide de las necesidades”). Esta afinidad entre los diferentes representantes de la psicología humanística se pone de manifiesto especialmente teniendo en cuenta las suposiciones básicas epistemológicas.

Fenomenología

Epistemológicamente, la psicología humanística es una psicología fenomenológica. La fenomenología vuelve en Edmund Husserl y será desarrollada ontológicamente por Martin Heidegger, Nicolai Hartmann y Max Scheler. Frankl describe el trabajo de la logoterapia como una continuación de la metodología fenomenológica.

La fenomenología se abstiene principalmente de todas las deducciones e inducciones del aquí y ahora observable, de lo no observable. La percepción de los fenómenos es entendido como un resultado subjetivo de la conciencia. Para la práctica psicoterapéutica esto sugiere que la comprensión de la psique humana no ocurre según criterios objetivos establecidos. Más bien éste saber resulta de la interacción entre dos yo-sujetos que tiene lugar en un aquí y ahora. La psicoterapia es cómo constata Adler, más bien un arte que una ciencia en el sentido científico. La psicología adleriana se encuentra en este sentido de la psicología gestáltica, y respectivamente la terapia gestáltica, tan cerca como la logoterapia, cuyo objeto son igualmente los fenómenos del "espíritu subjetivo". Según Scheler el hombre no es "humano" ni en lo biológico, ni en el escalón psicológico

específicamente. Aquí él no se distingue especialmente de los animales más desarrollados por principio, sino sólo gradualmente. Ni la inteligencia, la imaginación, la memoria o el uso de herramientas son lo que motivan la diferencia de naturaleza entre el hombre y el animal. La diferencia real está en que solo el hombre es capaz de distanciarse, no solo del mundo, sino también de sí mismo. Esta capacidad de tomar distancia, Scheler la entiende como una expresión del "espíritu".

Frankl fué el primero en utilizar terapéuticamente el principio fenomenológico de la distanciaci3n. l describía ya décadas atrás el método específico de la "dereflexi3n". Éste está indicado especialmente en problemas sexuales neur3ticos. Aquí el efecto pat3geno se basa en una atenci3n excesiva, una "hiperreflexi3n" de aquellas funciones corporales que no pueden ser conducidas/controladas arbitrariamente. A través de ello se promueve un poco de consciencia que puede provocar "de por sí" un efecto: o sea, la afecci3n al deseo. Por eso el enfermo debe ser sistemáticamente persuadido a hacer caso omiso e ignorar su síntoma -- y además en general toda la esfera de propia corporalidad. Es decir, el paciente debe aprender a pensar no en él mismo, sino en otros objetos, es decir su pareja.

Alejamiento del reduccionismo

La psicología frankliana se distancia aún más radicalmente que la psicología adleriana de la posición biologista o naturalista. Frankl explica: "El reduccionismo se aparta en un descuido de la estructura multidimensional de la existencia humana." Frankl define al reduccionismo por lo tanto como un "procedimiento científico aparente en el cual los fenómenos humanos específicos pueden atribuirse a fenómenos subhumanos.

Globalidad-integralidad-unidad

La terapia gestáltica es seguro una psicología antireduccionista que mayormente esta ligada al pensamiento global ("holístico"). Pero también la psicología adleriana pone la idea de integridad tan fuertemente en el centro, que por momentos en los años 20 Adler pensaba en renombrar su doctrina en „psicología holística". Adler, que conocía exactamente los resultados de los teóricos gestálticos importantes, parte de la misma premisa que Fritz Perls, el fundador de la terapia gestáltica. En éste sentido, la psicología adleriana identifica al hombre como una unidad organísmica. Por eso, las observaciones vitales de un individuo nunca pueden ser examinadas y respectivamente ser interpretadas de forma separada de la relación global de su biografía. Más bien cada observación particular, se trate tanto de acciones particulares, verbalizaciones o estados morfológicos de cosas, remite al estilo de vida personal.

La intencionalidad y la autodeterminación

Noventa años antes Adler formulo la frase: "No es la pulsión la que tiene el hombre, sino el hombre el que tiene la pulsión". Con ésta declaración, la posibilidad de la autodeterminación es introducida en el hombre. Al mismo tiempo con eso le era devuelta la dignidad, que biólogos y psicólogos de pulsión le habían tomado.

La psicología adleriana contempla al hombre como un ser vivo que toma permanentemente decisiones. Su objeto de investigación son por eso las finalidades y metas del hombre, que se derivan por su parte del respectivo "estilo de vida" personal. Justo aquí existe una afinidad con la fenomenología: Edmund Husserl explica que cada acto del conocimiento siempre va dirigido "al objeto de la percepción". A ésta activa selección y orientación a hechos determinados del mundo, la fenomenología la define como "intencionalidad". La intencionalidad hace al hombre mucho más constante, más capaz, que la capacidad potencial -- en el sentido causal -- de estimularlo de las pulsiones e instintos. Por eso explica Adler: "Un hombre no sabría comenzar nada consigo mismo, mientras él no está dirigido hacia una meta. No tenemos la capacidad de sentir, querer, y actuar sin que tengamos una meta. Dado que todas las causalidades no le permitirían al organismo el dominar/tener bajo control el caos del futuro y superar la falta de una meta u objetivo, y de la cual seríamos una víctima. Sólo lo inanimado obedece a una causalidad reconocible. Sin embargo la vida es un deber".

Este es el punto de vista que tiene la psicología frankliana. Frankl explica: el tener fijada una meta en algo, en una idea o una persona, pertenece a la naturaleza del hombre. "Es sólo ésta intencionalidad, a través de la cual el sujeto mismo se prueba/demuestra como sujeto mismo. El fijar una meta, tener un objetivo personal pertenece a la naturaleza del hombre, ya sea en algo, en alguien, en una idea o en una persona".

Fuerza creativa

La libertad de orientarse a sí mismo hacia metas autoimpuestas es llamada por Adler la "fuerza creativa". Por ende el hombre no es marcado por su medio ambiente de una manera determinista, más bien él en un "acto creativo" toma los pormenores determinados del medio ambiente en su totalidad, sobre los cuales él valora tomando una posición. Esta posición tomada en base a una valoración, lleva a convicciones y ajustes del estilo de vida, al cual Adler lo denomina como una "obra de arte". Por ende el análisis de un estilo de vida por el terapeuta no puede ser solamente ciencia pura: sino más bien un acto creativo y artístico.

Una posición parecida toma Carl Rogers, el fundador de la terapia no directiva, también conocida como terapia centrada en la persona. Rogers postula que no hay ninguna realidad objetiva y absoluta: El hombre reacciona más bien a su interpretación propia y subjetiva del mundo. Sólo en el camino de la comunicación social puede tener lugar un cambio con los mundos de experiencia de personas diferentes. A

través de esto se puede generar un consenso interindividual sobre la realidad del mundo. Aquí existe una estrecha afinidad con la psicología adleriana. Y así, Adler le remarca a Rogers la auto-determinación y auto-responsabilidad del hombre sobre su propia vida, mientras que la suposición de causales externas determinantes es rechazada por él.

“El hombre sabe más de lo que él entiende“

La psicología adleriana explica: el hombre principalmente ve el mundo por las "gafas" tendenciosas de su estilo de vida. Por eso sus planes y proyectos, es decir su comportamiento guiado por el objetivo final, pueden tener lugar sólo en concordancia con la "visión del mundo" particular y privada de su estilo de vida personal.

El hombre particular no es consciente de ésto. Sin embargo Adler prefería no hablar del inconsciente, sino de lo "no sabido" o "incomprensible" para impedir la dicotomización de la psique global.

El problema del inconsciente es resuelto por la terapia gestáltica de forma análoga a la psicología adleriana. Para el gestalta Perls la conciencia del hombre es organizada según la metodología figura-trasfondo-norma: Lo que la percepción capta en el trasfondo, permanece inadvertido y por ende "no es sabido".

La aspiración a superarse

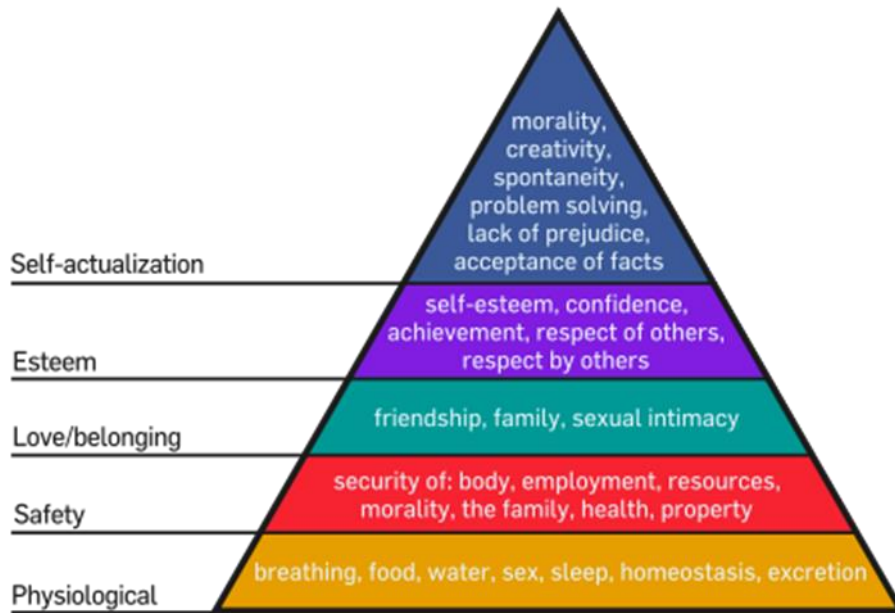
La psicología adleriana ve a la motivación de la vida del hombre como determinada por un movimiento de "abajo hacia arriba". Es decir, la intencionalidad fundamental corresponde a una aspiración, un estado ficticio de superación definitiva de las situaciones de insuficiencia existenciales. Este "yo-ideal" debe garantizar un "yo-seguro/garantizado" lo más grande posible, y respectivamente de "superioridad". Si ésta tendencia sigue los principios de una auto-relacionada (auto-referenciada) y lógica privada respectivamente, la meta está en una "superación del yo": el individuo respectivo tiene el deseo primario de lograr una sensación de superioridad sobre otras personas y evitar la sensación de estar comparativamente mas abajo, o sea en una situación de "inferioridad". En la teoría de la personalidad de Carl Rogers ésta tendencia es llamada "la auto-superación". Detrás de ésta forma de protección, está arraigada la opinión de que los poderosos y superiores están en menos medida expuestos a un peligro de una amenaza existencial.

Si la tan significativa tendencia del modo existencial se desarrolla sin embargo „desde abajo hacia arriba“ en una dirección prosocial, aspira -- según la psicología adleriana -- a una especie de perfección “sub specie aeternitatis”, que trasciende la superioridad individual. Bajo ésta condición el hombre está motivado a hacer obras útiles “solo por hacerla“. Este “sentimiento de comunidad“ permite una aspiración de perfección "auto-olvidada" que es llevada por la voluntad de crear una obra, o una tarea que es de utilidad interindividual.

Adler explica expresamente que ni las sensaciones de inferioridad, ni la aspiración de superioridad y perfección respectivamente son “anormales” por si mismas: Ambas son condiciones de cada tipo de progreso y evolución, es decir del desarrollo cultural de la humanidad. Estas sensaciones solo tienen importancia patológica cuando sirven de base a una dinámica de vida que está relacionada con la protección (más o menos) exclusiva de la propia existencia (“egocéntrico”).

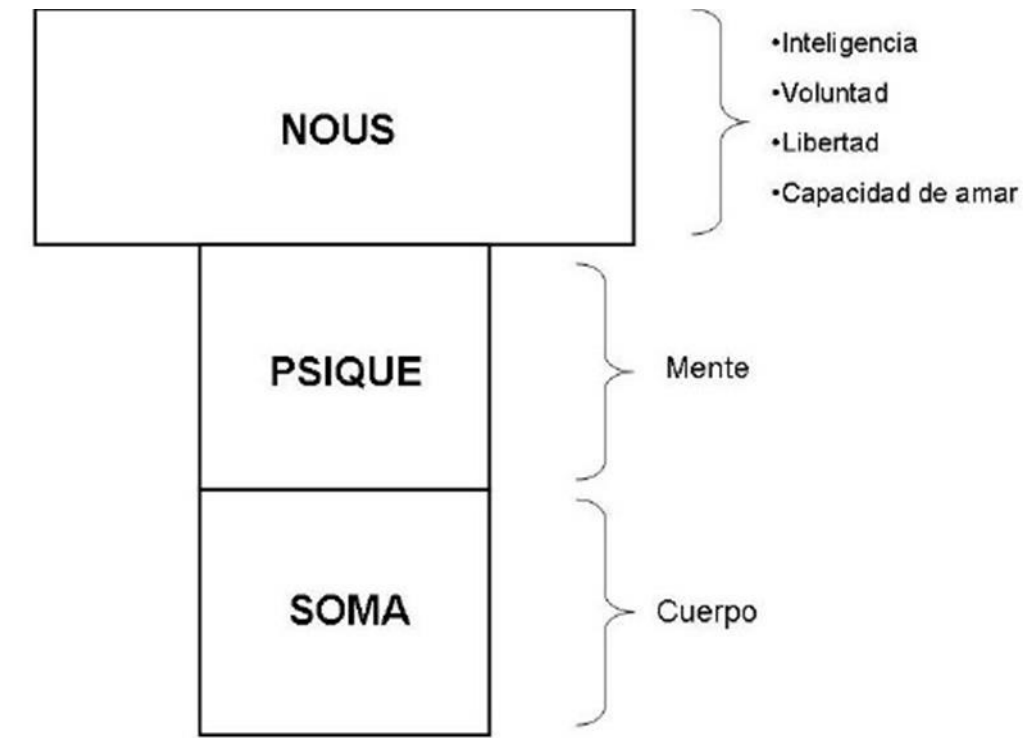
La noción de Kurt Goldstein de la “auto-actualización” está desde éste punto de vista en estrecha conexión. Ésta es también la noción central en la psicología de Abraham Maslow. La auto-actualización es la expresión guiada por un objetivo final “el-para-de la motivación” que está en claro contraste al “porque-de la motivación” de la psicología biológica.

Éste entiende al hombre como un prisionero de sus instintos e impulsiones. Sin embargo en la jerarquía creada por Maslow de necesidades y motivaciones, queda de manifiesto que las necesidades instintivas toman el valor más pequeño, mientras que la necesidad de amor y pertenencia (que corresponde al sentimiento de comunidad de Adler) se encuentra en un orden de categoría superior. La necesidad de autoestima y prestigio ocupa un peldaño en el orden de categorías aún superior después de Maslow (esto corresponde en lo esencial a la aspiración de superioridad individual), mientras que la necesidad de la auto-actualización, que está presente en Adler bajo la noción del yo-ideal, toma en el orden de categorías el lugar superior en la escala.



Jerarquía de necesidades según Maslow

El modelo de Maslows de una jerarquía de necesidades corresponde bastante con el punto de vista dimensional-ontológico Frankliano. Frankl explica que la unidad de lo físico y mental aún no constituye al hombre en su totalidad. La integralidad posee además un tercer componente, que lo integra esencialmente: lo intelectual. El hombre tiene el cuerpo y alma, pero él es espíritu. El hombre es unidad e integridad en el sentido que lo espiritual en él, se separa en lo físico y lo mental. Bajo la noción "espíritu" Frankl entiende la "dimensión de los fenómenos específicos humanos", como por ejemplo el fenómeno de la "auto-trascendencia", es decir la capacidad del hombre de ir "más allá de si mismo" y dedicarse a algo (una tarea) o a alguien (una persona)."



Jerarquía dimensional-ontológica de Frankl

En esta conexión hay nuevamente una afinidad desde el punto de vista adleriano. Erwin Wexberg, un alumno de Adler, traía tres finalidades fundamentales ordenadas categóricamente. En el escalón inferior o más bajo está puesta la finalidad biológica: Ésta no es consciente. Ella encierra todos los factores hereditarios (reacciones instintivas, reflejos incondicionados) que sirven a la protección a la existencia biológica. En el escalón próximo superior se encuentra la finalidad personal. Ella contiene las líneas directivas y las ficciones de la dinámica de la vida personal, y corresponde a las nociones adlerianas del plan de vida y estilo de vida. Su objetivo final es la protección del dominio de la vida personal. También esta finalidad permanece en gran parte inconsciente.

En el escalón superior se encuentra la finalidad social. Ella está anclada ya en el consciente y contiene todas las convenciones de la convivencia humana. La finalidad racional está en el escalón superior.