

TANATOLOGIA Y LOGOTERAPIA

Lenguajes del sentido de vivir, y sentido de morir como proceso natural de la vida.

Los procesos naturales de la vida como son el dolor, sufrimiento, culpa y muerte, pareciera son las grandes sombras del hombre, es por eso que la unión de estos 2 abordajes (en mi caso terapéuticamente) han dado un resultado exitoso.

Viktor E. Frankl, creador de la Logoterapia (3ª escuela de psicología) propone como objetivo :

Vencer a la desesperación a la que muchas veces se enfrenta el hombre ante el vacío, soledad, frustración, impotencia, desdicha, sufrimiento inevitable, culpa y muerte.

“Quien tiene un por qué para vivir, encontrará siempre el cómo”

Nietzschè

Logos = del griego que equivale a “sentido” “significado” o “propósito”.

“ Se centra en el significado o sentido de la existencia humana”.

La Terapia del Sentido, la terapia de la esperanza.

Si a la vida a pesar de ...

La historia del dolor humano : Por qué sufrimos tanto ?. ¿ Tanto sufrir para qué? .

Esto nos lleva al

PESIMISMO

DESESPERACION

SUICIDIO

Frente Al sufrimiento hay que llorar ...Dar palabras al dolor, el dolor que no habla, gime en el corazón hasta que se rompe” Shakespeare

LA LOGOTERAPIA como acompañamiento al sufrimiento, será un instrumento para que cada uno vayamos construyendo un sentido a nuestras realidades humanas.

Viktor frankl, nos apela a rescatar la inmovilidad del espíritu:

El aburrimiento es una sensación de sufrimiento

Sensación de impotencia

Dejamos de ser por “hacer” o “tener”

Se satura la voluntad

Se nublan deseos y sueños

Cuando dejamos de soñar, podemos perder la ESPERANZA

Hay sueños en la infancia que nos promueven una adultez sana; pero hay sueños que nos llevan a saturarnos.

Qué necesitamos?, regresar a ser niños para recuperar mis sueños a partir de mí y no de los otros. Crear un puente entre la esperanza y el aburrimiento

ONTOLOGIA FRANFLIANA

Haber sido es la mejor forma de seguir existiendo.

Los 3 tiempos nos construyen:

Pasado.- Lo que hiciste bueno y lo que vale (resignificación)

Presente.- Es el tiempo de las respuestas (valores actitudinales)

Futuro.- El análisis existencial está orientado en el tiempo, por lo tanto el tiempo es humo y al futuro genero mis esperanza, mis anhelos, y visualizo mi finitud planteando en mi presente la pregunta existencial: ¿Cómo me gustaría ser recordado?

Por otro lado la tanatología es:

Thanatos-muerte “estudio sobre la muerte”

La tanatología es una disciplina científica, un arte y una especialidad, una ciencia humana no exacta, cuyo campo es el estudio científico, humanístico, religioso. Se requiere de todo conocimiento humano sobre lo que es el morir, la muerte y lo que hay después. La tanatología ve al hombre como un todo, como un ser biosicosocial espiritual (dimensión en la que aborda la logoterapia).

El objetivo principal de TANATOLOGIA al parecer va de la mano con las propuestas logoterapéuticas, siendo estas propuestas a la vida :

1.-Es ayudar al hombre en aquello en lo que tiene derecho como algo primario y fundamental: a morir con dignidad, con plena aceptación y total paz.

2.- Ayuda a los familiares del enfermo Terminal, a que vivan plenamente y se preparen a la muerte del ser querido.

3.- Ayudar a los que sufren a que hagan su trabajo de duelo en el menor tiempo y con el menor dolor posible.

4.- Ayudar a los que forman parte del equipo de salud a aliviar las frustraciones, angustias, rabias, culpas, depresiones y otras emociones dolorosas que surgen ante la muerte de un paciente.

5.- Ayudar a quien tiene ideación o conductas suicidas a que encuentren una esperanza real, que es lo que en verdad necesitan.

Necesidades Psicológicas, que se convertirán en filosóficas desde la logoterapia:

Tenemos que estar muy alertas a todas las pérdidas y los procesos de duelo que el paciente o los familiares están sufriendo, aquí es donde entra el abordaje logoterapéutico desde una CURA MEDICA DE ALMAS, será de gran significado y apoyo para el tanatólogo, o bien el tanatólogo pueda tener sustentos o visión logoterapéutica, ya que enfrentar al hombre en sus miedos, no será fácil, necesitamos tener siempre recursos “incluyentes”

Los moribundos o enfermos terminales o que están viviendo una agonía, se enfrentan también a procesos de su psique con miedos :

Miedo al dolor: Que la agonía en sí, es indolora: la naturaleza proporciona, diremos que amorosamente, un anestésico total cuando llega el momento de la muerte. Lo común es que la inconsciencia aparezca más frecuentemente que el dolor. Morir no es más doloroso que nacer.

Miedo a la soledad: Este guarda una relación directa con el anterior: el dolor es más intenso cuando se está solo.

Todos tenemos miedo a morir solos, por eso debemos cuidar que el enfermo siempre esté con un familiar y debemos recordar que cuando un enfermo pide que quiere ver a alguien, se cumpla ésta petición, pues si nos tardamos, puede ser que se nos muera y sea demasiado tarde.

Como tanatólogos no tenemos que platicar con el moribundo a fuerza, simplemente nuestra simple presencia es lo que él necesita para saber que no está abandonado. .

Miedo de que su vida haya carecido de sentido, de significado: Se trata de un miedo tan difícil de explicar. Y es muy importante que lo ayudemos a que se dé cuenta que su vida ha tenido sentido y que hasta el último minuto hay que aprovecharlo.

Tenemos que mantener vivas su voluntad y esperanza. Y no olvidar que los moribundos necesitan tener risas y alegrías en sus vidas, y V. Frankl propone el sentido del humor como una gran característica del espíritu.

Referencias Bibliográficas

Elizabeth Kubler Ross ,La rueda de la vida
Elizabeth Kubler Ross Una vida plena: el legado espiritual de una mujer extraordinaria
Elizabeth Kubler Ross Una luz que se apaga
Elizabeth Kubler Ross Una vida para una buena muerte
Elizabeth Kubler Ross El ciclo de la vida
Elizabeth Kubler Ross Sobre el duelo y el dolor
Elizabeth Kubler Ross Todo final es un luminoso principio
Elizabeth Kubler Ross Los niños y la muerte
Elizabeth Kubler Ross SIDA el gran desafío
Elizabeth Kubler Ross Vivir hasta despedirnos
Elizabeth Kubler Ross Carta a un niño con cáncer
Elisabeth Lukas También tu sufrimiento tiene sentido . Alivio en la crisis a través de la logoterapia . Ediciones LAG

Elisabeth Lukas Logoterapia. La búsqueda de sentido. Edit. PAIDÒS

Elisabeth Lukas Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción.Edit. PAIDÒS.

Ma de los Angeles Noblejas Palabras para una vida con sentido. Serendipity

Viktor E. Frankl El hombre en busca de sentido. Herder

Efrén Martínez Ortiz. Acción y elección. Logoterapia de grupo y una visión de las drogodependencias. Ediciones Colectivo Aquí y Ahora

Joseph B Fabry Señales del camino hacia el sentido. Ediciones LAG

José Arturo Luna Logoterapia. Un enfoque humanista existencialista.. Editorial San Pablo

Psic. Enna María Medina Treviño
Tanatòloga Patricia Rodríguez Bretón