

## RECENSIÓN DE LIBROS

**Título:** LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL PARA PAREJAS: Antropología, actitud y método.  
**Autor:** Alejandro Khaled Salomón Paredes  
**Edición:** 2021  
**Lima:** Colección Sentido  
 172 páginas.

El libro Logoterapia y Análisis Existencial para Parejas: antropología, actitud y método es un libro del Psicólogo logoterapeuta Alejandro K. Salomón Paredes, quien nos da una percepción de la psicoterapia de pareja desde la Logoterapia, los recursos noológicos en el pensamiento de Viktor Frankl; el Método socrático de la Mayéutica, la ironía, el amor en pareja y los niveles de comunicación.

Este libro consta de 4 capítulos.

**En el capítulo 1:** *Una antropología de las relaciones humanas para un análisis existencial de las relaciones de pareja.* En este capítulo parte desde el criterio frankleano de que toda psicoterapia tiene una antropología, visión o percepción del ser humano desde donde se plantea el abordaje terapéutico, y desde la logoterapia como un ser existencial relacional, y desde Viktor Frankl, desarrollar una cosmovisión íntegra del ser humano, la tridimensionalidad o unidad “bio-psico-espiritual”: donde la unidad psico-física representa la dualidad mente – cuerpo y la dimensión espiritual es con la que se conforma la totalidad de la persona; siendo esta dimensión espiritual la dimensión de los fenómenos específicamente humanos.

Inicia desde el criterio frankleano que es la libre voluntad, siendo lo que nos constituye y no algo que poseamos; la libertad es la capacidad *específicamente humana* que nos permite tomar decisiones libres, personales e intransferibles y así configuramos nuestra propia existencia. También nos precisa que no somos libres de fracasar, de sufrir ni de morir; en esto no somos libres más si responsables por la respuesta que

demos; encontrando que libertad y responsabilidad son dos caras de una misma moneda. Así, la libertad es algo ineludible, quiere decir que no podemos no elegir (Frankl).

Para V. Frankl, la elección auténtica de pareja es un despliegue de la libre voluntad hacia un otro a quien contemplar en su *unicidad y valor esencial personal*; por esto el amor para Frankl es un acto *intencional*, que decide por los valores sin coacción alguna (Scheler), es un constante decidir verdadero por el Tu amado y que ambos co-construyen un vínculo auténtico.

También en el 2do constituyente frankleano encontramos la voluntad de sentido que es el motor que lleva a toda persona a encontrar sentido a su vida mediante los valores que los encontramos en la vida, que son objetivos, y somos atraídos por ellos pero, somos nosotros los que debemos de ir a su encuentro y realización y este es el fundamento de la relación de pareja donde ambos se atraen, se buscan, se aceptan por esta dinámica espiritual de valoración que expresan entre sí.

Luego el autor nos plantea un 3er aspecto que es el sentido que también se relaciona con el intelecto, pero, tiene mayor relación con el sentimiento, que se encuentra afuera de la persona, en su vida relacional no intrapsíquica.

El autor también nos habla de la relación que nos plantea M. Buber, la relación interpersonal yo – tú o de persona a persona ya que nuestra realidad existencial es de estar en permanente relación, donde la incompletud se supera encontrando la unidad y la totalidad de la persona, en la que el autor subraya el sentido de la vida y del amor como valores de experiencia que facilita con el otro que es distinto y hace énfasis en los recursos noológicos. Martin Buber decía que: solo somos una persona si nos relacionamos con otra persona.

Así, la vida puede tener sentido mediante la realización de valores, principalmente el vínculo que está envueltos en el espíritu del amor de pareja que es

recíproco y auténtico que V. Frankl lo reconoce como valores de experiencia.

El autor también nos habla de los recursos psicológicos de la pareja que son el autodistanciamiento que es la capacidad para tomar distancia de nosotros mismos y observarnos en situación, para conocernos, comprender nuestras formas de sentir, pensar y actuar; vernos como seres posibles es también autodistanciarnos, y la autotrascendencia que es la capacidad humana para ir más allá de nosotros mismos, salir de nosotros para ir al encuentro del otro, hacia una experiencia que da sentido.

**Capítulo 2:** *La comunicación como fundamento existencial de las relaciones de pareja y objeto del trabajo terapéutico.*

En este capítulo el autor nos presenta formas, claves y dificultades de la comunicación en pareja; entre otros criterios relevantes también nos habla de la soledad y del silencio. Nos dice que la comunicación auténtica nos exige el enfrentamiento pero que no llega a ser una lucha de poderes, ni un afán de dominio o de ganarle a la otra persona, y que al enfrentarnos nos arriesgamos a buscar la franqueza mutua, a dejar cualquier voluntad de poder para no sentirnos superiores ni inferiores; situación que sí está presente en toda comunicación impersonal. La confrontación es quedarnos frente a frente el uno ante el otro, presentando el amor como la fuente de la comunicación en pareja.

El ser humano es un ser en relación (V. Frankl). Para Karl Jaspers la existencia se da en la comunicación, pudiendo decir que *expresarse es existir*.

Si la comunicación de pareja no es auténtica, no somos verdaderos con la otra persona, al no permitirnos ser nosotros mismos; esta insatisfacción es desagradable, genera tensión por no ser nosotros mismos en la relación, haciéndose necesaria la Psicoterapia. Cuando la comunicación es personal, auténtica, existencial, siendo nosotros mismos, somos responsables permitiéndonos sentir la angustia de quedarnos a la intemperie ante la otra persona. Así la comunicación es *clara* porque somos *claros* con el otro, esta relación es de parejas maduras que da sentido al vínculo; esta comunicación es un acto espiritual que nos facilita alcanzar a la persona amada;

es una comunicación sustancial por sobrepasar nuestros intereses egocéntricos. Sin una comunicación auténtica, ninguna pareja puede llegar a la co-construir nada en común.

El amor lleva a la persona a los valores, nos moviliza y nos saca de toda insatisfacción relacional, así cuando amamos queremos conocer más a la persona amada, y que sólo la comunicación auténtica nos da ese interés por el conocimiento mutuo.

Aquí los aspectos constitutivos de una relación de pareja: *amor, libertad, comunicación y conocimiento*.

El autor toma el silencio como el aspecto negativo de la comunicación en la pareja por ser la nada, la falta de expresión verbal, que además es un aspecto de la comunicación necesario, ya que solo desde el silencio puede surgir una expresión, una palabra, permitiendo la expresión de la pareja, con nuestro silencio. Pero el silencio en su valor auténtico, es un acto de libre voluntad personal, de responsabilidad propia con el otro, mientras el callar inauténtico es esquivar, es intentar escapar de la angustia de la confrontación y la comunicación verdadera, porque no hay encuentro y por eso no se realizan los valores de experiencia. Es un silencio sin sentido, un callar inauténtico.

Al respetar la soledad de la persona amada preparamos el camino para la comunicación auténtica, quedando muy bien dispuestos para la comunicación existencial.

**Capítulo 3:** *Las personalidades en la relación de pareja.*

El autor aquí expone la relación de pareja como una relación entre dos personalidades.

La relación de pareja es de dos personas con acuerdos mutuos coincidentes, que respetan sus individualidades, sus proyectos personales y de pareja, llegando a ser así, co-constructores de un proyecto existencial común para ambos.

El autor nos dice que mediante la confianza y el amor podemos tomar fortaleza, confianza o coraje existencial para dar inicio a la comunicación y tender

el puente abierto con la otra persona para el encuentro y la comprensión recíproca.

Cuando la pareja nos expone un punto de vista diferente al nuestro, no coincidente, y lo tomamos mal, se nos plantea una amenaza, un peligro externo que pone en riesgo algo emocional que queremos mantener en silencio y bien cuidado, generalmente nos replegamos y tomamos la actitud hostil para que la otra persona ceda y así poder mantener nuestra identidad firme y bien sólida, aquí la relación ya es un medio para un fin puramente individual y se toma el dominio sobre el otro Tú, ejerciendo el poder y muestra la relación aparentemente buena, surgiendo la insatisfacción por no haber un ejercicio equitativo de los valores, se han perdidos, disminuidos y ya son inaccesibles desde esa postura creada como valiosa pero lejana, por ser un amor restringido que no involucra a ambos.

Trascendemos cuando cuidamos intencionalmente al otro Tú, surgiendo la empatía con el otro, el cuidado de su sentir, de lo que para la persona amada es valioso y lo cuida con celo, fortaleciendo su fuente espiritual para comprenderla en su auténtica forma de ser.

En esta actitud de reciprocidad surge la compenetración del vínculo, se realizan los valores de experiencia; porque sólo el cuidado recíproco nos permite construir un mundo saludable por el amor que nos facilita realizar valores y dar sentido a la relación.

El autor precisa que cuando no encontramos sentido a la vida nuestra voluntad se desvía, hacia el placer o hacia el poder, y que estos sólo alivian los malestares propios del vacío existencial donde predomina lo inauténtico, desarrollando relaciones dependientes, con una gran ausencia de responsabilidad sobre su propia vida dado su alto nivel de insatisfacción existencial; al depender uno del otro, no se da una relación Yo - Tu, de persona a persona sino una relación Yo – Ello que es una relación de utilidad. Depender del otro para existir implica no poder valerse por sí mismo afectivamente, no poder sostener la propia vida.

En las relaciones que se orientan hacia el poder, en las obsesivas se dan intentos desesperados por tener la relación bajo control. Son relaciones con una voluntad de poder exacerbada, de una intensa búsqueda de

perfección y seguridad, donde los conflictos son evitados a cualquier precio por evitar sentir que la relación y la vida misma son un fracaso. Su actitud será de evidenciar los defectos del otro como intento para mantener el control.

#### **Capítulo 4:** *Análisis existencial de una relación: el diálogo socrático en la terapia con parejas.*

En este 4to capítulo el autor nos habla del Método socrático (mayéutica), en relación con los recursos noológicos como base de la comunicación de la pareja, de la ironía como parte del proceso psicoterapéutico como un dar a luz con la pareja; la actitud con ironía, afectividad y fenomenológica en la vida de la pareja; recordando que en el proceso terapéutico lo más importante es la relación entre el terapeuta con sus consultantes o pacientes ya que el mejor agente de cambio es el vínculo; así la mirada humana del Logoterapeuta humaniza los vínculos de los consultantes.

Esta relación dialogal es un diálogo fundado en una actitud fenomenológica, considerando la ignorancia socrática como el punto de partida como disposición existencial para llegar al conocimiento y donde nuestro actuar es ir comprendiendo juntos, tanto el Logoterapeuta como la pareja consultante, qué es lo que les ocurre como pareja, qué es lo que vienen eligiendo en pareja, ampliando la visión sobre sus posibilidades y sus valores correspondientes, facilitándoles ser más conscientes de su libertad y responsabilidad en la terapia, por ser la pareja consultante la que realmente sabe más de ellos mismos y de su forma de relación que les genera la dificultad o problema que exponen como motivo de consulta. Asumir esta disposición afectiva y socrático – fenomenológica nos posibilita captar esos valores con gran comprensión empática y de confianza en la relación psicoterapéutica, de donde surgen las preguntas necesarias para la comprensión del motivo de consulta, preguntas desde la ignorancia socrática, que parte desde un no saber nada acerca de la pareja.

El autor nos recuerda que Sócrates proponía, que todo conocimiento parte de la ignorancia ya que este no saber implica reconocer todo cuanto hemos puesto “entre paréntesis”, dirigiendo nuestra intencionalidad hacia la pareja con el propósito de saber, de conocer sus

experiencias, con sus vivencias, significados y valores propios. La descripción nos conduce a la comprensión desde un constante cuestionar socrático que es muy generativo; reconociendo que desde la ignorancia o no saber socrático surge su ironía, que por sus raíces griegas eironeia, significa disimulo o hacerse el ignorante; pero esto va más allá de ser una expresión que hace referencia a algo contrario o diferente de lo que se dice o como burla disimulada. En logoterapia es una forma de asumir la vida, una actitud existencial que desata las fuerzas de nuestra libertad y moviliza los recursos de nuestra dimensión espiritual.

También nos recuerda que poner en práctica la actitud irónica en la relación terapéutica con la pareja implica estar atentos a toda incoherencia que expresen, a manera de contradicciones, para así poder señalárselas y preguntarles con el fin de lograr mayor claridad y comprensión. Este estilo irónico del dialogo socrático es no directivo. Además, sumemos aquí la Mayéutica reconocida y entendida como el arte de facilitar o dar a luz la verdad; incluir aquí la

mayéutica y la ironía, se dirige más a desarrollar una actitud, que a la aplicación de una técnica específica. Sabemos que el diálogo socrático tiene como base las preguntas fenomenológicas, sin embargo, también son muy importantes los señalamientos que le hagamos a la pareja de todo lo que llame nuestra atención.

Las preguntas socráticas son fenomenológicas que siempre nos llevarán a la descripción y a la comprensión más no a la interpretación de ningún hecho. Aquí ya tenemos gran parte del encuadre o setting con la importancia de la relación del Logoterapeuta con la pareja consultante en una búsqueda conjunta donde podemos utilizar un sinnúmero de posibilidades, como el logodrama entre otros; así la fenomenología nos lleva permanentemente a revisar nuestra forma de conocer el mundo.

El autor también nos presenta un conjunto de ejercicios logoterapéutico mediante los cuales ilustra con claridad la aplicación de la Logoterapia.

**Lisle Sobrino Chunga**

Decano de la Facultad de Psicología y Humanidades  
Universidad Femenina del Sagrado Corazón.  
Lislesobrinoc@unife.pe