

# Logoterapia: un nuevo enfoque de la psicología clínica

## Momento Histórico de nuestra Sociedad

- Huida y Negación de los límites trágicos de la vida: muerte, enfermedad, sufrimiento y culpa. Es absurdo. Visión nihilista de la vida.
- Búsqueda de Placer: "Tenemos que ser felices".
- Visión fatalista de la vida.: "Yo no puedo hacer nada ante mis circunstancias" "No soy dueño de mi vida" . Se pierde la responsabilidad y libertad personal.
- Adormecimiento de nuestra conciencia.
- La vida tiene sentido en la medida en que tengo Exito. La vida tiene sentido en base a lo que tengo o poseo.
- Infravaloración de la capacidad de nuestra dimensión espiritual.
- Sobrevaloración de la ciencia y del intelecto. Negación del espíritu "no vale, no es medible ni controlable por el hombre".
- Visión limitada y reduccionista del ser humano. Visión reduccionista de la Psicología, Psiquiatría...
- Relativismo axiológico "Todo vale": pérdida del sentido de los valores.
- Falta de coherencia con los propios valores.

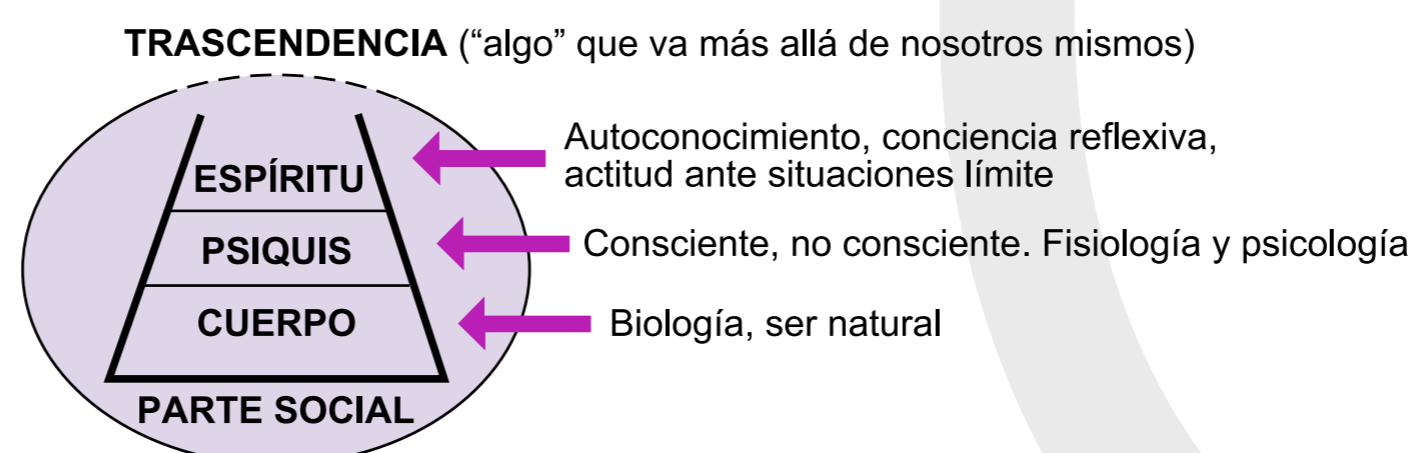
- Desesperanza
- Vacío existencial
- Falta de sentido en la vida
- Frustración
- Ceguera en Valores
- Absolutización de los Valores
- Desorientación Personal
- Infelicidad

**Aumento del malestar biológico, psicológico y social**

## La logoterapia da respuesta: ¿Cómo?

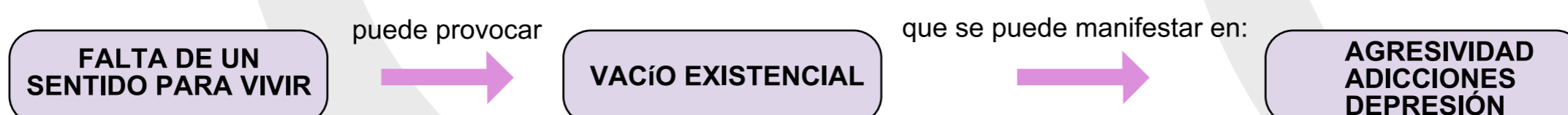
### A) LA LOGOTERAPIA SE UTILIZA CON TODAS LAS PERSONAS que vienen a consulta:

- Partiendo de una visión integral del ser humano: bio-psico-socio-espiritual.



- Profundizando en ¿Quién soy? para llegar a la pregunta ¿Hacia dónde voy? pasando por temas como: valores, libertad, responsabilidad, ser, deber ser...
- Trabajando con la parte SANA de la persona. "Tienes un problema pero no eres ese problema".
- Partiendo de que la vida siempre tiene SENTIDO, incluso en los momentos de sufrimiento.
- Considerando que la FELICIDAD es consecuencia y no fin.
- Ampliando el CAMPO DE VALORES: de creación, de experiencia y de actitud. Y ayudando a que vivan en coherencia con ellos.
- Trabajando la LIBERTAD-RESPONSABILIDAD de cada persona.
- Incluyendo el SENTIDO DEL HUMOR.

### B) LA LOGOTERAPIA APORTA UNA NUEVA VISIÓN DE ALGUNOS TRASTORNOS



Muchas personas no lo saben pero traen a consulta problemas existenciales de base (conflictos de valores, desorientación personal, vacío existencial...).

### C) LA LOGOTERAPIA Y OTRAS ESCUELAS DE PSICOLOGÍA:

La logoterapia se puede utilizar sola o en combinación con otras **escuelas y técnicas**:

- Gestalt
- Sistémica
- Terapia psicodinámica
- Cognitivo-conductual
- Hipnosis

Algunas **técnicas** propias de la logoterapia son:

- Intención Paradójica
- Derreflexión
- Diálogo socrático