

Devenir: Integración de perspectivas y tradiciones griegas en psicoterapia existencial

Becoming: Integrating greek insights and traditions into Existential Psychotherapy

Evgenia Georganda
Atenas, Grecia

Resumen

Este artículo se basa en una presentación del simposio "Presencia, devenir y autocreación en psicoterapia existencial", con Will Wadlington, Erik Craig y Kirk Schneider, para la conferencia virtual de la APA de 2020. En un esfuerzo por integrar las tradiciones griegas, tanto de la literatura como de la filosofía, con las perspectivas actuales de la psicoterapia existencial, el artículo se centra en tres elementos principales. Describe brevemente el concepto de 'oistros', familiariza al lector con las raíces filosóficas del concepto de 'llegar a ser' y relata una comprensión existencial-evolutiva de la existencia y el crecimiento humanos. Finalmente, destaca cómo estos problemas existenciales y temas de desarrollo que surgen a lo largo de la vida contribuyen a este cambio siempre constante que llamamos "llegar a ser".

Palabras clave

Psicoterapia existencial, desarrollo humano, 'devenir', 'oistros'.

Abstract

This paper is based on a presentation for the symposium "Presence, Becoming & Self-Creation in Existential Psychotherapy", with Will Wadlington, Erik Craig and Kirk Schneider, for the 2020 virtual APA conference. In the effort to integrate Greek traditions, from both literature and philosophy, with current insights into existential psychotherapy the article focuses on three main elements. Briefly describes the concept of 'oistros', acquaints the reader with the philosophical roots of the concept of 'becoming', and relates an existential-developmental understanding of human existence and growth. Finally, it highlights how these existential issues and developmental themes that emerge throughout the life span contribute to this ever-constant change that we call 'becoming'.

Keywords

Existential psychotherapy, human development, 'becoming', 'oistros'.

Introducción

La Asociación Helénica de Psicología Existencial se estableció en 2004 con dos objetivos principales en mente: lograr que las teorías y aplicaciones de la psicoterapia y el asesoramiento existenciales sean

más accesibles para el público griego y la comunidad profesional y desarrollar una perspectiva existencial distintivamente griega, basada en los ricos legados de los filósofos griegos y otros escritores. En los seminarios que hemos realizado a lo largo de los años, hemos estudiado a filósofos, escritores y poetas griegos y hemos visto cómo se pueden usar e implementar ciertos conceptos en nuestra vida diaria. Nuestro trabajo fue presentado en congresos y publicado en revistas y capítulos de libros. Actualmente, la Asociación Helénica de Psicología Existencial tiene un programa de formación de 4 años en psicoterapia existencial acreditado por la Asociación Europea de Psicoterapeutas y es una institución bien establecida en Atenas, Grecia.

La Asociación Helénica de Psicología Existencial figura en la parte VI - Desarrollos internacionales en el sur de Europa, del "Manual mundial de terapia existencial de Wiley" (Georganda, et. al., 2019a), mientras que el concepto de 'oistros' se incluyó en el segunda edición del libro de Mick Cooper (2017) sobre "Terapias Existenciales". El escritor tuvo la oportunidad de presentar el concepto de 'oistros' en dos simposios de la APA en 2018 y 2019 y se publicó un artículo relacionado en el periódico profesional The Humanistic Psychologist.

Por lo tanto, en el presente artículo, el concepto de 'oistros' se presentará solo brevemente y el énfasis principal estará en el concepto de 'llegar a ser' que se abordó en el simposio virtual de la APA de 2020. Llegar a ser es una idea filosófica importante que estará conectada con el crecimiento y desarrollo humano a lo largo de nuestra vida. Esta síntesis de problemas de desarrollo con preocupaciones existenciales y los temas que surgen de ellos se integrarán con el proceso psicoterapéutico y la creación de la alianza terapéutica.

Oistros

'Oistros', o entusiasmo por la vida, es un concepto que surgió de la poesía y la literatura griegas y es una hermana gemela de 'asombro', un concepto sobre el que el Dr. Schneider (2009, 2017) ha escrito extensamente. En griego moderno se usa comúnmente cuando queremos decir que alguien está experimentando un trastorno creativo. Tanto Eros como Tánatos pueden instigar este estado de 'oistros'. Tánatos, o la realización de la muerte, es como una

fuerte bofetada en la cara que nos despierta a la importancia de la vida y de cómo vivimos la vida. El peligro de la conciencia de la muerte es que puede paralizarnos o congelarnos, pero igualmente puede presentarnos una oportunidad para aumentar el 'oistro', para aprovechar cada momento de nuestra vida como si fuera el último y hacer el mejor uso posible de él. La comprensión de la fluidez y la impermanencia de nuestra vida crea la ansiedad o angustia existencial descrita por Kierkegaard, Rollo May y muchos otros filósofos y terapeutas. Esta angustia o agonía es el tábano al que se refiere el filósofo Sócrates y que, al picarnos, nos mantiene alerta sobre la importancia de la vida y del aquí y ahora. Si le prestamos atención, la angustia puede ayudarnos a vivir no solo de una manera más intensa y plena, sino también con mayor autenticidad. Hoy estamos aquí, en medio de una pandemia que ha sacudido al mundo entero y está cambiando rápidamente nuestra forma cotidiana de estar-en-el-mundo. Es probable que sea demasiado pronto para decir cómo estamos cambiando y qué traerán estos cambios, pero una cosa es obvia para mi mente. Todos estamos obligados a ver y experimentar la incertidumbre y la fragilidad de la vida. Nos vemos obligados a tomar conciencia de la impermanencia de la vida y del efecto que nuestras acciones tienen sobre la naturaleza, sobre los demás y sobre el mundo en el que vivimos. Es difícil negar la amenaza siempre presente de la muerte y la importancia de nuestra conexión con otros. Esta experiencia interrelacional del mundo y su importancia para el proceso de "llegar a ser" será el foco principal de este artículo.

Convirtiéndose

El nombre de la Asociación Helénica de Psicología Existencial es "gignesthai". Esta palabra se deriva del verbo griego 'γίγνομαι' y se puede traducir como 'me estoy convirtiendo'. El verbo está en gerundio y, por lo tanto, indica "el proceso de llegar a ser". A menudo decimos que somos «εν- τω-γίγνεσθαι», lo que implica "el proceso de un continuo devenir", o el constante "nacimiento del ser". Este importante concepto surgió principalmente de la filosofía griega y especialmente de los escritos de Heráclito. Heráclito, de quien se cree que nació en Éfeso aproximadamente en el año 535 a.C. fue un filósofo presocrático que también fue llamado el 'Oscuro' debido a la naturaleza paradójica de su filosofía. Es famoso por una serie de citas que ejemplifican su creencia básica en el cambio siempre presente. Algunas de estas citas son: "No hay nada permanente excepto el cambio", "Todo fluye, nada se detiene", "Ningún hombre se sumerge dos veces en el mismo río, porque no es el mismo río y él no es el mismo hombre".

Esta noción de cambio constante, de un 'llegar a ser' continuo tiene grandes implicaciones tanto filosóficas como psicológicas. Nos presenta el gran desafío de la estabilidad, que es tan vital para nuestros sentimientos de seguridad, en oposición a la inseguridad y el miedo a la imprevisibilidad. La incertidumbre, aunque es parte integral de la vida y del vivir (Spinelli, 2007), es a menudo insostenible, como la situación actual de covid19 nos ha hecho tan evidente a todos. ¿Cómo

podemos sentirnos seguros en un mundo incierto e impredecible? ¿Cuáles son los recursos necesarios para hacer frente a este cambio siempre presente?

Aunque estamos en un flujo constante y en un proceso de transformación, creándonos a nosotros mismos todos los días y evolucionando hacia el ser que somos hoy, cada uno de nosotros nos reconocemos como Evgenia o Erik, Will, etc. Tenemos un sentido de continuidad como el "seguir siendo" que somos. Este sentido de continuidad e igualdad lo experimentamos como estabilidad. Por lo general, en los momentos de contemplación nos damos cuenta de cuánto hemos cambiado con el tiempo. A menudo pienso en esta paradoja como es nuestra experiencia de la tierra. Nuestro planeta tierra gira constantemente alrededor de su eje y alrededor del sol y nunca está quieto. Sin embargo, experimentamos el suelo como estable e inamovible. Si sintiéramos el movimiento constante, estaríamos mareados e incapaces de ponernos de pie, como es nuestra experiencia al estar en un barco en un mar turbulento. Del mismo modo, el ser humano necesita sentirse estable y seguro para "estar de pie", ser funcional y no quedar incapacitado por el "mareo" de la vida.

Tengo entendido que este sentimiento de estabilidad, en medio de un flujo constante, es el resultado de nuestra capacidad para regular nuestro afecto y nuestro estado del yo. Ahora sabemos por la investigación neurobiológica y por las teorías de regulación del afecto (Hill, 2015, Schore, 1994) que esta capacidad de autorregulación y el sentido básico de confianza y seguridad en nuestro mundo y en los demás está vinculado a patrones de apego tempranos (Ainsworth, et al., 1978). Nuestra relación principal con la "madre", u otro cuidador, es muy importante para nuestra capacidad de regular nuestros estados afectivos, permitiéndonos mantener un cierto equilibrio y un sentido continuo de nosotros mismos en medio de la confusión. Se sugiere que la "presencia" de un terapeuta puede desempeñar una función similar en la vida posterior.

'Convertirse': una comprensión existencial-evolutiva de la existencia y el crecimiento humanos.

Desde mi época de estudiante universitaria, estuve muy interesada en la psicología del desarrollo. Me fascinaban las diferentes teorías del desarrollo y me intrigaban todos los diferentes aspectos que presentaban. Cada teoría parecía tener un impacto para entenderme a mí misma y cómo crecí. Durante mi terapia, a menudo me preguntaba si algo era "verdaderamente mío" o si solo era el resultado de mi educación. Me disgustaba mucho la idea de que todo estaba decidido y quería creer que era libre de elegir mi vida. ¿Pero realmente lo estaba? En esta búsqueda de autocomprensión y de "separar lo que era mío de lo que no" (qué idea tan tonta), decidí combinar tantas teorías del desarrollo como conocía en ese momento para resolver el enigma. Claro, ahora sé que nada es mío y todo es mío. Soy una confabulación de todo.

Sin embargo, en el proceso de esta lucha creé el concepto de "el ADN del Alma" que todavía considero

valioso para comprender la existencia y el crecimiento humano. Abarca una serie de teorías, como Bowlby, Ainsworth, Mahler, Winnicott, Freud, Erikson, Piaget, Maslow, Rogers, Yalom y Jung, en un intento de describir lo que considero el proceso y la meta del desarrollo a lo largo de la vida. La molécula de ADN fue elegida por varias razones. El concepto de ADN parecía representar el corto grabado de las experiencias vividas que forman nuestro "ADN psíquico" o psicológico, es decir, esas formas bien establecidas de responder y relacionarse con la vida y otros que parecen difíciles de cambiar. El objetivo de gran parte de la terapia es desentrañar, comprender, aceptar y tal vez alterar estos patrones bien arraigados. Además, provocó la visualización de un movimiento en espiral de dos hebras entrelazadas, enrollándose una alrededor de la otra. Pensé que esta era una representación más precisa del desarrollo que los modelos lineales de las teorías de las etapas. Finalmente, nuestro viaje por la vida a menudo nos presenta algunos temas o desafíos universales que se desarrollan a medida que envejecemos. El resultado de nuestra lucha con estos diferentes problemas varía desde un polo de auto-mejora "positivo" hasta un lado "negativo" de autoinhibición. Estos dos resultados que interactúan están representados por las dos hebras de la molécula.

Cuando comenzamos nuestra vida, nos separan físicamente de la madre cortando el cordón umbilical. En ese momento, nos encontramos en un estado psicológico indiferenciado y fusionado donde nuestra comprensión del mundo se basa únicamente en nuestros sentidos y experiencias cinestésicas (Piaget, 1972, Etapa sensoriomotora). Lo que suceda en nuestra relación con nuestro cuidador principal se procesará en este nivel afectivo no verbal que es el bloque de construcción inicial de nuestro autoconcepto y nuestra experiencia intersubjetiva del mundo. El proceso de desarrollo y crecimiento en los seres distintos y separados, aunque interrelacionados como somos, es largo, lleno de separaciones, pérdidas y ganancias que dan como resultado que nos convirtamos constantemente en quienes somos ahora. Nuestra maduración cognitiva nos permitirá comprender que el yo y el otro están separados desde muy temprano, alrededor del sexto mes para Piaget (1972), momento en el que Freud (1973, 1976) también sugiere que comenzamos a formular nuestro ego. Con suficiente "espejo" (Winnicott, 1971) seremos capaces de superar el estado normal narcisista y autoindulgente de la infancia y, equipados con nuevas capacidades cognitivas, seremos capaces de relacionarnos con una comprensión cada vez mayor de la perspectiva del otro. Este proceso de mayor conciencia intersubjetiva también refinará nuestra comprensión empática de otros seres en nuestro mundo.

Llegar a ser nuestro propio ser competente, autosuficiente y realizado es un proceso de toda la vida que puede ser asistido u obstaculizado por la presencia de otros y por eventos inesperados de la vida. Esta comprensión del desarrollo de nuestro viaje por la vida es un intento de acentuar algunos de estos elementos

potencialmente enriquecedores o inhibidores de nuestra relación con los demás. Habiendo sido 'lanzados' a un conjunto de circunstancias (biológicas, sociales, culturales, ambientales, etc.) que no son de nuestra elección, nuestra existencia y supervivencia dependen inicialmente de la presencia de otro ser humano. La calidad de esta relación es importante para nuestro crecimiento físico y psicológico. La "maternidad suficientemente buena" (Winnicott, 1971) asegurará no solo la satisfacción de las necesidades físicas básicas (refugio, comida, calor) sino también las necesidades psicológicas necesarias (seguridad, estabilidad, protección) que son primarias en la "jerarquía" de Maslow (1970) de necesidades". Un cuidador confiable y en sintonía emocional proporcionará el "apego seguro" (Bowlby, 1969, 1973) que ahora sabemos que afectará no solo el vínculo y el establecimiento de confianza (Erikson, 1963) en los demás y en la vida (con el logro de la 'virtud de la esperanza'), sino también el funcionamiento de nuestro cerebro y SNA (Siegel, 1999). Como resultado de un apego seguro, somos capaces de regular nuestro estado afectivo y personal y, por lo tanto, responder y afrontar las crisis de manera más funcional.

A medida que envejecemos, una "maternidad lo suficientemente buena" también permitirá la ruptura del vínculo simbiótico (Mahler, et.al., 1975). El bebé y el niño pequeño se desarrollan tanto física como cognitivamente y son capaces de un mayor grado de independencia que debe ser fomentado por la actitud de aprobación y aliento del cuidador. La capacidad de caminar y hablar significa una mayor capacidad de autonomía del infante que, si está bloqueada por la presencia restrictiva, sobreprotectora o crítica de otro, puede crear sentimientos de vergüenza, duda y miedo hacia este potencial emergente. Nuestra capacidad de tomar lentamente el control de nuestra vida y aprender a "pararnos sobre nuestros propios pies" comienza desde el principio. Es difícil comprender cómo pretendemos que los adolescentes y jóvenes sean seres responsables, competentes y autosuficientes si este proceso de maduración se ha visto obstaculizado. Nuestro sentido de autodominio, autosuficiencia y autoestima se practican y desarrollan constantemente. La necesidad de aprobación, de ser querido y de pertenencia son poderosas a lo largo de la vida. Es mucho más tarde en la vida que la opinión de los demás sobre nuestra autoimagen pierde parte de su significado para nuestra autopercepción, aunque me pregunto si alguna vez deja de importar.

La teoría de la resiliencia considera la autoeficacia, el dominio, la autorregulación y la capacidad de continuar pensando y planificando en situaciones estresantes como factores protectores importantes (Masten y Obradovic, 2008) para hacer frente al estrés. Alcanzar la resolución exitosa de los dilemas del desarrollo, como los propuestos por la teoría psicosocial de Erikson (1980), conducirá a esta hebra 'positiva' de automejoramiento de nuestro 'ADN psíquico' que parece coincidir con las cualidades resilientes propuestas por Richardson (2002).); la fe, el optimismo, la esperanza, la autodeterminación, el autocontrol, la excelencia, la gratitud y la sabiduría son

cualidades que no solo son útiles para lidiar con el estrés y las crisis de la vida, sino que también sugieren una salud mental y un bienestar general.

Nuestro autoconcepto y nuestra visión del mundo evolucionan constantemente a través del proceso de asimilación y acomodación a las experiencias de la vida. Nuestra maduración cognitiva y física debe ir acompañada de una maduración emocional, es decir, nuestra capacidad para manejar las demandas y crisis del desarrollo existencial. Algunas de estas demandas se centran en temas como: nuestra conexión con los demás, amar y cuidar a los demás en lugar del aislamiento y el distanciamiento social; lidiar con separaciones, pérdidas y conflictos en lugar de esconderlos y evitarlos; gestionar mayores responsabilidades y compromisos en lugar de rehuirlos; lograr un mayor autodomínio, autocontrol y autosuficiencia en lugar de sentirse inadecuado e inseguro; logrando un sentido de plenitud y satisfacción con nuestra vida en lugar de sentimientos de arrepentimiento y tristeza por las oportunidades perdidas. Es en estos desafíos y en nuestra capacidad de hacer lo mejor que podemos que 'oistros' juega un papel importante. Nos proporciona esta poderosa energía que nos impulsa hacia opciones que mejoran la vida. En la visión ampliada de la jerarquía de necesidades de Maslow propuesta, la autorrealización puede verse como un paso hacia una mayor autointegración y plenitud. El símbolo yin-yang fue elegido para representar el tipo de integración sugerida por Jung (1966) en su idea de totalidad como síntesis de opuestos. La luz y la oscuridad, el día y la noche, son parte de la vida y de nuestro vivir cotidiano. Del mismo modo, nos movemos entre dos polos de "apertura-cerradura", encontrando y perdiendo constantemente significado y equilibrio.

En esta conceptualización del "llegar a ser", de nuestra comprensión existencial-evolutiva de la existencia, el tiempo y la sincronización son elementos cruciales. Los seres humanos son seres históricos. Nacemos con numerosos datos, con limitaciones tanto como capacidades y posibilidades. Cada uno es tan único como su historia de vida, pero todos compartimos los mismos datos ontológicos o existenciales. Como escribe Erik Craig (1992), es un milagro que exista el Ser y que exista este tipo de ser que llamamos ser humano junto con muchos otros seres. Este es el milagro, que nacemos completamente indefensos pero cada uno de nosotros tiene el potencial para convertirse en un tipo de ser funcional, maduro, independiente, autosuficiente y competente. También es posible que el individuo se vuelva disfuncional e incapaz de atender sus necesidades y capacidades. Por supuesto, también existe un amplio abanico de posibilidades, tantas como seres humanos, entre estos dos polos. Lo que sucede en el proceso de desarrollo de nuestras posibilidades de desarrollo es el resultado de numerosos parámetros biológicos, sociológicos, culturales, ecológicos y/o puramente accidentales. Sin embargo, nuestra relación con los demás es uno de los factores contribuyentes más importantes. Es la creencia del escritor, por experiencia personal y profesional, que la adversidad y los desafíos de la vida

no son el factor decisivo en la inadaptación. De hecho, muy a menudo las adversidades pueden ser una forma de desarrollar la resiliencia, tan necesaria para hacer frente a la vida. Más bien, el factor decisivo son nuestras relaciones con los demás; principalmente nuestros seres queridos, miembros de la familia, maestros, mentores y, con suerte, terapeutas.

Referencias

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M, Waters, E, & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Alexander, F. and Ewing, T. (1980). *Psychoanalytic Therapy: Principles and Application*. University of Nebraska Press.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment & Loss, Attachment. Vol.1*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment & Loss, Separation. Vol.2*, New York: Basic Books.
- Cates, L. (2011). Nonverbal Affective Phenomena Revisited. *International Journal of Psychoanalytic Self-Psychology*, 6:510-530.
- Cooper, M. (2017). *Existential Therapies*. London: Sage publications.
- Craig, E. (1986). Sanctuary and presence: An existential view of the therapist's contribution. *The Humanistic Psychologist* 14(1):22-28. (Reprinted in Classics in humanistic psychology (2000) a special issue of The Humanistic Psychologist 28 (1-3):267-274.)
- Craig, E. (1992). Self as Spirit, Self as Miracle, Self as Other. *He Humanistic Psychologist*. 20(1):18-32.
- Craig, E. (2008). The Human and the Hidden: Existential wonderings about depth, soul and the unconscious. *The Humanistic Psychologist*. 36 (3-4): 227-282.
- Craig, E. (2012). Existential psychotherapy: Discipline and demarche. In L. Barnett & G. Madison (Eds) *Existential Psychotherapy: Legacy, Vibrancy and Dialogue* (pp.7-19). Routledge.
- Dallas, E., Georganda, E., Zymnis-Georgalos, K. & Harisiadis, A. (2012). Zhi mian and "oistros" of life. *Journal of Humanistic Psychology*, 53(2): 252-260.
- Dallas, E., Georganda, E. T., Harisiadis, A., Kourtis, A., & Zymnis-Georgalos, K. (2019). The myth of Zorba the Greek and the existential concept of "Oistros". In L. Hoffman, M. Mansilla, J. Dias, M. Yang, M. Moats, & T. Claypool (Eds.), *Existential psychology east-west* (Vol.2, pp. 255-262). University Professors Press.
- Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton and Company.
- Erikson, E. (1980). *Identity and the Life Cycle*. New York: Norton and Company.
- Freud, S. (1973). *An Outline of Psychoanalysis*. London: The Hogarth.
- Freud, S. (1976). *Introductory Lectures on Psychoanalysis*. London: Pelican Books.
- Fromm, E. (1963). *The Art of Loving*. New York: Bantam Books.
- Georganda, E. (2007) The DNA of the Soul: Integrating developmental issues with existential-humanistic theory. *The British Journal of Psychotherapy Integration: The Integrative Project in Practice*. Vol.4, Issue 1, (pp.4-12).
- Georganda, E. (2016). Thrownness, Freedom and the Will for Authenticity: An

Existential – Developmental Approach to Psychotherapy. *Journal of the Society for Existential Analysis* 27(2): 261-276.

Georganda, E., Correia, E., Berra, L., Icoz, J., Menda, G. and Shalom, Y. (2019a). Southern Europe. In: *The Wiley World Handbook of Existential Therapy*. Eds. Van Deurzen, Craig, Langle, Schneider, Tantam, DuPlock. NJ: Wiley Blackwell. (pp. 552-567)

Georganda, E. (2019b). Attachment and Affect Regulation Theories and the Existential Developmental Model. *Journal of the Society for Existential Analysis* 30(2) Pearl Edition: 239-248.

Georganda, E. (2020a). Becoming: An Existential/Developmental Understanding of Human Existence & Growth. *Existencia: Psychology and Psychotherapy*. 13, 97-116

Georganda, E. T. (2020b). Eros, Thanatos and the Awakening of Oistros: Being in Love with Life and "Our World". *The Humanistic Psychologist*. 48(2), 133-141. <http://dx.doi.org/10.1037/hum0000142>.

Jung, C.G. (1966). *Collected Works: The Practice of Psychotherapy* Vol.XVI. Pantheon Bollingen Series.

Hill, D. (2015). *Affect Regulation Theory: A Clinical Model*. New York: Norton & Company.

Mahler, M., Pine, F., Bergman, A. (1975). *The Psychological Birth of the Human Infant. Symbiosis and Individuation*. London: Hutchinson.

Maslow, A. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row.

Masten, A. and Obradovic, J. (2008). Disaster Preparation and Recovery: Lessons from Research on Resilience in Human Development. *Ecology and Society* 13(1):9

Nietzsche, F. (1954). *The Portable Nietzsche*. trans. Walter Kaufmann. New York: Penguin.

Piaget, J. (1972). *The Psychology of Intelligence*. Totowa, NJ: Littlefield.

Richardson, G. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*. Vol 58(3):307-321.

Schneider, K.J. (2009). *Awakening to Awe: Personal Stories of Profound Transformation*. NY: Jason Aronson.

Schneider, K.J. (2017). *The Spirituality of Awe: Challenges to the Robotic Revolution*. Cardiff, CA: Waterfront Press.

Schore, A. (1994). *Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development*. New York: Norton.

Sheehan, T and Painter, C. (1999). Choosing One's Fate: A Re-Reading of Sein und Zeit (section 74). *Research in Phenomenology* 29:63-82.

Stern, P. (1972). In *Praise of Madness: Realness Therapy-the Self Reclaimed*. New York: A Delta book.

Siegel D. S. (1999). *The developing brain: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York: The Guilford Press.

Spinelli, E. (2007). *Practicing Existential Psychotherapy: The relational world*. London: Sage publications.

Van Deurzen, E. and Adams, M. (2011). *Skills in Existential Counseling and Psychotherapy*. London: Sage publications.

Winnicott, D.W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock Publications.

Yalom, I. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.

Curriculum

Psy.D., ECP. Terapeuta humanista-existencial, miembro de la Asociación Americana de Psicología (APA) y de la División 32 de Psicología Humanística, de la Asociación Europea de Psicoterapeutas (EAP), de la Federación para la Terapia Existencial en Europa (FETE), miembro de la Sociedad Helénica de Psicología (HPS), de la Asociación de Psicólogos Griegos (SEPS). Docente de pregrado y posgrado en colegios privados y en la Universidad Griega. Conferencista en Congresos nacionales e internacionales. Autora de 3 libros y de artículos en revistas científicas. En 2018 fue nominada al premio Charlotte and Karl Buhler de la APA. Cofundadora, administradora principal, capacitadora y supervisora de la Asociación Helénica de Psicología Existencial "gignesthai".

Correo de contacto:

egeorganda@gmail.com

Fecha de entrega: 12/07/2022

Fecha de aceptación: 16/08/2022