Revista 31

Editora y Directora Responsable Científica

Lic. Susana C. Signorelli (Argentina) Fundación CAPAC – ALPE – Confederación Mundial de Terapeutas Existenciales – Movimiento Existencial.

Consejo Editorial

Lic. Teresa Glikin (Argentina) – ALPE – Fundación CAPAC y trabajadora independiente.

Dra. Marta Guberman (Argentina) - ALPE – Universidad del Salvador – Fundación Argentina de Logoterapia.

Prof. Emilio Romero (Brasil) – ALPE, ex docente de varias Universidades y trabajador independiente

Prof. Ana María López Calvo (Brasil) - ALPE – Universidad Federal de Río de Janeiro – IFEN Instituto de Psicología Fenomenológico-existencial de Río de Janeiro.

Prof. Myriam Protasio (Brasil) - ALPE - Universidad Federal de Río de Janeiro – IFEN Instituto de Psicología Fenomenológico-existencial de Río de Janeiro.

Dr. Miguel Mahfoud (Brasil) - Universidad de San Pablo.

Dr. Alberto de Castro (Colombia) - ALPE – Decano Universidad del Norte – Barranquilla.

Dr. Yaqui Martínez (México) - ALPE – Director del Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.

Dr. Ramiro Gómez (Perú) - ALPE – Presidente de la Asociación Peruana de Psicoterapia Fenomenológica Existencial – Ex Decano Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Dra. Ana María León Tapia (Ecuador) - ALPE – Centro de Prevención Psicológica. Universidad Central de Ecuador.

Dr. José Paulo Giovanetti (Brasil) - Facultad de los Jesuitas.

Dra. Katerina Georgalos de Zymnis (Argentina-Grecia) - Asociación Helénica de Psicología Existencial, Asociación Helénica de Psicología Positiva. Univ. Panteion, Univ. Thessalia y Univ. Nacional Kapodistriaca.

Coordinadora Sección Investigación
Ana María Lopez Calvo de Feijoo (Brasil)

Coordinadora Sección Aportes Originales
Marta Guberman (Argentina)

Coordinador Sección Ensayos y Revisión
Alberto de Castro (Colombia)

Coordinador Sección Comentario de libros
Emilio Romero (Brasil)

Coordinadora Sección Novedades Existenciales
Susana Signorelli (Argentina)

Coordinador Sección Entrevistas
Gaspar Segafredo (Argentina)

Coordinadora Sección Casos Clínicos
Teresa Glikin (Argentina)

Corresponsal para el mundo no latino
Katerina Georgalos de Zymnis (Argentina – Grecia)

Prensa y difusión internacional
Mtra. Gabriela Flores (México)

Diseño de tapa e interior
Mendez Matias

Editorial
Fundación CAPAC

Dirección administrativa
Álvarez Jonte 456 – Ramos Mejía –
Prov. de Bs. As. C. P.: 1704 – Argentina.

Correo electrónico:
funcapac@fibertel.com.ar

ISSN 1853-3051
ISSN-L 1853-3051

Año 16 - Nº 31 – Octubre 2025

Revista virtual semestral (Abril y Octubre de cada año)

Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial

Próximo número: Octubre 2025

Auspician Fundación CAPAC (Argentina), IFEN (Brasil), CIREX (México), APPFE (Perú) CEPPs Psicólogos (Ecuador)

Comisión Directiva de ALPE
Período 2025

Presidente: Ramiro Gómez
Presidente Delegación Argentina:
Teresa Glikin
Presidente Delegación Brasil:
Ana María L. C. de Feijoo
Presidente Delegación Colombia:
Ricardo González
Presidente Delegación Ecuador:
Ana M. León Tapia
Presidente Delegación México:
Rebeca Espinosa
Presidente Delegación Perú:
Elma Flora Herrera Guevara

Demás miembros de C. D.:

Alberto de Castro, Gabriela Flores, Marta Guberman, Max Jiménez, Yaqui Martínez, Myriam Protasio, Emilio Romero, Susana Signorelli.

Miembros de honor:
Emilio Romero (Brasil)
Pablo Rispo (Argentina) (post mortem)

Presidentes honoríficos:

Susana Signorelli (Argentina)
Yaqui Martínez (México)

Miembros correspondientes:

Emilio Spinelli (UK)
Emmy van Deurzen (UK)

Comisión Asesora:

Emilio Romero (Brasil)
Susana Signorelli (Argentina)
Yaqui Martínez (México)

ALPE
Asociación
Latinoamericana
de psicoterapia
existencial

CURSO A DISTANCIA

Psicología Existencial. Su aplicación a la terapia

Coordinación general: Fundación CAPAC
Inicio: cuando se inscribe
Duración: 32 clases

ARANCELES

Argentinos: averiguar condiciones en pesos
Latinoamericanos 80 dólares mensuales
Otros países: 150 dólares mensuales
Descuento del 20% para socios de ALPE
Descuento del 10% para estudiantes
Descuento del 10% para miembros de una misma institución o grupo

INCRIPCIÓN

Enviar la siguiente ficha de inscripción a :
funcapac@fibertel.com.ar
Nombre y apellido
Domicilio, país, teléfono, e-mail, profesión

ABONAR POR

Argentinos: transferencia bancaria
Latinoamericanos u otros países: averiguar condiciones

Por Western Union (para otros países),
averiguar condiciones a funcapac@fibertel.com.ar

PROGRAMA

En página de ALPE y de Fundación CAPAC

Sumario

Objetivos y normas para publicación pág. 5

Convocatoria de ALPE pág. 8

Editorial

Por *Gabriela Flores* pág.10

Sección Novedades Existenciales

Informe de *Susana Signorelli* pág. 11

Sección Aportes Originales

Por qué, para qué y cómo de la terapia existencial.
Susana Signorelli pág. 14

Sección Investigación

Comprensión de la vivencia de ansiedad de un universitario a partir de sus dimensiones del ser.
Amelia Eljadue Rizcala, Daniela Tijera Beltrán, Brianyis Quintero Patiño pág. 18

Con y sin sentidos del cuerpo en sobrevivientes de violencia sexual: una mirada existencial y de género
Nela Kruvskaya Vargas Reinoso pág. 26

Sección Ensayos y Revisión

La Psicoterapia Existencial, ante la angustia por lo inminente
Javier Fermani pág. 33

Ventajas de los grupos humanos de apoyo frente al crecimiento personal
Julie Paola Lizcano Roa pág. 35

Objetivos de esta publicación

Dar a conocer los últimos trabajos que vienen realizándose en el mundo, en idioma español y/o portugués, efectuados especialmente por latinoamericanos, sobre la aplicación del enfoque existencial en todas sus áreas de estudio, como ser: la psicología, la psiquiatría, la salud, la educación, la sociología, la antropología, la ecología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque.

El público al que está dirigido es a especialistas en terapia existencial, ya sean psicólogos, psiquiatras, consejeros (counselors), coach, filósofos, sociólogos, antropólogos, docentes, estudiantes de dichas carreras y público en general interesado en la temática.

Temática que se publica

Se aceptan temas relacionados con la psicología, la salud, la educación, la filosofía, la sociología, la antropología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque existencial. También aceptamos cartas del lector.

Política de acceso abierto

Esta revista proporciona acceso abierto inmediato a su contenido. Nuestro editor, el University Library System de la University of Pittsburgh, se suscribe a la definición de Acceso Abierto de la Iniciativa de Acceso Abierto de Budapest:
“Por "acceso abierto" a esta [literatura científica revisada por pares], queremos decir su disponibilidad gratuita en Internet público, permitiendo a cualquier usuario leer, descargar, copiar, distribuir, imprimir, buscar o usarlos con cualquier propósito legal, sin ninguna barrera financiera, legal o técnica, fuera de las que son inseparables de las que implica acceder a Internet mismo. La única limitación en cuanto a reproducción y distribución y el único rol del copyright en este dominio, deberá ser dar a los autores el control sobre la integridad de sus trabajos y el derecho de ser adecuadamente reconocidos y citados.”
Los investigadores se involucran en este proceso por el bien público, sin embargo, debido a barreras de costos o restricciones de uso impuestas por otros editores, los resultados de las investigaciones no están a disposición de toda la comunidad de usuarios potenciales. Nuestra misión es apoyar a un mayor intercambio de conocimiento a nivel global al permitir que la investigación publicada en esta revista esté abierta al público y sea reutilizable de acuerdo a los términos de la licencia Creative Commons CC-BY.
Además, sugerimos a los autores pre-publicar sus manuscritos en repositorios institucionales o en sus sitios web antes y durante el proceso de envío de sus trabajos para evaluación, y publicar el PDF correspondiente a la versión final de la Revista después de su publicación. Estas prácticas benefician a los autores con intercambios productivos, así como también con una mayor citación de los trabajos publicados.
No hay costos de procesamiento de los artículos, costos de envío, o cualquier otro cargo requerido a los autores por someter sus artículos a esta revista.

Comunicación con los lectores

El Consejo Editorial está abierto al intercambio con el público lector. Para poder cumplimentarlo publicamos una sección titulada Carta del lector. Al mismo tiempo mantenemos un canal abierto a través de las redes sociales como Facebook de: ALPE, ALPE Argentina y Susana Signorelli, además de las páginas web: www.fundacioncapac.org.ar y www.alpexistencial.com y en esta última podrá encontrar un blog.

Archivar

Utilizamos el sistema LOCKSS para crear un archivo distribuido entre las bibliotecas participante, permitiendo a dichas bibliotecas crear archivos permanentes de la revista con fines de preservación y restauración. Biblios Keepers Registry. LOCKSS.

Código de Ética

Nos regimos por el código de ética:
Code of Conduct and Best Practices Guidelines for Journals Editors, COPE en
https://publicationethics.org/oversight

Detección de Plagio

Se utiliza el detector de plagio plag.es. *www.plag.es*

Normas para la presentación de artículos

Los autores de los distintos países latinoamericanos o de otros lugares del mundo, que deseen enviar sus trabajos para ser publicados deberán hacerlo por correo electrónico al correo de la dirección de la Revista que coincide con el de la Delegación Argentina.

Delegación Argentina:
funcapac@fibertel.com.ar

Delegación Brasil:
ana.maria.feijoo@gmail.com

Delegación Colombia:
amdecast@uninorte.edu.co

Delegación Ecuador
amleont@uce.edu.ec

Delegación México:
yaqui@circuloexistencial.org

Delegación Perú:
rags28@gmail.com

Requisitos para su aceptación

Se aceptarán trabajos de investigación, análisis de casos, aportes al trabajo comunitario, elaboración teórica original, análisis de autores, comentario de libros, aportes al esclarecimiento de problemáticas desde una perspectiva social con una mirada existencial. En general temas relacionados con la psicología, la salud, la educación, la filosofía, la sociología, la antropología, la ecología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque existencial. También aceptamos cartas al editor o cartas del lector.

Los trabajos de ***investigación*** deben constar de: Introducción, estado de arte, hipótesis, metodología (cuali y cuantitativa según corresponda), casuística, lugar de aplicación, resultados, discusión, conclusiones.

Si se trata de un ***análisis de caso***, debe constar de: Introducción, marco teórico, metodología, conclusiones.

El ***trabajo comunitario*** debe constar de: Introducción, marco teórico, metodología, sector beneficiado, lugar de aplicación, resultados, conclusiones.

Si se trata de un ***análisis de autor***, debe constar de: Pequeña biografía del mismo y listado de los libros que se analizan.

Si se trata de una ***temática original*** debe constar de: Introducción, estado de arte, desarrollo y conclusiones.

Si se trata de ***comentario de libros***, debe constar de: Título original del libro, autor, año, ciudad en la que se editó, país y editorial.

Se aceptan también ***cartas del lector*** con una extensión máxima de una página A4.

En caso de que el autor pertenezca a la nacionalidad de alguno de los países miembros que conforman la ALPE, será arbitrado por un miembro de la Delegación de ese país (a doble ciego), posteriormente el trabajo pasa a ser arbitrado por un par consultor externo, referente de la temática propuesta (a doble ciego) y una vez que se hayan expedido todos ellos, se le enviará un correo electrónico al autor para notificarlo, tanto de las modificaciones que se solicitan como de su aprobación o rechazo. La decisión de los revisores es inapelable. En caso de sugerir modificaciones el artículo se aprobará para su publicación si estas fueran cumplimentadas, de lo contrario no será publicado. En el caso de que hubiera una aceptación y un rechazo, quien arbitrará será la directora y editora de esta publicación.
A los revisores se les envía una guía para la revisión de artículos, pero solamente a modo de guía ya que pueden seguir su propio criterio.
En caso de que el autor no esté representado por una Delegación de ALPE, deberá enviarlo a la Directora de la Revista, quien procederá a elegir a doble ciego, a un miembro del Consejo Editorial y luego se procederá de igual forma que para el caso anterior.

El envío de un trabajo significa que el autor reconoce que el mismo es original e inédito, en los idiomas español o portugués y destinado exclusivamente a esta Revista. No está permitida la presentación simultánea a otro medio de publicación. Si el trabajo original hubiera sido publicado en otro idioma que no sean los que la revista solicita, se aceptará publicarlo en idioma español o portugués con la condición de mencionar la fuente en la que fuera publicado y se le solicitará que presente la correspondiente autorización del medio que lo publicó.

El autor (o autores) es el único responsable de las ideas vertidas así como de la exactitud y la adecuación de las referencias bibliográficas y asimismo se hace responsable de cualquier acción de reivindicación, plagio u otra clase de reclamación que al respecto pudiera sobrevenir. Al mismo tiempo cede a título gratuito a la Revista los derechos patrimoniales de autor que pudieran corresponder.

La reproducción total de los artículos de la revista en otras publicaciones o para cualquier otra utilidad, está condicionada a la autorización escrita de la Editora de la presente Revista. Las personas interesadas en reproducir parcialmente los artículos en ella publicados (partes

del texto, tablas, figuras y otras ilustraciones) deberán además obtener el permiso escrito del autor o autores. El autor que quisiera publicar su artículo en otro medio y en otro idioma deberá solicitar permiso por escrito a la editora de esta publicación.

Fecha de presentación de artículos

Para enviar los trabajos con la intención de ser incluidos en los números siguientes se aceptarán hasta el 1 de febrero para su publicación en abril y hasta el 1 de agosto para su publicación en octubre.

Formato de envío

Debe enviarse el texto en WORD - Letra Arial, tamaño 11.
Extensión mínima: 4 carillas, extensión máxima: 18 carillas, en hoja tamaño A4, interlineado 1,15; incluyendo bibliografía. Si el trabajo contiene gráficos deben estar dentro de las carillas mencionadas. Márgenes superior e izquierdo de 2.5 cm., inferior y derecho de 2 cm.
Los artículos deben contener título, resumen y palabras clave en idioma español, y/o portugués e inglés. El texto del trabajo completo en español o portugués.

Enviar los siguientes datos, todos con carácter de obligatorios:

Título del trabajo
Nombre completo de autor/es
País y ciudad de residencia
Lugar de trabajo (nombre completo)
Institución a la que pertenece
Breve currículum del autor o autores
Resumen (150 palabras)
Palabras clave: entre 4 y 5

Introducción – Desarrollo – Conclusiones y/o los datos solicitados precedentemente, según corresponda.
Referencias bibliográficas y citas en el texto según normas APA (American Psychological Association) en su última edición.

La Revista, puede bajarla gratuitamente de la página de Fundación CAPAC: www.fundacioncapac.org.ar

http://www.fundacioncapac.org.ar/revista_alpe/index.php/RLPE/issue/archive

Latindex:
https://www.latindex.org/latindex/ficha?folio=17452

Malena:
http://www.caicyt-conicet.gov.ar/malena/items/show/2079

LatinREV
https://www.flacso.org.ar/latinrev/

REDIB:
http://www.redib.org

Si desea consultar por cursos o talleres, diríjase a los correos de los países miembros antes mencionados

Convocatoria

Las acciones de la ALPE son cada vez más amplias y abarcan varios países de Latinoamérica, pero es nuestra intención llegar a todos los demás países que hasta ahora no saben de nuestra existencia, por eso les pedimos a cada uno de ustedes que hagan llegar esta convocatoria a cuanto profesional conozcan para que se contacten con nosotros a los fines de profundizar el intercambio ya iniciado y así poder contar con una organización que nos nuclee y nos represente.

Si desea participar como País Miembro, le dejamos aquí las instruccione

Solicitud para ser País Miembro

a) Cualquier país latinoamericano tiene derecho a solicitar ser país miembro
b) Se deberá solicitar la incorporación por nota enviada por correo electrónico a la C. D. quien se expedirá en el plazo de un mes.
c) El país solicitante se convertirá en Delegación del mismo ante la ALPE cumpliendo con los siguientes requisitos: 1) mínimo de 3 socios titulares con los cargos de Presidente, Secretario y Tesorero, 2) una antigüedad un año en su afiliación, 3) deberán cumplir con lo establecido en el Estatuto y Reglamento de la ALPE, establecidos y por establecer.
d) El Presidente será representante del país en las reuniones de C. D. con voz y voto. Deberá residir en Latinoamérica.
e) El Presidente no tendrá los beneficios de los socios fundadores.
f) Los integrantes de las Delegaciones deberán demostrar con su curriculum, la formación que tengan en fenomenología, existencialismo y terapia existencial.
g) Como formación se aceptará: ser profesor de una cátedra universitaria; o tener un libro publicado sobre la temática expresada en el punto f; o haber cursado y aprobado el curso a distancia de la ALPE y haber asistido a algún Congreso organizado por la ALPE. Se requerirán como mínimo dos de los antecedentes mencionados.
h) El Presidente de la Delegación deberá asistir a los Congresos organizados por la ALPE como mínimo cada dos años mientras los períodos sean anuales. Como así también deberá asistir a las reuniones de la Comisión Directiva.
i) Cada Presidente de una nueva Delegación podrá asumir la coordinación de la C. D. Colegiada, después de haber formado parte de la misma por el término de dos años.
j) Quien no cumpliera con los requisitos mencionados perderá su cargo en la C. D.

Creación de Filiales

a) Países extra latinoamericanos que deseen tener representación en la ALPE, podrán solicitar ser incorporados como Países Filiales siguiendo las mismas condiciones de incorporación establecidas para los Países Miembros. Su presidente no podrá ser elegido presidente de la ALPE, podrá ser parte de la C. D. con voz pero no voto y deberán cumplir con el Estatuto, Reglamentos y resoluciones que tome la C. D. de la ALPE. Podrán presentar propuestas a la C. D.

Revista

Hasta el momento reciben la revista los siguientes países latinoamericanos: Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, Guatemala, México, Nicaragua, Perú, Puerto Rico, Uruguay y Venezuela, países europeos como España, Grecia, Italia, Letonia, Portugal, Reino Unido y en el resto de América: Estados Unidos. Si usted viviera en otro país no incluido en esta lista y accede a nuestra Revista, le solicitamos que nos envíe un correo informándonos.

Nuestra comunicación

Para conocernos pueden visitarnos en www.alpepsicoterapiaexistencial.com y escribirnos a cualquiera de las delegaciones ya existentes, como así también dejarnos sus comentarios y forma de contactarnos.

A nuestros socios

Todo socio que desarrolle alguna actividad científica que coincida con los objetivos de la ALPE y que desee que sea difundida en nuestro medio, puede hacernos llegar la propuesta.

Los esperamos.

C. D. de ALPE

Editorial

Existencialismo vigente: estudio, presencia y apertura

El existencialismo ha sido, desde sus orígenes, una corriente filosófica y terapéutica que se define más por su actitud que por su sistema. Su núcleo radica en una disposición profunda de apertura frente a la experiencia particular de cada persona, enunciado como al misterio del ser humano, su sufrimiento y su búsqueda de sentido. Pero como todo lo vivo, también el existencialismo está llamado a renovarse, a dejarse afectar por lo que el mundo y la experiencia humana van mostrando en cada tiempo.

Hoy, en medio de un mundo hiperacelerado, fragmentado y saturado de discursos técnicos, la vigencia del existencialismo se sostiene en la fidelidad a su esencia: resistirse a las recetas, a los modelos cerrados y a la patologización del malestar. Persistir en una mirada existencial es elegir la pregunta por sobre la respuesta, el encuentro por sobre la técnica, la escucha por sobre la intervención inmediata.

Pero esta vigencia no ocurre sola. Se cultiva. Mantenernos vigentes como terapeutas existenciales implica estudiar, leernos mutuamente, revisar los textos fundantes y también los nuevos aportes. Implica participar en espacios de formación, congresos, diálogos clínicos y filosóficos que nos mantengan despiertos. Porque el existencialismo no es una escuela cerrada ni un repertorio de herramientas: es una actitud que exige presencia, profundidad y trabajo constante.

En este camino, también es posible —y necesario— dejarse tocar por enfoques afines que dialogan con nuestra mirada. En mi caso, he incorporado en mi práctica un trabajo más profundo con trauma, compasión y presencia encarnada, lo que ha enriquecido mi comprensión de la fenomenología existencial. Antes concebía la fenomenología principalmente como respeto hacia las personas como seres libres y capaces de elegir, sin asumir que yo sabía más sobre sus vidas. Ahora descubro que esta actitud también es profundamente compasiva: al sostener la intención de comprender y aceptar a cada persona y sus elecciones tal como son, mi presencia se transforma. Surge así en mí una fenomenología que no solo respeta, sino que también acoge.

Esta integración me recuerda que mantenerse vigente implica abrirse a nuevos aprendizajes sin perder la raíz existencial. Su integración con la fenomenología existencial no es forzada ni artificial: ambos enfoques comparten una raíz ética y una mirada profunda sobre el ser humano como ser relacional, vulnerable y en constante devenir.

El trabajo con trauma, la compasión como postura epistémica, el cuerpo como territorio de la experiencia vivida y el vínculo como espacio de transformación son caminos que enriquecen la tradición existencial sin diluirla ni sustituirla. Nos recuerdan que la fenomenología nunca fue solo una técnica de descripción, sino un modo radical de estar con el otro, de abrirse a su mundo sin colonizarlo.

Invito, entonces, a seguir sosteniendo una práctica existencial viva, rigurosa y presente, que no se limite a repetir conceptos, sino que se mantenga en movimiento, en diálogo, en búsqueda. Una práctica que honre el legado sin dejar de estudiar, sin dejar de preguntarse. Porque la vigencia del existencialismo no depende del paso del tiempo, sino del compromiso de quienes lo practicamos.

El existencialismo no es un museo, es un modo de habitar el mundo. Y para seguir habitándolo, necesitamos seguir pensando, estudiando y estando presentes.

Gabriela Flores Macías
México

Sección Novedades Existenciales

Susana Signorelli
Bs. As., Argentina

En esta oportunidad informaremos sobre el próximo Congreso Mundial de Terapia Existencial y sobre el realizado en Roma durante el presente año.

- **IV Congreso Mundial de Terapia Existencial**

Community, Authenticity, and the Mystery of Being

Comunidad, autenticidad y el misterio del ser

La Asociación de Psicología y Asesoramiento Humanístico de las Montañas Rocosas se enorgullece de ser la anfitriona del 4.º Congreso Mundial de Terapia Existencial. Este congreso se celebra cada tres o cuatro años y ofrece formación, perspectivas y oportunidades de networking a terapeutas y profesionales de la salud mental internacionales. El Congreso Mundial atrae el interés de un público amplio y diverso de profesionales de la salud mental y personas interesadas de todo el mundo.

El IV Congreso Mundial de Terapia Existencial de 2026 se celebrará en el Hotel Hyatt-Regency Aurora-Denver en Aurora, Colorado, Estados Unidos. Ubicado cerca de las impresionantes Montañas Rocosas, el lugar ofrece el entorno perfecto para formar parte de un movimiento que está moldeando el futuro de la terapia existencial a nivel mundial.

El Comité de Planificación del IV Congreso Mundial de Terapia Existencial ha estado muy ocupado preparándose para darles la bienvenida a Colorado. ¡Estamos trabajando para asegurar otro exitoso Congreso Mundial de Terapia Existencial! No olviden visitar nuestro sitio web para obtener actualizaciones. En las próximas semanas, publicaremos los nombres y biografías de los ponentes invitados. https://www.wcet4.com

La Convocatoria de Ponencias está abierta. Los animamos a empezar a pensar en lo que les gustaría presentar en el Congreso. Les ofrecemos la oportunidad de enviar su propuesta con anticipación y recibir una notificación anticipada sobre su aceptación. Si envían su propuesta antes del 15 de julio de 2025, les informaremos si ha sido aceptada antes del 1 de septiembre de 2025. Abrimos esta opción porque algunos ponentes podrían necesitar solicitar visas con anticipación, ya que este proceso puede tardar más de lo habitual. Si bien es especialmente importante para quienes necesitan una carta de visa, animamos a quienes planeen enviar una propuesta a que se acerquen a la fecha límite más temprana.

La fecha límite para enviar propuestas será el 1 de noviembre de 2025. Puede enviar sus propuestas visitando https://www.wcet4.com/submissions/

Inscripción abierta

¡La inscripción ya está abierta! Recomendamos encarecidamente a los asistentes que se inscriban con suficiente antelación. Esto nos ayuda con los preparativos del Congreso. Inscribirse con anticipación nos ayuda a determinar nuestra capacidad para brindar asistencia financiera a personas con dificultades económicas, determinar el servicio de traducción que podemos ofrecer y planificar eventos especiales. Puede registrarse en https://wcet4.eventify.io/p/#/overview.

Inscripción en el hotel

El Congreso Mundial se celebrará en el Hyatt Regency Aurora/Denver Conference Center. Hay 120 habitaciones reservadas para el Congreso. Es probable que se llenen rápidamente, por lo que le recomendamos reservar su habitación pronto si desea alojarse en el hotel del Congreso. Puede reservar una habitación en el hotel del Congreso en https://www.hyatt.com/en-US/group-booking/DENHY/G-6WCE

En los próximos meses, proporcionaremos más información sobre otras opciones de hotel.

Conferencistas Invitados

Debido a los cambios en Estados Unidos, hemos tenido retrasos en la finalización de nuestra lista de Conferencistas Invitados. Esperamos publicar la mayoría en las próximas semanas.

Asistencia Financiera

Sabemos que muchas personas en todo el mundo tienen dificultades económicas. Asistir a un evento

como el Congreso Mundial de Terapia Existencial es costoso. La accesibilidad es una prioridad para nosotros. Estamos trabajando en opciones de entrada con descuento y alojamiento más asequible durante el Congreso. Actualmente, estas opciones están en desarrollo y serán limitadas. Si no puede asistir sin asistencia financiera, envíenos un correo electrónico a admin@wcet4.com. Solo podemos ofrecer asistencia financiera a un número limitado de personas; por lo tanto, solicítela solo si es necesario para poder asistir.

Preparándose para los Cambios

¡El Cuarto Congreso Mundial de Terapia Existencial se prepara con entusiasmo para recibir a una vibrante comunidad global en Denver en 2026! Mientras nos preparamos para este evento transformador, seguimos de cerca los cambios que podrían afectar los viajes internacionales a Estados Unidos, incluyendo las solicitudes de visa. Como parte de esto, pronto programaremos varias sesiones abiertas por Zoom para las personas interesadas en asistir, para que podamos resolver cualquier duda sobre el Congreso Mundial.

Para garantizar un viaje sin contratiempos, animamos a los asistentes a planificar con antelación y obtener sus documentos de viaje lo antes posible. Nos comprometemos a que este Congreso sea accesible para todos y anticipamos una reunión presencial dinámica y participativa. Sin embargo, para quienes puedan tener dificultades para viajar, estamos desarrollando proactivamente formas alternativas de participar.

¡Estamos deseando conectar con ustedes en Denver para una exploración inolvidable de la evolución y el impacto de la terapia existencial!

Oportunidades turísticas

Además de los talleres, estamos planeando varias actividades turísticas. Estas incluirán oportunidades en las Montañas Rocosas, como una excursión de senderismo. También estamos trabajando para crear oportunidades para conectar con agentes de viajes locales que puedan ayudarle a planificar sus vacaciones antes o después del Congreso.

Cómo seguir

el Cuarto Congreso Mundial de Terapia Existencial

Hemos facilitado el seguimiento del Cuarto Congreso Mundial de Terapia Existencial en redes sociales. Les recomendamos encarecidamente que sigan, den "me gusta" y compartan nuestras publicaciones en redes sociales. Esto ayuda a difundir el Congreso y a garantizar una reunión grande y vibrante de personas comprometidas con la terapia existencial. Haga clic aquí para obtener más información sobre cómo seguirnos fácilmente en redes sociales: https://linktr.ee/WCET4.

- **Conferencia Sabiduría en la Práctica**

El evento romano fue organizado por la Escuela de Psicoterapia Neoexistencial (SPEs), en colaboración con la Federación de Terapia Existencial en Europa (FETE), que celebró su sexta conferencia anual. El evento también marcó el décimo aniversario de FETE. A diferencia de una conferencia tradicional centrada en la presentación de nuevas experiencias clínicas y de investigación, este evento se caracterizó principalmente por el diálogo y el intercambio, reuniendo a escuelas nacionales e internacionales de terapia existencial, psicoterapeutas experimentados, jóvenes estudiantes de escuelas de todo el mundo, así como expertos en filosofía, psiquiatría y coaching. El Congreso de Psicoterapia Existencial ofreció una oportunidad significativa para la reflexión y la exploración a fondo del papel de la sabiduría práctica en la relación terapéutica, con especial atención a la transición de la formación existencial al encuentro clínico. El debate inicial se inició considerando que la terapia existencial desempeña el papel de metapsicoterapia, una formación fundamental para todas las profesiones de ayuda. El desarrollo del congreso se desarrolló a través de sesiones de intercambio y diálogo que exploraron varios temas clave:

1. De la formación a la presencia terapéutica Uno de los temas centrales que emergió fue la necesidad de superar la dicotomía entre el conocimiento teórico y la presencia auténtica. Los ponentes enfatizaron que la formación en psicoterapia existencial debe centrarse cada vez más en el desarrollo de la autoconciencia, la escucha profunda y la autenticidad, elementos fundamentales para establecer un encuentro terapéutico verdaderamente transformador. «No basta con comprender la existencia; hay que aprender a habitarla junto con el paciente».

2. La sabiduría como brújula clínica El concepto de sabiduría fue central en la discusión. En lugar de ser vista como un conocimiento estático, se entendió como una cualidad dinámica y situacional que emerge a

través de la experiencia, la duda y la capacidad de tolerar la incertidumbre. Desde esta perspectiva, el terapeuta existencial es alguien que abraza la complejidad de la vida sin reducirla a explicaciones preconcebidas, ofreciendo al paciente un espacio de libertad y responsabilidad.

3. El Encuentro como Espacio Ético y Estético Diversas intervenciones han enfatizado la naturaleza profundamente ética y estética del encuentro terapéutico. La ética existencial, dialógica más que normativa, se basa en reconocer al otro como coautor del proceso. El aspecto estético surge en la capacidad de captar el significado, la forma y la belleza de la experiencia humana, incluso en el dolor.

4. Temas transversales emergentes Algunos de los temas transversales más recurrentes incluyen: • Tiempo y finitud: la conciencia de la mortalidad como clave para la autenticidad. • Soledad existencial: no como patología, sino como una condición humana fundamental para la integración. • La crisis como oportunidad: cada crisis encierra un potencial de reorientación existencial. • El cuerpo como presencia viva: el valor del cuerpo resurge como un lugar de verdad, no solo como un objeto de análisis.

5. Coaching Existencial Una sección importante se dedicó al papel de la terapia existencial en el apoyo al bienestar tanto del trabajo como del trabajador, quien, a través de metodologías específicas de coaching, puede superar las trampas existenciales presentes en todo entorno laboral.

6. Mirando hacia el futuro El Congreso concluyó con un llamado a cultivar una psicoterapia menos centrada en la técnica y más orientada a la auténtica conexión humana y a la valentía de habitar en la complejidad. Se espera que la formación incluya espacios de reflexión filosófica, experiencias grupales y prácticas contemplativas, para apoyar el crecimiento personal del terapeuta como base del trabajo clínico. «El terapeuta existencial no cura, sino que acompaña. No resuelve, sino que se sienta junto al misterio del otro».
En conclusión, Sabiduría en la Práctica representó una importante oportunidad para reafirmar la centralidad del elemento humano en la psicoterapia, destacando la responsabilidad y la belleza inherentes al arte del encuentro.

Nápoles (Italia)
17 de julio de 2025
Comité Científico

- **ALPE** cumple 15 años en el presente mes y lo festejaremos en el XII Congreso Latinoamericano que realizaremos en Buzios, Brasil.

Este año tuvimos dos propuestas novedosas:

1. El I Encuentro interinstitucional “Uniendo perspectivas”, una iniciativa de ALPE Argentina que se realizó el 30 de agosto de manera online, con presentaciones de Argentina, Colombia, Costa Rica, México y Perú.
2. La publicación del Anuario, con artículos de los socios de ALPE, que aparecerá también de manera online.

Sección Aportes Originales

Por qué, para qué y cómo de la terapia existencial

Why, what for and how of existential therapy

Susana Signorelli
Buenos Aires, Argentina
Fundación CAPAC. ALPE Argentina

Extracto del trabajo presentado en Roma
en el Congreso Sabiduría en la práctica, mayo 2025

Resumen

En esta conferencia trataré de dar una respuesta a estos interrogantes que todos los terapeutas alguna vez nos hemos hecho, pero para tales preguntas no tenemos respuestas únicas ni certeras. Cada terapeuta en su trayectoria encontrará las suyas.

Al elegirnos terapeutas existenciales, estamos poniendo de relieve características ontológicas del ser: la coexistencia y el cuidado.

La terapia es una manifestación de la coexistencia dada a través del diálogo y del cuidado del otro, en una mutua reciprocidad.

Ese diálogo no tiene por qué ser estático ni solo dado por la palabra, puesto que justamente la existencia es dinámica, cambiante y siempre abierta a la incertidumbre, por lo cual, la terapia misma debe estar abierta a la creación.

Esto debiera reflejarse en el estilo de hacer terapia existencial: la coexistencia, el diálogo, el cuidado, el amor, la apertura, la creación, en un clima de libertad y respeto.

Palabras clave

Coexistencia, Existenciarios, Modos de ser, Diálogo, Terapia.

Abstract

In this lecture, I will attempt to answer these questions that all therapists have asked ourselves at some point. However, we do not have unique or definitive answers to these questions. Each therapist will find their own in their own journey.

By choosing us as existential therapists, we are highlighting the ontological characteristics of being: coexistence and care.

Therapy is a manifestation of coexistence achieved through dialogue and care for others, in mutual reciprocity.

This dialogue does not have to be static or solely verbal, since existence is dynamic, changing, and always open to uncertainty. Therefore, therapy itself must be open to creation.

This should be reflected in the style of providing existential therapy: coexistence, dialogue, care, love, openness, creation, in a climate of freedom and respect.

Keywords

Coexistence, Existentialism, Ways of Being, Dialogue, Therapy

Introducción

Durante mis años de terapeuta me he hecho las preguntas que utilicé para titular este trabajo. Trataré a lo largo del mismo, de dar respuesta a ellas. Comenzaré por responder las dos primeras preguntas, esenciales o no tanto, pero preguntas al fin que los terapeutas nos hacemos:

¿Por qué hago terapia existencial? Mi primera respuesta es expresar: porque me gusta, y además porque responde a mi manera de ver la existencia. Quizás quede más explícito a lo largo del trabajo.

¿Para qué hago terapia existencial? Acá mi respuesta es mucho más compleja y en realidad no sé si la responderé como se espera que lo haga. Mi primera aproximación sería para que el mundo humano recupere, si es que alguna vez lo perdió, el humanismo que nos caracteriza como especie natural. Parece ser algo muy ambicioso, sin embargo, no podría hacer otro tipo de terapia. ¿Sería esto una limitación de mi parte? O, por el contrario, sería una liberación, ya que no puedo ceñirme

a pautas o teorías que explican al ser humano, sino que me inclino por aquellos que nos han mostrado la existencia como tal, con toda su grandeza y con todas sus miserias. Esa visión la encontré en el existencialismo.

Desarrollo

No podemos concebir al ser humano que no sea en coexistencia. Para ser posible la existencia humana, (los animales no tienen existencia, tienen vida) partimos, como los demás seres vivos, de otros seres de la misma especie que se reproducen. Hasta hace un tiempo eran necesarios un hombre y una mujer, hoy solo es necesario un óvulo, algunos espermatozoides y un útero de alguna mujer que no tiene por qué ser la misma que pone el óvulo. También, no debo dejar de mencionarlo, son necesarios los médicos, ya que los óvulos y los espermatozoides no andan sueltos por el mundo. Entonces desde la concepción estamos hablando de un mundo humano, de un mundo en coexistencia.

Pero la diferencia con los demás seres vivos está en que solamente el humano, puede mantenerse vivo y con esto crear mundo, si es cobijado durante mucho tiempo, ¿podríamos decir 3 años? tal vez bastante más aún. Entonces indefectiblemente somos seres coexistenciales porque necesitamos que otro nos cuide tan siquiera para mantenernos vivos. La antropóloga Margaret Mead (2020) dio una explicación que me parece perfecta y que resume toda la concepción existencial. Cuando una estudiante le preguntó cuál consideraba la primera señal de la civilización, ella expresó que el primer signo de civilización en la cultura antigua estuvo dado al encontrar un fémur roto y curado. Ningún animal sobrevive a una pierna o pata rota, se convierte en fácil presa de depredadores. En cambio, un fémur roto que se curó es prueba de que alguien se quedó con quien se rompió la pierna, el tiempo suficiente para que se curara, lo protegió, lo cuidó hasta que se curó. Ayudar a alguien a atravesar la dificultad fue para ella, el punto de partida de la civilización.

Acá aparece de forma muy clara la concepción de Heidegger con el cuidado de las cosas, del ser propio y del otro, como estructura fundamental de la existencia. *Sorge* como cuidado y *fürsorgen* como el modo propio de tratar a los otros, el cuidado del otro.

A su vez Spitz (1972) ha demostrado que el ser humano que al nacer es alimentado mecánicamente y no recibe amor, muere de marasmo. Uniendo estas visiones podemos decir que el cuidado del ser está dado por el amor.

Además, como humanos tenemos otras características físicas que nos delimitan como seres coexistenciales, una de ellas es la postura erecta, que nos indica que nos dirigimos al futuro, como expresara Rispo, (2001) todos nuestros órganos están configurados al frente, nos conducen hacia adelante, hacia el futuro.

Tenemos órganos de fonación que nos permite hablar y con esto comunicarnos, aunque no solo nos comunicamos por el habla. Al comunicarnos expresamos emociones que dan mayor énfasis al habla. Pero hablar significa que alguien escucha si no, no tendría sentido hablar, sería un soliloquio. Si alguien habla y alguien escucha estamos en presencia, un humano frente a otro, uno da al otro sentido recíprocamente, a esto lo llamamos diálogo. Primer signo de respeto humano, si alguien habla, el otro debe callar para comprender la expresión del otro y viceversa, al callar quien habla, da el lugar para que el otro se exprese, solo a esto podemos llamar diálogo.

El cuidado a su vez implica responsabilidad ya que frente al otro me comprometo como coexistente con otro coexistente. Como expresó Lévinas (1977) la responsabilidad por el otro es la estructura fundamental de la subjetividad, la cual se constituye a través de nuestra relación con los otros y nuestra responsabilidad hacia ellos es lo que nos hace humanos. Esto nos permite reafirmar el primer para qué que expresé: la terapia existencial nos permite devolvernos la humanidad posiblemente perdida. Vuelve luz, la oscuridad.

La terapia entonces es una manifestación de la coexistencia dada a través del diálogo y del cuidado del otro, en una mutua reciprocidad. En el diálogo, como ya expresé, cada uno se expresa y escucha, siguiendo un hilo conductor que da sentido a lo que se habla.

El cuidado del ser del otro también es mutuo, entre terapeuta y paciente, ambos se cuidan, ambos colaboran en la realización de sus respectivos proyectos de vida. Ese diálogo no tiene por qué ser estático ni solo dado por la palabra puesto que justamente la existencia es dinámica, cambiante y siempre abierta a la incertidumbre. Y como es dinámica, está abierta a la creación. Esto debía reflejarse en el estilo de hacer terapia existencial: la coexistencia, el diálogo, el cuidado, el amor, la apertura, la creación.

La terapia que realizamos partió de la creación de una modalidad donde se vieran de manera tangible los existenciarios y los diferentes modos del ser binswangerianos. (Rispo, 2001).

En cuanto a los existenciarios podemos afirmar que todos están presentes en la terapia. Podemos mencionar: libertad, responsabilidad, compromiso, autenticidad, afectividad, angustia, culpa, corporalidad, expresión y los mencionados por Heidegger: comprender-se, encontrar-se y hablar-se. Ferrater Mora (1973).

La terapia personal, permite indagar el modo singular y el modo dual, pudiendo aparecer también el modo plural en su versión agresiva. El modo dual va más allá de la pareja y la amistad, Rispo (2001) incluye en este modo a la relación terapéutica, pedagógica y todas las otras manifestaciones del amor: materno, paterno, filial, fraternal y otros. En el modo singular (mundo propio, *eigenwelt*) incluye al modo individualista (centrado en sí mismo).

Desde los mundos podemos decir que la terapia personal es una terapia centrada en el *eigenwelt*, aunque sin descuidar el *mitwelt* propio de la relación terapéutica.

La terapia de grupo viene a completar los mundos y modalidades faltantes o no tan explícitas de la terapia personal. En esta hay una acentuación del *mitwelt* sin descuidar al *eigenwelt*, interviene la corporalidad, por lo cual involucramos al *umwelt*, además de todos los aspectos referidos a él. Hacen lo propio otros mundos:

Vorwelt: mundo precedido, pasado histórico común a otros seres, historia de la humanidad, es impersonal

Lebenswelt: mundo de la vida, mundo vital, natural, es preexistente y preconcebido, es propio de la persona

Überwelt: mundo de los valores, de las creencias, mundo allende, mundo de la trascendencia, es personal

Folgewelt: mundo que sucederá, el futuro inaccesible, el advenir, es impersonal

He mencionado el término paciente y no cliente y quiero dar una explicación de esto. En Argentina, la palabra cliente se utiliza para un intercambio comercial, desde su definición un cliente es aquella persona que solicita un bien o servicio a cambio de un pago. Si bien en la terapia, hay dinero de por medio, los dos conceptos no corresponden al vínculo terapéutico, no vendemos un bien, no brindamos ningún servicio, aunque así se lo llame, analizamos la existencia de quien nos consulta y con quien compartimos momentos de profunda intimidad. Tampoco podríamos llamarlo paciente porque nos trae una visión médica que no corresponde a la relación terapéutica. Sin embargo, si nos atenemos a la definición de paciente, es quien tiene paciencia. Por otro lado, la palabra paciente proviene del latín, *patior*, que significa sufrir, padecer. Por lo cual podríamos llamarlo padeciente. Dado que la persona que viene a la consulta es alguien que sufre, me resulta adecuado llamarlo paciente.

En el encuentro terapéutico, paciente y terapeuta se expresan libremente, sin libreto aprendido por parte del terapeuta y sin pautas a seguir. Ambos, terapeuta y paciente, muestran aspectos de su existencia, cada uno está presente al otro, la corporalidad de uno ante la corporalidad del otro, uno y otro otorgan su tiempo y se ubican en un espacio establecido que irá cobrando significación a medida que el ser se exprese desde su más profunda intimidad y lo podrá hacer cuando vivencie ese espacio y ese tiempo como parte de su propio ser, donde se siente cobijado, cuidado de sus heridas profundas. Entonces será un encuentro auténtico.

Pero la temporalidad y la espacialidad no tienen por qué ceñirse a algo medido y estático, el espacio-tiempo terapéutico es un espacio-tiempo humorado en términos de Binswanger y el cuerpo no tiene por qué mantenerse siempre en la misma posición, por ejemplo, sentado.

Un modo de experienciar este espacio-tiempo de un modo nuevo o distinto es la utilización de dramatizaciones, expresar con el cuerpo un estado emocional. En terapia de grupo, instrumentamos el uso de música y juego de luces que producen una transformación del espacio-tiempo, de orientado a vivencial.

Lo creativo está dado en principio por la propuesta terapéutica, que permite todo tipo de expresiones, se pueden utilizar técnicas de otras corrientes terapéuticas y crear nuevas, las que se crean conveniente en el momento oportuno, es el momento del Kairós griego.

La palabra técnica proviene del griego *tecné,* que significa conjunto de procedimientos, reglas, acciones y protocolos que tienen como objetivo obtener un resultado determinado y efectivo. Sin embargo, también se traduce como arte y si bien el arte puede seguir reglas, su principio ordenador no son precisamente las técnicas sino la creación misma.

Lo importante en una terapia que pueda utilizar técnicas no es seguir normas fijas que lleven a un resultado determinado y efectivo, sino que pueden ser modos de abrir la existencia a distintos modos de expresión y comunicación. Esto permite asomarnos a mundos no explorados ni siquiera por el paciente.

Si somos seres abiertos a la incertidumbre, la terapia tiene que mostrarnos estos aspectos. Veamos de qué modo. El paciente está acostumbrado a contar lo que le pasó y le pasa, generalmente de modo reiterativo.

El terapeuta que pone en juego la creatividad puede sorprenderlo con el uso del humor, que no es más que la ruptura de la temporalidad en la que se venía expresando el paciente. El humor utilizado creativamente rompe barreras, acerca emocionalmente, disminuye la conflictividad al ver la situación desde otra perspectiva.

Otra manera de sorprender al paciente es el uso de “técnicas” diversas, siempre con una visión existencial de la situación vivenciada. A estas técnicas las llamo alternativas expresivas.

Utilicé el término sorprender que según la Real Academia Española (2024) significa: conmover, suspender o maravillar con algo imprevisto, raro o incomprensible.

Si vamos a la significación del término *conmover* significa perturbar, inquietar, alterar, mover fuertemente o con eficacia a alguien. También puede significar enternecer o emocionar. Este *conmover* está formado por dos palabras que tienen sentido para la relación terapéutica: el *mover* al otro, sacarlo del lugar donde estaba, y el *con*, que es la expresión del ser-con otro, una forma de expresión del encuentro.

Es imprevisto justamente porque no es esperado, por lo cual asombra, (sin sombra) toma al paciente desprevenido. Produce una reacción emocional por la situación nueva a resolver. Es la incertidumbre a la cual nos enfrentamos en nuestra existencia.

Conclusiones

Y para concluir podemos recordar las palabras de Binswanger quien expresó que el conocimiento de la estructura básica de la existencia nos presta una guía sistemática para la exploración analítico-existencial práctica. En cualquier situación es posible captar el proyecto existencial de mundo, sea "en las manifestaciones lingüísticas espontáneas, sea en la exploración sistemática, sea en los experimentos con el Rorschach o los asociativos, sea en los dibujos o en los sueños". (Binswanger, 1973). Agrego yo, todos los elementos de la creación humana pueden ser utilizados en el camino terapéutico. La creación es una forma de descubrimiento.

Bibliografía

Binswanger, L. (1973). Conferencias escogidas. Madrid: Gredós.
Ferrater Mora, (1973). Diccionario de Filosofía. Buenos Aires: Sudamericana.
Levinas, E. (1977). Totalidad e Infinito. Ensayo sobre la exterioridad. Salamanca: Sígueme.
Mead, M. 29 dic 2020 extraído de https://www.google.com/search?gs_ssp=eJzj4tDP1TcwqSwuMmD04s1NTUxRyE0sSk8sSi0BAGIACDI&q=mead+margaret&rlz=1C1VDKB_enAR1052AR1052&oq=mead+m&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUqBwgBEC4YgAQyBggAEEUYOTIHCAEQLhiABDIHCAIQABiABDINCAMQLhivAR-jHARiABDIHCAQQABiABDIHCAUQABiAB-DIHCAYQABiABDIHCAcQABiABDIHCAgQABiAB-NIBCTYzNzZqMWoxNagCCLACA-fEF0vNtQBMJg0A&sourceid=chrome&ie=UTF-8
Real Academia Española, (2024). Extraído de https://dle.rae.es/
Rispo, P. (2001). Por las ramas de la existencia. Buenos Aires: Fundación CAPAC.
Spitz, R. (1972). El primer año de vida del niño. Madrid: Aguilar.

Curriculum

Psicóloga, Universidad de Bs. As. Psicoterapeuta existencial. Presidente de Fundación CAPAC. Presidente honorífica de ALPE (Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial). Disertante internacional. Autora de libros, capítulos en libros, prologuista y artículos en revistas científicas en Argentina, Brasil, Colombia, Ecuador, México, Perú, Reino Unido y Rusia. Directora y editora de la Revista Latinoamericana de Psicología Existencial.

Correo de contacto:
funcapac@fibertel.com.ar

Fecha de entrega: 6/6/2025
Fecha de aceptación: 4/8/2025

Sección Investigación

Comprensión de la vivencia de ansiedad de un universitario a partir de sus dimensiones del ser

Understanding a university student's anxiety experience from the perspective of his or her personal dimensions

Amelia Del Cristo Eljadue Rizcala, Daniela Tijera Beltrán,
Brianyis Mileth Quintero Patiño
Cartagena, Colombia
Semillero de investigación Eclosión Existencial

Resumen
El presente análisis de caso fue realizado en el semillero de investigación Eclosión Existencial en la ciudad de Cartagena entre 2022-2023, y corresponde a una investigación rigurosa de fuentes de información que tienen como base principal la psicología desde una perspectiva humanista existencial. Su propósito es comprender la vivencia de ansiedad de un universitario a partir de sus dimensiones del ser desde el enfoque fenomenológico en psicología existencial. Se empleó una metodología de enfoque cualitativo con un muestreo intencional según las características de la muestra. Para respetar la confidencialidad de la información obtenida sobre los datos personales del sujeto, se le colocó un seudónimo (Sofía) siguiendo los postulados establecidos en la Ley 1090 de 2006. A partir de este análisis, la vivencia de ansiedad presente en un universitario se visibiliza teniendo en cuenta las cuatro dimensiones del ser (*Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt, Überwelt*) que se ven afectadas por la sobrecarga laboral y académica.

Palabras claves
ansiedad, dimensiones del ser, psicología existencial, universitario.

Abstract
The present case analysis was realized in the research seedbed Eclosión Existencial in the city of Cartagena between 2022-2023, and corresponds to a rigorous investigation of sources of information that have as main base the psychology from an existential humanistic perspective.
Its purpose is to understand the experience of anxiety of a university student from its dimensions of being from the phenomenological approach in existential psychology. A qualitative approach methodology was used with a intentional sampling according to the characteristics of the sample. In order to respect the confidentiality of the information obtained about the subject's personal data, a pseudonym (Sofia) was used, following the postulates established in Law 1090 of 2006. From this analysis, the experience of anxiety present in a university student is made visible taking into account the four dimensions of being (*Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt, Überwelt*) that are affected by work and academic overload.

Keywords
anxiety, dimensions of being, existential psychology, university student.

Introducción
Se considera que, el ámbito donde más se han realizado investigaciones sobre los efectos de la ansiedad, probablemente sea el académico (Gutiérrez, 1996, p. 174), esto es porque, la ansiedad ha sido objeto de amplios estudios que se preocupan por la relación que existe entre las diversas dificultades que presenta un estudiante universitario y cómo estas pueden afectar de forma negativa su desempeño académico (Díaz & Castro, 2020, p. 28).
Dicho lo anterior, es importante atender esta situación que impacta negativa y directamente en el rendimiento académico de los universitarios que presentan signos y síntomas de ansiedad. Por otra parte, el Estudio Nacional de Salud Mental realizado en Colombia reportó que, el 9.1% de los colombianos han presentado trastornos mentales, con una prevalencia en los hombres de 8.2% y en las mujeres de 10.1%, no obstante, los trastornos de ansiedad dentro de este estudio tuvieron un porcentaje del 2.4% en la muestra evaluada (Ministerio de Salud y Protección Social [MinSalud], 2015, pp. 239, 241).
Los jóvenes matriculados por primera vez en una universidad comprenden edades entre los 15 y 26 años

aproximadamente, lo cual corresponde a las etapas evolutivas de la adolescencia y la juventud donde, según la Organización Mundial de la Salud (2023), se experimenta un rápido crecimiento físico, cognoscitivo y psicosocial que influye en la forma en cómo sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno (OMS, párr. 2). Es por ello que, los universitarios constituyen un grupo de riesgo con mayor tendencia a padecer niveles significativos de ansiedad debido a los factores psicosociales que se presentan durante esta fase de sus vidas; sin omitir las demandas académicas y el elevado estrés que se genera al estar inmersos dentro de contextos educativos (Cardona et al., 2015, p. 79).

Marco teórico

La ansiedad, al igual que la depresión, se consideran los desórdenes psicológicos con mayor número de registros en los centros de salud en la población mundial pero, con más presencia en los universitarios, siendo los principales motivos de consulta atendidos a través de los servicios de Bienestar Universitario. Esta alta prevalencia de ansiedad puede ser generada por exigencias académicas, las cuales pueden traer consigo afectaciones negativas como: pérdida del control, deserción o abandono académico, bajo rendimiento, entre otras (Agudelo et al., 2008, p. 34).

Siguiendo esta misma línea, la ansiedad se define como un mecanismo de defensa fisiológico que aparece ante una amenaza, la cual puede generar sensaciones desagradables como: preocupación, irritabilidad, inquietud, hipervigilancia o agitación. También puede convertirse en una patología cuando la respuesta es incontrolable o persistente (Chacón et al., 2021, pp. 27-28).

Desde la psicología humanista existencial, la ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto e indefinido que se produce por un temor impreciso carente de objeto exterior (Rojas, 2014, pp. 25-26). Por ello, la ansiedad puede provocar una distorsión en el sujeto, es decir, se presentan alteraciones a nivel psicológico y conductual. Sierra et al. (2003) mencionan que, la ansiedad es una parte de la existencia humana y todas las personas sienten un grado moderado de la misma, esta se entiende entonces, como una respuesta adaptativa (p. 14) pero, cuando las personas se sienten incapaces de preservar o afirmar aquello que es significativo para ellas, la ansiedad no se presenta como una experiencia constructiva, sino como una experiencia dolorosa (De Castro, 2005, pp. 70-71).

May (2000) realiza la diferenciación entre ansiedad neurótica y ansiedad normal. La ansiedad normal (o constructiva) es aquella que no implica represión y puede enfrentarse conscientemente, mientras que, la ansiedad neurótica (o destructiva) es una reacción desproporcionada a la amenaza, presenta bloqueos en la actividad y la conciencia, implica represión y otras formas de conflicto intrapsíquico (pp. 87-88). En otras palabras, la ansiedad neurótica aparece cuando la persona es incapaz de enfrentar una crisis en su crecimiento que amenaza sus valores. La ansiedad neurótica es entonces, el resultado final de una ansiedad normal previa que no fue enfrentada (May, 2000, p. 88).

En cuanto a los supuestos básicos, Yalom (1984) alude que, la muerte es una fuente primordial de angustia y, el miedo a morir genera ansiedad, ya que el ser humano consume una parte considerable de su propia energía vital en la tarea de negar la muerte (pp. 47, 61-62). Para la definición de libertad, De Castro (2011) refiere que, es la capacidad que tiene una persona de ser consciente sobre sí misma como un individuo que siente, piensa y actúa. Esta libertad se presenta como una característica de la existencia y como una cualidad de la persona consciente que actúa constructivamente desde su propio centro, que pretende tomar decisiones a partir del conocimiento de sí misma (p. 62). Por ende, la libertad, desde este punto, significa estar en el mundo y asumir la existencia de forma completa (De Castro, 2011, pp. 58, 60). El aislamiento, por su parte, implica una separación del individuo con el mundo o una separación de alguna parte de sí mismo pero, por debajo de esas separaciones, subyace un aislamiento básico que pertenece a la existencia, un aislamiento que persiste aunque se establezcan relaciones significativas con otros individuos. Así, “el aislamiento existencial es un golfo intransitable que separa a uno de todos los demás seres” (Yalom, 1984, p. 427).

Cabe aclarar que, ninguna relación puede eliminar el aislamiento pero, la soledad que se produce al estar aislado puede compartirse (Yalom, 1984, p. 437). Aquí, la ansiedad está presente en las relaciones, aunque se tenga consciencia de sí mismo y de los otros, el ser humano es el único responsable de su propia vida. Por último, con respecto al supuesto básico sobre la carencia de sentido, Yalom (1984) menciona que, “el ser humano necesita un significado”, el cual le permita construir metas, valores e ideales que doten de sentido su propia vida para que pueda vivirla a plenitud y con entusiasmo (p. 505) pero, cuando estos significados no son lo suficientemente firmes para soportar la propia vida, la ansiedad emerge por el deseo de buscar un significado en un universo carente de sentido (Yalom, 2002).

Además, Gonzáles (2021) hace referencia que “el ser humano presenta una paradoja”, es decir, está inmerso en el mundo sin poder evitarlo (p. 90). Dicho de otra manera, el hombre no es sólo un objeto que hace parte del mundo y al cual debe adaptarse, sino también, un sujeto capaz de constituir y formar consciente e intencionalmente su propio mundo para darle sentido (De Castro, 2011, p. 32).

En congruencia con lo anterior, Emmy van Deurzen a partir de los postulados que expone Heidegger considera que, el *Dasein* contiene las tres dimensiones conocidas (*Umwelt*, *Mitwelt* y *Eigenwelt*) e incluye una cuarta dimensión (*Überwelt*) que aporta un carácter original al análisis completo del ser en el mundo (Martínez, 2011, p. 14). A continuación, se describen las cuatro dimensiones del *Dasein*:

El *Umwelt* o la dimensión física está integrada por el mundo de los instintos y cómo el sujeto se relaciona con lo que le rodea, por lo que, la experiencia se da y se configura a partir del cuerpo (Gonzáles, 2021, p. 91). En esta dimensión se encuentran aspectos químí-

cos y biológicos de la naturaleza, la fisiología del cuerpo, temáticas como la procreación, el desarrollo físico (y posterior deterioro), y las adicciones (Martínez, 2011, p. 15). Mediante el cuerpo, la persona vive, camina y proyecta el siguiente movimiento, es decir, el cuerpo tiene una disposición previa hacia lo que quiere realizar. Es por ello que, dividir o fragmentar la percepción sería reducir únicamente la experiencia a procesos, dejando a un lado la experiencia del cuerpo ante el ambiente (Gonzáles, 2021, p. 91).

El *Mitwelt* o la dimensión social es la forma en la que el ser humano responde a la cultura y la civilización, así como lo socioeconómico, las instituciones políticas y religiosas, la raza a la que pertenece y a las que no), la ley y el sistema legal, las diferencias de género, los diferentes grupos de edad, etc. En esta dimensión el lenguaje y la comunicación se expresan a través de los roles que la persona adopta en sus relaciones interpersonales (Martínez, 2011, p. 16). A través del lenguaje y sus símbolos el ser humano se conecta con los otros, es decir, las personas se acercan afectivamente al otro superando la distancia física. Esta cercanía es la que brinda esa sensación de unidad e identidad dentro de un colectivo, lo cual hace sentirse parte del mundo (Gonzáles, 2021, p. 91).

El *Eigenwelt* se refiere a la dimensión psicológica o personal del ser humano, mediante la cual se integran el mundo biológico y social del individuo, pero, la estructura psicológica se encuentra dentro de un contexto establecido que actúa como marco de referencia para su desarrollo (Gonzáles, 2021, p. 91). En esta dimensión, el individuo se relaciona consigo mismo y con aquello que involucra en su esfera de intimidad, incluye la identidad, tanto las experiencias pasadas, recuerdos e historia personal como las posibilidades, deseos y expectativas del futuro, fortalezas, debilidades, lo que la persona se dice a sí misma (autoapoyo, autoengaño, autoconcepto y autoestima), la autenticidad e inautenticidad, la angustia que experimenta ante el compromiso, la depresión, el duelo y los sueños (Martínez, 2011, p. 18).

El *Überwelt* o dimensión espiritual está relacionada con los significados (y los sistemas de significados), con lo desconocido, lo que va más allá del propio sujeto, con la filosofía personal de vida, los asuntos políticos y la ideología. Muchas personas se relacionan con la existencia aportando significados provenientes de algún sistema de creencias preestablecido, como puede ser una religión (Martínez, 2011, pp. 19-20).

Finalmente, el presente estudio de caso tributa a la línea de investigación de neurociencias y cognición, particularmente a la sublínea de psicología clínica y de la salud, mediante la cual permitió la producción de nuevo conocimiento científico para la psicología y, además, contribuyó al desarrollo de prácticas clínicas en el marco de este enfoque. De igual manera, a través del análisis de este estudio se dio respuesta a la siguiente pregunta problema: ¿cómo es la vivencia de ansiedad de un universitario a partir de sus dimensiones del ser?

Metodología

1. Objetivo General

Comprender la vivencia de ansiedad de un universitario a partir de sus dimensiones del ser desde la perspectiva existencial.

2. Objetivos Específicos

2.1. Describir cómo es la vivencia de ansiedad de un universitario.

2.2. Identificar cómo se relaciona el universitario con su vivencia de ansiedad.

2.3. Analizar el significado implicado en la vivencia de ansiedad de un universitario.

3. Enfoque y Tipo de Estudio

Se empleó un estudio de caso único con un enfoque cualitativo, el cual fue útil para afinar las preguntas orientadoras y revelar nuevas interrogantes en el proceso de recolección de información e interpretación de las unidades de sentido presentes en el universitario (Hernández et al., 2014, p. 7).

4. Muestra y Tipo de Muestra

La muestra estuvo compuesta por un universitario (seudónimo: Sofía) de la ciudad de Cartagena-Colombia. En cuanto al tipo de muestra empleada fue intencional, ya que se seleccionó a partir de las características que más convenía para la construcción de la presente investigación (Otzen & Manterola, 2017, p. 230), y mediante el método fenomenológico hermenéutico poder captar el fenómeno, es decir, comprender la experiencia de la persona tal como se presenta para tratar de encontrar el significado que esta le da a la situación específica en la que se encuentra, antes de preocuparse por buscar las causas del mismo (De Castro et al., 2007, p. 56).

5. Técnica Para la Recolección de Información

La información se recolectó mediante la entrevista abierta que, según Bleger (1964), permite una “investigación más amplia y profunda de la personalidad del entrevistado” (p. 2). Además, se hace fundamental aclarar que, las entrevistas se realizaron con el método fenomenológico hermenéutico para explorar la conciencia de la persona, profundizar en su experiencia, entender el modo de percibir la vida a través de dichas experiencias y los significados que la rodean (Fuster, 2019, p. 205). Se llevaron a cabo un total de tres encuentros, donde la participante respondió a las siguientes preguntas orientadoras: ¿cómo es la vivencia de ansiedad?, ¿cómo se relaciona con la vivencia de ansiedad?, y ¿cuál es el significado implicado en la vivencia de ansiedad?

6. Procedimiento Para el Análisis

Teniendo en cuenta la transcripción de las entrevistas previamente realizadas, se identificaron las unidades de sentido, se interpretaron los resultados y se construyeron matrices de análisis a partir del enfoque fenomenológico hermenéutico. Lo anterior permitió la sistematización de la información obtenida en base a

las preguntas orientadoras, las cuales sirvieron para la triangulación hermenéutica desde los diferentes puntos teóricos que soportan la discusión y conclusiones del presente estudio.

7. Resultados

Tabla 1. Matriz de análisis 1. ¿Cómo es la vivencia de ansiedad?

Categoría de análisis	Subcategoría de análisis	Unidad de sentido
Sintomatología de la ansiedad	Síntomas físicos (*Umwelt o dimensión física*)	*"... he sentido mucho cansancio físico y eso hace que no tenga ganas de hacer nada... me da mucho dolor en las articulaciones..."*
Sintomatología de la ansiedad	Síntomas psicológicos (*Umwelt o dimensión física*)	*"... puede que esté muy agotada emocionalmente pero siempre, siempre se me va a reflejar en el cuello y los hombros todo el tiempo, y eso hace de que me sienta muy enfurecida porque no lo quiero sentir..."*
Situación foco de la ansiedad	Afirmación del proyecto personal (*Eigenwelt o dimensión psicológica)*	*"... lo que me obliga a cumplir con mis obligaciones es más que todo laboral, trabajo, debo trabajar, con eso estudiar... y mi trabajo hace que yo pague mi universidad..."*
Situación foco de la ansiedad	Experiencia del no ser (*Mitwelt o dimensión social*)	*"... mi mamá me tenía en un altar, entonces yo cumplía sus expectativas y eso no me hacía sentir bien de cierta forma..."*
Situación foco de la ansiedad y relación experiencial	Supuesto básico de aislamiento interpersonal	*"... siempre me he alejado de mis amigos porque mi tiempo no lo permite por más que quiera..."*
Situación foco de la ansiedad y relación experiencial	Supuesto básico de responsabilidad	*"... nadie quiere tener trabajo para pagar sus estudios, o sea es muy complicado trabajar y estudiar al mismo tiempo, no es una carga para mí estudiar sino pagarlo..."*

Nota. Formato de tabla elaborado por autores e información obtenida de las entrevistas realizadas.

Tabla 2. *Matriz de análisis 2. ¿Cómo se relaciona con la vivencia de ansiedad?*

Categoría de análisis	Subcategoría de análisis	Unidad de sentido
Enfrentamiento de la situación generadora de ansiedad	Ansiedad de tipo constructiva	*"... me hago creer a mí misma que soy capaz de las cosas y de que quiero seguir... la forma de motivarme es siempre mis estudios y lo he hecho durante tres semestres, cuatro semestres que los he pagado, lo voy a seguir haciendo ¿me entiendes? Esa es mi motivación, de que yo puedo y está en mis manos si seguir o no..."*
Enfrentamiento de la situación generadora de ansiedad	Ansiedad de tipo destructiva	*"... no lo enfrento, simplemente lo evito, me miento a mí misma. Trabajo pero estoy cansada, estudio pero cansada, pero lo hago y no me importa si estoy cansada..."*

Nota. Formato de tabla elaborado por autores e información obtenida de las entrevistas realizadas.

Tabla 3. *Matriz de análisis 3. ¿Cuál es el significado implicado en la vivencia de ansiedad?*

Categoría de análisis	Subcategoría de análisis	Unidad de sentido
Significado implicado en la vivencia de ansiedad	Valores centrales sobre el sentido de la vida (*Überwelt o dimensión espiritual*)	*"… simplemente ya lo dejé a un lado, ya mi ámbito espiritual ya no… yo antes era muy devota, o sea en mi vida caminaba a lo que me decía la religión… Y más adelante pues ya entendí que no, que yo podría coger mi rumbo sin remordimiento… sin miedo a ser juzgada…"*
Significado implicado en la vivencia de ansiedad	Valía personal desde la perspectiva de otro individuo (*Eigenwelt o dimensión psicológica y Mitwelt o dimensión social*)	*"… yo siento que sin él yo no puedo seguir porque Martín desde que llegó a mi vida siempre me demostró que podía contar con él en todos los aspectos de mi vida entonces si eso se llegase a romper en estas instancias de mi vida creo que sí tendría un colapso porque Martín es muy importante para mí… en varios de mis objetivos personales está incluido él…"*

Nota. Formato de tabla elaborado por autores e información obtenida de las entrevistas realizadas.

Discusión

Sofía es una joven universitaria de 20 años que se encuentra cursando una carrera de pregrado en la ciudad de Cartagena-Colombia, quien aceptó participar de este estudio de forma voluntaria firmando un consentimiento para realizar de forma idónea la presente investigación, y mantener la confidencialidad de los datos suministrados por la participante, teniendo en cuenta los postulados establecidos en la Ley 1090 de 2006 del Código Deontológico y Bioético.

El análisis de los resultados obtenidos en las entrevistas realizadas para el abordaje del presente estudio dio respuesta al objetivo general, el cual busca comprender la vivencia de ansiedad de un universitario a partir de sus dimensiones del ser desde el método fenomenológico hermenéutico en psicología existencial.

En los siguientes párrafos se detallan los resultados obtenidos en cada uno de los objetivos específicos expuestos dentro de este estudio según cada pregunta orientadora:

De acuerdo con el primer objetivo específico enfocado a **describir cómo es la vivencia de ansiedad de un universitario** y, además, corresponde a la primera pregunta orientadora (ver en la Tabla 1), se evidencian síntomas de ansiedad de orden físico cuando Sofía refiere: *"… he sentido mucho cansancio físico y eso hace que no tenga ganas de hacer nada… me da mucho dolor en las articulaciones…"*. La ansiedad provoca en ella reacciones tanto físicas como psicológicas que no son fáciles de manejar, no obstante, cuando la ansiedad es persistente puede generar dolores musculares y otras enfermedades psicosomáticas (Rojas, 2014, p. 30), sumado a esto, la desmotivación indica un agotamiento físico debido a la sobrecarga laboral y académica que Sofía presenta.

Por otro lado, se evidencia una sintomatología de carácter psicológico cuando Sofía menciona lo siguiente: *"… puede que esté muy agotada emocionalmente pero siempre, siempre se me va a reflejar en el cuello y los hombros todo el tiempo, y eso hace de que me sienta muy enfurecida porque no lo quiero sentir…"*. Otros síntomas que aparecen están relacionados con la sensación de que va a suceder algo malo, dificultades para concentrarse, dificultad para conciliar el sueño e irritabilidad (Reyes, 2005, p. 15).

En la vivencia de ansiedad se integra al organismo, que es el cuerpo, el mundo interior de Sofía y lo que le rodea, para así conformar un sistema que no pueden ser comprendidos de manera aislada (Ostachuk, 2013, párr. 50). Por ello, la dimensión identificada en este punto es el *Umwelt*, puesto que está asociada de manera directa a la vivencia de Sofía a partir de las reacciones de su cuerpo con respecto a sus propias experiencias y síntomas que describe durante las entrevistas, los cuales son aspectos que se configuran al momento de estar inmersa en la situación generadora de ansiedad.

Sofia señala: *"… lo que me obliga a cumplir con mis obligaciones es más que todo laboral, trabajo, debo trabajar, con eso estudiar… y mi trabajo hace que yo pague mi universidad…"*. Este fragmento deja ver que la situación foco de ansiedad es la necesidad que tiene Sofía por afirmar su proyecto personal, poder trabajar para pagar sus estudios y terminar su carrera para ser una profesional, donde va creando su propio proyecto vital a partir de su relación con su existencia y sus condiciones de vida (Angarita & Castro, 2002, p. 2). En este sentido, Sofía está inmersa en la búsqueda y afirmación de su proyecto de vida, aún con la falta de seguridades y riesgo implícitos en ello, se enfrenta de cara con la posibilidad tanto de un sin sentido como de crear algún sentido altamente gratificante (Angarita & Castro, 2002, p. 5). Así, el *Eigenwelt*, se evidencia por la relación que tiene Sofía para tomar conciencia sobre sí misma, de estar en el mundo y de crear significados personales (Tobón & Correa, 2022, p. 175).

Otra situación foco de ansiedad identificada en la vivencia de Sofía es: *"… mi mamá me tenía en un altar, entonces yo cumplía sus expectativas y eso no me hacía sentir bien de cierta forma…"*. Teniendo en

cuenta este fragmento, la ansiedad surge porque Sofía no tiene un significado lo suficientemente robusto para orientar su propia vida, por tanto, emerge la experiencia del no ser (Yalom, 2002, p. 149), ya que ella no puede sostenerse a sí misma, a tal punto de obligarse a cumplir las expectativas de su mamá, las cuales no dotan de sentido su existencia. En relación a lo anterior, en la dimensión social o *Mitwelt* se examinan las emociones que se derivan de las relaciones con otros. Sofía se expresa a través de los roles que adopta en sus relaciones interpersonales, las cuales la hacen ser parte del mundo (Estrada, 2018, p. 48).

Ahora bien, la relación experiencial con el supuesto básico de aislamiento se puede denotar en el siguiente fragmento: *"… siempre me he alejado de mis amigos porque mi tiempo no lo permite por más que quiera…"*. Las exigencias laborales y académicas no permiten que Sofía tenga tiempo para compartir con otras personas, es por eso que, se resalta el aislamiento desde el nivel interpersonal, el cual imposibilita la existencia de una interacción social gratificante (Yalom, 1984, p. 425). Esto se convierte en una fusión de sentimientos de soledad y desamparo que son una respuesta emocional que se produce por el deseo de obtener contacto, puesto que, es incapaz de captar activamente el mundo y a las personas que le rodean (Yalom, 1984, p. 430).

Otro fragmento en el cual Sofía se relaciona experiencialmente con el supuesto básico de responsabilidad es cuando expresa: *"… nadie quiere tener trabajo para pagar sus estudios, o sea es muy complicado trabajar y estudiar al mismo tiempo, no es una carga para mí estudiar sino pagarlo…"*. Dado que, cada individuo es responsable de su propia vida, de lo que hace, de lo que ignora, así como de lo que prefiere atender, pues las decisiones que toma para afrontar su experiencia son determinantes para definir en gran medida cómo vivencia (De Castro et al., 2012, p. 401). En este caso, Sofía reconoce que, para poder pagar la universidad debe seguir trabajando pero, al mismo tiempo, esto se convierte en una experiencia de sobrecarga que le genera culpa neurótica, la cual emerge al renunciar al deseo de ser una profesional sin tener que trabajar, es decir, una renuncia que es por un motivo mejor (Schejtman, 2008, p. 239). Por lo que, ella debe asumir la responsabilidad de las decisiones que ha tomado para lograr su proyecto personal e incluso comprender que sus decisiones contribuyen a su aflicción para afirmar aquello que desea (Yalom, 2002, p.155).

Con respecto al segundo objetivo específico que da respuesta a la segunda pregunta orientadora (ver en la Tabla 2) y, busca **identificar cómo se relaciona el universitario con su vivencia de ansiedad**, se evidencia en Sofía una ansiedad constructiva al manifestar: *"… me hago creer a mí misma que soy capaz de las cosas y de que quiero seguir… la forma de motivarme es siempre mis estudios y lo he hecho durante tres semestres, cuatro semestres que los he pagado, lo voy a seguir haciendo ¿me entiendes? Esa es mi motivación, de que yo puedo y está en mis manos si seguir o no"*. May (1977) define la ansiedad constructiva como aquella reacción que no es desproporcionada a la amenaza objetiva, esta no requiere mecanismos de defensa neuróticos para su manejo y puede ser confrontada a nivel consciente (p. 209). Sofía se predispone de forma positiva para continuar trabajando y pagando sus estudios con su salario, además, hay una motivación intrínseca que le permite impulsar su comportamiento hacia lo que quiere lograr.

Del mismo modo, Sofía presenta una ansiedad destructiva al mencionar: "… no lo enfrento, simplemente lo evito, me miento a mí misma. Trabajo pero estoy cansada, estudio pero cansada, pero lo hago y no me importa si estoy cansada…". En este orden de ideas, May (2000) indica que, este tipo de ansiedad es una reacción desproporcionada a la amenaza que presenta bloqueos, negación o represión de su potencial de ser, viéndose a sí mismo como imposibilitado para responder a las demandas (p. 88). Por tanto, cuando Sofía se encuentra demasiado cansada no se relaciona con la vivencia sino que la evita para no percibir la ansiedad como una experiencia dolorosa, obteniendo así, sensaciones de seguridad y haciéndose creer a sí misma que es capaz e ignora el cansancio que siente. Lo que aparece es una ganancia afectiva que se obtiene al afirmar o defender algo que considera valioso y repercute implícitamente sobre las decisiones que ha tomado en su vida (De Castro et al., 2012, p. 407).

En cuanto al tercer objetivo específico que busca **analizar el significado implicado en la vivencia de ansiedad de un universitario**, el cual responde a la tercera pregunta orientadora (ver en la Tabla 3), se evidencia que Sofía tuvo un momento de conexión espiritual en su vida, al manifestar en las entrevistas: "simplemente ya lo dejé a un lado, ya mi ámbito espiritual ya no… yo antes era muy devota, o sea en mi vida caminaba a lo que me decía la religión… Y más adelante pues ya entendí que no, que yo podría coger mi rumbo sin remordimiento… sin miedo a ser juzgada…". Lo anterior alude al significado implicado en la vivencia de ansiedad que, en términos de Bugental (1963) como se citó en Yalom (1984) refiere que, el ser humano tiene una conciencia con la que es capaz de crear sus propias experiencias, propósitos, valores y significados a la hora de actuar o no actuar (p. 32). Ser consciente de las propias intenciones y sentidos pretendidos hace que Sofía pueda ejercer algún peso de decisión sobre su experiencia, afirmando lo que desea para sí misma (De Castro et al., 2012, p. 401).

El *Überwelt* es algo innegable en la vida del ser humano, puesto que en esta dimensión se integran las creencias en lo divino y lo trascendente (Chacón, 2015, p. 10). Aquí, las creencias centrales de Sofía están orientadas sobre el sentido de su propia vida, hacia aquello que importe lo suficiente como para vivir, salir de esa burbuja en la que estaba por la crianza de su madre, y ser capaz de construir sus propios ideales.

Por último, cuando Sofía menciona lo siguiente: *"… yo siento que sin él yo no puedo seguir porque Martín desde que llegó a mi vida siempre me demostró que podía contar con él en todos los aspectos de mi vida entonces si eso se llegase a romper en estas instancias de mi vida creo que sí tendría un colapso porque Martín es muy importante para mí… en varios de mis objetivos personales está incluido él…"*, hace referencia a la valía personal como forma de afirmar su propio ser a través de su pareja, permitiendo dotar de

significados sus proyectos personales. Además, las dimensiones *Eigenwelt* y *Mitwelt* se evidencian en este fragmento, ya que Sofía es capaz de establecer una relación consigo misma y construir su identidad involucrando a otras personas en su esfera de intimidad (Binswanger, 1977 como se citó en Acosta, 2020, p. 21). Es evidente la preservación de aquello que Sofia quiere al relacionarse con sus propios deseos y compartirlos con su pareja, quien la ha apoyado durante esta etapa de su vida.

Conclusiones

A modo de cierre, se describirán los aspectos más relevantes del presente estudio, los cuales reflejan la vivencia de ansiedad de un universitario a partir de sus dimensiones del ser y la relación de esto con la sobrecarga laboral y académica que enfrenta Sofia.

Si bien, todos los seres humanos presentan un grado moderado de ansiedad, ya que esta emerge cuando algo significativo para la persona se ve amenazado; la vivencia de ansiedad de Sofía se encuentra no sólo en el hecho mismo de estudiar y responder a las exigencias que se presentan a nivel educativo, sino también, en trabajar para pagar su carrera profesional y así, lograr lo que por tanto tiempo se ha propuesto. Aquí, la amenaza hacia sus deseos, la posibilidad de perder su empleo y no seguir estudiando, es un generador de ansiedad (Salamanca & Castro, 2007, p. 167).

Tal como lo expresó en las entrevistas, la carga ansiosa aumenta en los momentos donde Sofía siente cansancio, dolor físico, agotamiento y demás sensaciones desagradables expresadas a través del cuerpo, las cuales ella prefiere evitar para que la vivencia de ansiedad no sea una experiencia dolorosa. Esto hace que aparezca una culpa neurótica al asumir la responsabilidad de trabajar para poder estudiar, ella realmente no quiere trabajar sino pagar sus estudios. Lo anterior deja en evidencia que, su trabajo es un factor que se convierte en un deber, en un medio para afirmar su deseo, el cual es estudiar para ser profesional y cumplir con su proyecto de vida.

La afirmación del proyecto personal en Sofía implica dotar de sentido su vida desde los significados implicados en su propia experiencia, pero, al mismo tiempo, la ansiedad emerge cuando aquello que es valioso para ella se ve amenazado. Así, su empleo como solvencia económica le permite pagar su carrera de pregrado, lo cual le genera ansiedad cuando el hecho de perderlo trae consigo la posibilidad de renunciar a sus estudios.

En suma, este estudio aportó información fundamental sobre cómo un universitario se relaciona, valora, integra y le da significado a la totalidad de su propia vivencia de ansiedad. El ser humano está constituido por un conjunto de dimensiones que se articulan unas con otras y no pueden ser comprendidas de forma individual, por ello, la pertinencia de este estudio de caso es dar cuenta de aquellos factores que ponen en riesgo el rendimiento académico de los universitarios, así como su desarrollo personal y social, para prevenir la aparición de síntomas agudos de ansiedad o alguna patología psicológica.

Por tanto, la aproximación teórica y el análisis comprensivo de los datos recopilados durante las entrevistas, permitieron visibilizar un problema de salud mental que se debe abordar desde el Ministerio de Salud, el Ministerio de Educación y, directamente con los Centros de Bienestar Universitario, para generar estrategias de intervención que disminuyan las afectaciones negativas producto de la sobrecarga académica y las demandas externas (actividades laborales, dificultades en las relaciones interpersonales, poca o ninguna red de apoyo, factores económicos, entre otros) en las que se encuentran inmersos los universitarios.

En este sentido, el presente ejercicio de investigación permite describir no sólo cómo es la vivencia de ansiedad, su comprensión desde la perspectiva existencial y las dimensiones abordadas en la vivencia de Sofía, sino también, dotar de insumos clínicos a las unidades de bienestar y a los profesionales de salud mental para reconocer la cateterización de la vivencia y las manifestaciones de carácter sintomático que pueden presentarse durante la etapa universitaria; siendo esto un elemento que, posibilita la transferencia de conocimiento y robustece el contenido asociado al abordaje en psicología existencial estudiada tanto en el contexto académico como en el clínico.

Referencias bibliográficas

Acosta, N. (2020). *Comprensión de las dimensiones del ser-en-el-mundo de un adulto joven transgénero de la ciudad de Cartagena* [Tesis de pregrado]. Universidad de San Buenaventura. https://bibliotecadigital.usb.edu.co/server/api/core/bitstreams/b3d254f1-cca1-418d-872e-a6c99da46a75/content

Agudelo Vélez, D., Casadiegos Garzón, C., & Sánchez Ortiz, D. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological Research*, 1(1), 34-39. https://www.redalyc.org/pdf/2990/299023503006.pdf

Angarita, C., & Castro, A. (2002). CARA A CARA CON LA MUERTE-BUSCANDO EL SENTIDO. *Psicología desde el Caribe*, (9), 1-19.

Bleger. J. (1964). La entrevista psicológica. Su empleo en el diagnóstico y la investigación. https://www.academia.edu/3756709/La_entrevista_Psicol%C3%B3gica_Bleger

Cardona-Arias, J. A., Pérez-Restrepo, D., Rivera-Ocampo, S., Gómez-Martínez, J., & Reyes, Á. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 11(1), 79-89. https://www.redalyc.org/pdf/679/67943296005.pdf

Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M., & Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36. https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf

Chacón, F. (2015). *La dimensión espiritual del ser humano como elemento del modelo de psicoterapia integrativa focalizada en la personalidad* [Tesis de magister]. Universidad de AZUAY. https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/5602/1/11931.pdf

De Castro, A. (2005). Comprensión cualitativa de la experiencia de ansiedad. *Suma Psicológica*, 12(1), 61-76. https://www.researchgate.net/publication/28209194_Comprension_cualitativa_de_la_experiencia_de_ansiedad

De Castro, A., Cardona, E., Gordillo, M. A., & Támara, S. (2007). Comprensión de la experiencia de ansiedad en un estudiante que pertenece a un grupo artístico de la universidad del norte de la ciudad de Barranquilla. *Psicología desde*

el Caribe, (19), 49-80.
https://www.redalyc.org/pdf/213/21301904.pdf
De Castro, A. (2011). *Psicología clínica. Fundamentos existenciales*. Barranquilla: Ediciones Uninorte.
De Castro, A., García, G., & Eljagh., S. (2012). Proceso experiencial: comprendiendo al ser humano en primera persona. *Psicología desde el Caribe*, 29 (2), 385-420.
https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21324851007
Díaz, L., & Castro, J. (2020). *Influencia de la ansiedad en el rendimiento académico de estudiantes universitarios* [Trabajo de grado]. Universidad Cooperativa de Colombia.
https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/35cbe454-4e07-4425-8889-f5575356840e/content
Estrada, L. (2017). *Teorías y métodos*. Miembro de la red ILUMNO.
https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/2427/RP_eje3.pdf?sequence=1&isAllowed=y
Estrada, L. (2018). *TEORÍAS Y MÉTODOS – HUMANISMO*. Fundación Universitaria del Área Andina.
https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/1448/101%20TEOR%C3%8DAS%20Y%20M%C3%89TODOS%20-%20HUMANISMO.pdf?sequence=1
Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. Propósitos y Representaciones, 7(1), 201-229. http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n1/a10v7n1.pdf
González, R. (2021). Comprensión de la salud y enfermedad desde un enfoque existencial.
https://www.aacademica.org/000-012/659
Gutiérrez, M. (1996). Ansiedad y deterioro cognitivo: incidencia en el rendimiento académico. *Ansiedad y Estrés*. 2(2-3), 173-194.
https://www.ansiedadyestres.es/sites/default/files/rev/ucm/1996/anyes1996a14.pdf
Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. 6 de septiembre de 2006. D.O. No. 46383.
Martínez, E. (2011). *Las psicoterapias existenciales*. México: Manual Moderno.
May, R. (2000). *El dilema del hombre*. Barcelona: Gedisa Editorial.
May, R. (1977). *Contribuciones de la psicoterapia existencial*. Madrid: Gredos.
Ministerio de Salud y Protección Social. (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental Tomo I.
https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/ODC/Publicaciones/Publicaciones/CO031102015-salud_mental_tomoI.pdf
Organización Mundial de la Salud. (2023). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
Ostachuk, A. (2013). El Umwelt de Uexküll y Merleau-Ponty. *Ludus Vitalis*. (39), 45-65.
http://www.centrolombardo.edu.mx/wp-content/uploads/2015/05/39-03_ostachuk.pdf
Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Jornal of Morphology*, 35(1), 227-232.
Reyes, J. (2005). T*rastornos de ansiedad: guía práctica para diagnóstico y tratamiento*.
http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/TrastornoAnsiedad.pdf
Rojas, E. (2014). *Cómo superar la ansiedad*. Barcelona: Editorial Planeta.
https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/30/29106_Como_superar_la_ansiedad.pdf
Salamanca, María., & Castro, A. (2007). Comprensión de la experiencia de ansiedad a la luz de la perspectiva de la salud mental del psicoanálisis existencial. *Psicología desde el Caribe*, (20), 156-187.
https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21302008
Schejtman, F. (2008). Dos vertientes de la culpa en la neurosis. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.
https://www.aacademica.org/000-032/605.pdf
Sierra, J., Zubeidat, I., & Ortega, V. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Malestar E Subjetividade*, 3(1), 10-59.
https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102
Tobón, J., & Correa, C. (2022). Psicología clínica. Una perspectiva humanista. Fondo Editorial María Cano.
https://www.fumc.edu.co/documentos/elibros/psicologia_clinica_una_perspectiva_humanista_.pdf
Yalom, I. (1984). *Psicoterapia existencial*. Barcelona: Herder Editorial.
Yalom, I. (2002). *El Don De La Terapia*. Argentina: Emecé Editores.

Curriculum

Amelia Del Cristo Eljadue Rizcala
Magíster en psicología clínica de la Universidad del Norte, Barranquilla. Miembro del grupo de investigación en psicología desde la línea de investigación de neurociencias y cognición, sublínea de psicología clínica y de la salud. Docente del programa de psicología de la Fundación Universitaria Tecnológico Comfenalco, Cartagena. Docente del programa de psicología de la Universidad de San Buenaventura, Cartagena.

Daniela Tijera Beltrán
Psicóloga egresada del programa de psicología en la Fundación Universitaria Tecnológico Comfenalco, Cartagena. Semillerista de investigación 2020-2023 y joven investigador 2023 en la Fundación Universitaria Tecnológico Comfenalco, Cartagena. Miembro del semillero de talentos en la Fundación Para el Futuro de Colombia (COLFUTURO). Coordinadora de Investigación y Procesos Comunitarios en Saltamontes Network, Colombia.

Brianyis Mileth Quintero Patiño
Psicóloga egresada del programa de psicología y semillerista de investigación 2022-2023 en la Fundación Universitaria Tecnológico Comfenalco, Cartagena.

Correos de contacto:
Amelia Del Cristo Eljadue Rizcala - amelierizcala27@gmail.com

Daniela Tijera Beltrán – danielapsicoinvest@gmail.com

Brianyis Mileth Quintero Patiño - brianyisquinterop@gmail.com

Fecha de entrega: 24/02/2025

Fecha de aceptación: 3/7/2025

Con y sin sentidos del cuerpo en sobrevivientes de violencia sexual: una mirada existencial y de género

With and without body senses in survivors of sexual violence: an existential and gender perspective

Nela Kruvskaya Vargas Reinoso
Quito, Ecuador

El presente artículo se construye en el marco del trabajo investigación final del diplomado en Psicoterapia Existencial llevado a cabo por la Universidad Central del Ecuador y ALPE.

Resumen
El cuerpo es el vehículo del ser-en-el-mundo, forma un tejido de significaciones que revelan el ser, permite el contacto con el otro a través de su corporalidad, develándose por medio del cuerpo hablante; en este sentido, en las mujeres que ejercen el trabajo sexual el foco de atención es el cuerpo, al ser el aspecto visible y accesible en su contexto. Bajo esta premisa, la presente investigación de tipo cualitativa pretende comprender la vivencia de la corporalidad en las mujeres que ejercen el trabajo sexual, por medio del método fenomenológico a través de entrevistas semiestructuradas. En la conclusión, se comprende que las mujeres experimentan una condición alienante de la corporalidad, fundidas en el "uno público", cuyo centro de atención es el cuerpo físico transformado en coseidad.

Palabras clave
cuerpo, perspectiva, violencia sexual, proyecto..

Abstract
This article engages in a dialogue between existential psychotherapy and sociology to explore the notion of the body as a vehicle for experience, from a gender perspective. Such an approach proposes a reconfiguration of the meaning attributed to the body. The text describes the transitions in the perception of the body—time, space, and relationality—after surviving sexual violence. Finally, it presents existential therapy with a gender-sensitive approach as a viable pathway for providing comprehensive support to survivors of sexual violence. The discussion also extends to the experiences of sexually and gender-diverse individuals.

Keywords:
body, perspective, sexual violence, project

Introducción
Los espacios que se habitan, las categorías que se construyen como espacios, las personas que se desarrollan en ellos y los afectos que se despliegan en el contexto espacio, son genderizados, lo cual refiere que, el género es una categoría transversal en la configuración del espacio (Szasz, 2004; Sabido, 2020; Cedillo, García-Andrade, & Sabido, 2016).

Dando un paso atrás, que el espacio sea genderizado se refiere a que el mundo se estructura desde el binario hombre-mujer, y esta composición, impone una organización social, basada en la desigualdad, injusticia, y opresión de género (Lagarde 1996). El patriarcado, como orden genérico del poder, posiciona la supremacía y centralidad del hombre y la inferioridad y otredad de las mujeres y disidencias. Lo cual, a ojos de Ducci en el 2005, Hidalgo en el 2013 y González-Oddera en el 2018 constituyen hasta la actualidad, una limitante en el ejercicio de libertad, igualdad y demás derechos de las personas, acentuados en especial sobre las mujeres y disidencias sexo-genéricas.

Con la seguridad entonces que el espacio está configurado desde la desigualdad, eso quiere decir que la manera en la se vive un espacio, es diferenciada para quienes en la balanza de la desigualdad ostentan el privilegio, los hombres, y para quienes por el contrario reivindican constantemente el término de subalternas, las mujeres y diversidades. Posicionamiento diferenciado e ignorado que Merleau-Ponty (1970, como se citó en López Sáenz, 2012) no contempló.

Hablar de vivir o habitar un espacio, significa en términos concretos poner el cuerpo. El cuerpo como menciona López Sáenz (2012) es "el nudo ontológico del ser con el mundo" (p.405) porque como menciona Merleau-Ponty (1970, como se citó en Ferrada - Sullivan, 2019), el cuerpo es un existenciario que no se limita a ser materia, sino que es sensible a la experiencia y como hemos dicho con antelación, incrustada la categoría de género en el espacio, significa que existen experiencias mayormente comunes en ciertas personas. En este apartado hablaremos de las mujeres, tomando prestadas e intencionadas las vivencias de dos mujeres jóvenes, sin embargo, esta investigación se extiende a las experiencias de las personas sexo-género diversas.

La experiencia es eso a lo que el cuerpo al ser vehículo del ser-en-el-mundo está abierto y desde donde construye percepción y conciencia. El cuerpo y la percepción son dialécticos y construyen la relación con el mundo y con los otros. Siendo así, la violencia sexual - acoso sexual, abuso sexual y/o violación- se tomará en este escrito como experiencias que se configura

como un nodo crítico en la percepción del cuerpo y en consecuencia del tiempo, el espacio y la relación con el mundo y con los otros. La elección de la violencia sexual como eje que atraviesa la investigación no es casual, más bien, es causal por dos razones. La primera, porque violencia sexual es como menciona Fulchiron (2021), el despojo del cuerpo de las mujeres y, la segunda, porque al ser el espacio, las personas, la vida, genderizados, la violencia sexual es una experiencia exponencialmente alta en la vida de las mujeres y quienes difieren de lo parametrizado del género.

Así este artículo tiene como objetivo realizar un análisis existencial de la percepción del cuerpo en sobrevivientes de violencia sexual. Para lo cual, se despliegan dos objetivos específicos: Comprender las percepciones que tienen de su cuerpo tras las experiencias de violencia sexual y, revelar si existen cambios en la percepción del cuerpo al estar inmersas en el proceso psicológico desde la visión existencial y con enfoque de género.

Para esto se propone una investigación cualitativa que permitirá tener una mirada a profundidad de la percepción del cuerpo de las participantes. Es una investigación etnográfica, en donde la observación-participante es el espacio terapéutico existencial y con enfoque de género. Y, los datos se tomarán del diario de campo o apuntes realizados en el acompañamiento de sus procesos psicológicos.

Finalmente, el documento se dispondrá en dos momentos. El primero, cuerpo atravesado por la violencia en el cual se describe como la violencia marca un antes y un después en la percepción del cuerpo. Y el segundo, cuerpo acompañado en terapia. En donde se posiciona cómo la terapia psicológica desde la visión existencial y el enfoque de género se configura como experiencia incitadora de la memoria, presencia y posibilidad corporal.

Cuerpo atravesado por la violencia sexual

Naomi es una mujer de 18 años primera de tres hermanas, se mira como una persona creativa, libre y rebelde. Es sobreviviente de violencia sexual en el espacio intrafamiliar de manera sostenida por al menos 5 años. Aún en la actualidad, por razones ajenas a ella se ha encontrado con el agresor o incluso ha sobrevivido a otras formas de violencia revictimizante por parte de su familia.

Cristina es una mujer de 23 años, graciosa, tranquila, que gusta de la lectura y los animales. Tiene 3 hermanas. Es sobreviviente de violencia sexual en dos ocasiones. La primera entre los 7 y 8 años de la cual apenas fue consciente al iniciar el colegio y la segunda, en julio del 2022. Ambas situaciones de violencia fueron perpetradas en el espacio público por hombres desconocidos.

La intención del posicionamiento de las vidas y sobrevivencias de Naomi y Cristina, se deben a las disonancias de sus historias. Por un lado, el ámbito donde se dio la violencia, la cercanía con quien la perpetró, la concurrencia de las experiencias de violencia sexual; si bien los hechos son diferentes, la vivencia de los estragos, sobre todo en la percepción del cuerpo, en ambas tienen muchos encuentros.

Este apartado se dividirá en 3 espacios. El primero, “La piel que habito: Percepción del propio cuerpo” que buscará describir la percepción del propio cuerpo tras las experiencias de violencia sexual. El segundo, denominado “El ser-en-el-mundo: Temporalidad- espacialidad y proyecto” que, posicionará los tránsitos del proyecto y los valores de las participantes en su vida mediante el reconocimiento de estos dos existenciarios, tiempo y espacio. Finalmente, el último momento, “Afectar y ser afectado: Relación con los otros” describirá cómo la experiencia encarnada configura nuevas formas de relacionamiento debido a la proximidad sensible del otro.

La piel que habito: Percepción del propio cuerpo

El cuerpo vivido o cuerpo de la experiencia como lo refiere Merleau Ponty (1996) y Aisenson (1900), se refiere al cuerpo como sujeto de la experiencia que, se construye a través del mundo y al mismo tiempo, lo configura. Dejando de lado la idea primaria de la división cuerpo, alma, sino más bien condensa la posibilidad del cuerpo como canal ontológico del ser y del ser-en-el-mundo.

Sin embargo, si hablamos del ser-en-el-mundo- nos acercamos a la necesidad de posicionar que para ser-en-el-mundo, es necesario estar en el mundo, no sólo desde el cuerpo -que en este caso hablaremos del cuerpo vivido- sino también de la percepción -que posicionaremos como percepción encarnada-. Haciendo un paréntesis, la percepción encarnada, como menciona Merleau-Ponty (1996) se refiere a que es el cuerpo con su posibilidad sensorial la que permite experienciar el mundo, y es desde la particular forma de sentir y estar en el mundo, se configura la percepción, siendo así toda percepción es encarnada e individual.

Esta dualidad -cuerpo vivido y percepción encarnada- apuntala a una vivencia plena del ser, sus afectos y la construcción de su mundo y subjetividad por medio de la experiencia.

El antes de la violencia en los procesos psicológicos con Naomi y Cristina, en sus discursos se miran casi idílicos en referencia a la vivencia que tenían de su cuerpo. Por tal, la violencia sexual -diferenciada entre ellas, pero similar en el despojo de su intimidad, integridad, derechos y ser, es la misma- se toma como una situación límite, en donde se confrontaron casi de manera inherente con su sentido de existencia y de libertad.

Cuando Cristina vivió la segunda experiencia de violencia sexual mencionó: *“Me temblaban las piernas, lloraba y temblaba”,* actualmente en los ataques de pánico que vivencia ante la confrontación de una situación o posible situación de peligro, su respuesta corporal, es que sus piernas hormigueen, tiemblen y por consiguiente se duerman. La percepción es encarnada y la memoria también. Para Naomi, la memoria encarnada también le acompaña, no solo frente a posibles estímulos de riesgo, sino, en el accionar cotidiano que significan enfrentar al vehículo ontológico del ser -cuerpo-, no solo ante la violencia, sino, frente al propio ser que es y que sobrevivió a las experien-

cias de violencia. Naomi comentó: *"Mi cuerpo se siente como si tuviera esa sensación de lo que pasó, como si siempre estuviera conmigo y por eso evito mirar mi cuerpo. Vuelve constantemente ese dolor físico como cuando pasó, me duele como si me apretaran"*.

Naomi y Cristina, en la actualidad se miran desconectadas de sus cuerpos; Cristina: *"A mi cuerpo no le siento la mayor parte del tiempo, a veces siento como si no estoy".* Está desconexión y malestar se potencia en las zonas del cuerpo en donde la violencia se vio más evidente, o donde la vivencia encarnada dejó mayor percepción de malestar y asco en el momento o posterior a la experiencia de violencia sexual. En ellas, las piernas y los senos. Naomi: *"Me afecta, no me miro al espejo. Tengo un tema con mi pecho, yo quería quitarme los pechos. No me gusta, no me pertenece. Desde el inicio no me gustaba, pero con la violencia se intensificó".*

La violencia sexual, modifica la percepción del propio cuerpo y de las posibilidades de sí. Para los teóricos de lo sensible entre ellos Simmel (2014), "al actuar sobre el sujeto la impresión sensible producida por un hombre, surgen en nosotros sentimientos" (p. 260). Lo que es lo mismo, la sola presencia del otro percibida por los sentidos -tacto, gusto, olfato, vista y oído-, desencadena emocionalidad. Dentro de este escrito sabemos que también desencadena memorias encarnadas. No hay encuentro que no genere afectos, mucho menos la violencia sexual, siendo un acto de crueldad y despojo, que además usa al propio cuerpo, objetivado y cosificado como instrumento.

Para Ferrada-Sullivan (2019) los sentidos son los que permiten encarnar las experiencias. El cuerpo vivido de manera introspectiva desde la percepción encarnada, pero a su vez, mirado como instrumento tangible y puesto en el mundo que se expone a las experiencias, es vivenciado por nuestras participantes como un algo a lo que hay que cubrir. Su ropa holgada, grande, de varias capas, de colores neutros, es la forma en la que más que estar en el mundo, son arrojadas a él. Es un intento de seguridad -valor que será abordado en el siguiente apartado-.

La percepción encarnada desde sus ojos y teóricamente en este escrito, refiere que la manera en la que construyen mundo desde su cuerpo, es tapándose, porque el mundo las percibe de una manera específica, Lagarde (1996) diría desigual. Naomi dice: *"Vestir como me visto me ha salvado".* Tras dos acercamientos de hombre en el espacio público comentó: *"Es como si tuviera un letrero que les dijera a las personas que pueden hacer eso"* - refiriéndose a la violencia, incluyendo el acoso sexual. La vivencia actual es conocer que la facticidad de su mundo es la violencia perpetrada por otros.

La violencia sexual como experiencia vivida y la vivencia encarnada como forma de configuración de la existencia, les ha hecho a Cristina y Naomi buscar maneras más o, menos cuidadosas para habitar en mundo, dado que las posibilidades del yo no se agotan Aisenson (1900). Como toda experiencia es atravesada por el cuerpo y su memoria corporal es la mayormente atravesada por la experiencia del malestar y el desarraigo que deja la violencia sobre el cuerpo. Es el mismo cuerpo la vía tangible para sostenerse en el mundo. Así el taparse, la autoagresión (cortes, golpes) para Carreras & Duero, (2012) "son modos de proyectarse y afirmarse a sí mismo que implican purgarse, purificarse, limpiarse y superarse" (p.46), acciones que, de ser alcanzadas, propondrían un mayor acercamiento a su proyecto.

El ser-en-el-mundo: Temporalidad - espacialidad y proyecto

Para Binswanger (1957 como se menciona en Carreras & Duero, 2012) existe una dirección de significación que está dada por estructuras a priori. Estas brújulas son de carácter primitivo, de las cuales ningún ser podría estar exento. Binswanger se refería al modo en que se vivencia el tiempo y el espacio. Esta dirección permitirá movilizar la existencia misma del ser. Sus afectos, pensamientos, intenciones y desde allí su accionar en el mundo y para construirlo. Este mismo autor refiere que el cuerpo es el punto cero o punto de inicio para cualquier tipo de desplazamiento o interacción desde el cuerpo en su entorno. Aclarando que este punto, no es georeferencial sino que, se configura como una vivencia subjetiva del cuerpo situado en el espacio, de un ser-en-el-mundo. Binswanger (1957 como se cita en Carreras & Duero, 2012). Ser-en-el-mundo, de manera encarnada no sólo se refiere al espacio, sino también al tiempo. Como refiere Marta Guberman (2016) "La temporalidad existencial es un presente continuo que se interpenetra solidariamente el pasado y el futuro ya que el pasado sigue nutriendo al presente para proyectarlo al porvenir por tal, la temporalidad está indisolublemente ligado al proyecto" (p.15).

Sabiendo entonces que, tanto la espacialidad como la temporalidad, desde la percepción encarnada y el cuerpo vivido configura subjetividades situadas desde las experiencias. Pasamos a esclarecer a qué nos referimos con movimiento al hablar de estos existenciarios. Carreras & Duero (2012) posicionan al sentimiento de orientación vital, que se refiere a las "vivencias básicas que se asientan en nuestras vivencias del cuerpo y que determinan las coordenadas mediante las cuales ordenamos nuestra biografía y nuestro mundo vital) (p.47).

Las experiencias están cargadas de afectos, culturas, determinaciones sociales y posicionamientos por tal, existirán experiencias que, desde la propia subjetividad, serán mayormente significativas, y otras que más bien, se asienten en las intencionalidades ya concretadas y accionadas. En las vivencias de Cristina y Naomi el sentimiento de orientación vital se reconfigura después de las experiencias de violencia sexual.

Para Naomi desde siempre el cuidado por los otros, ha sido la orientación vital la que guiaba sus movimientos, incluso desde niña. En el caso de Cristina, además del cuidado hacia los otros configuró una lucha por el equilibrio, para que ese cuidado también albergará su propia existencia. Sin embargo, tras las violencias vivenciadas y encarnadas, ambas reconfiguraron sus valores, movimientos -temporales y espaciales- y orientación vital, porque es justamente el cuerpo vivido y posteriormente la percepción encarna-

da quienes confrontan a sus seres con las facticidades del mundo. Para ellas la facticidad es la violencia dada desde el otro.

Por un lado, Cristina tras la última situación de violencia sexual, la cual se dio en el espacio público mencionó: *"siento que no me he movido desde el abuso".* Dentro de su proceso psicológico, nos hemos dado cuenta de que, su vivencia del tiempo está configurada desde su cuerpo encarnado en un espacio específico -el lote baldío cerca a su casa, una noche de julio del 2022, sentidos desde el temblor de sus piernas, el miedo y el llanto incontrolable. El cuerpo de Cristina, como se mostró en el apartado anterior, vivenció, es decir llenó de afectos y significaciones su cuerpo que hasta el momento vivencia un desarraigo de su propio sentir, expresión e intención.

Así también, cuando refiere *"Yo sentía que todos los hombres eran iguales a él"* construyó una forma de vivenciar al espacio como un entorno de inseguridad y sufrimiento; y, al tiempo -el momento exacto de la violencia-, lo cual, la orillo a como lo dice: *"me siento ensimismada y pierdo la noción",* es decir enajenada del mundo y estrechada en su configuración de orientación vital como lo menciona Carreras & Duero (2012), para la construcción de su propio ser en el mundo. La sensación de estancamiento que vive Cristina, lo comparte con Naomi. Sin embargo, la orientación vital de Naomi, de búsqueda de libertad la llevó a accionar de manera repetitiva y ritualizada, acciones que significativamente representen cambios, menciona: *"Yo me muevo para no quedarme estancada; el cambiar cosas es como una representación, si no cambio cosas, yo tampoco cambio- refiriéndose a las emociones".* Lo hace desde los cortes de cabello, las redecoraciones de su cuarto, de movilizarse en tal o cual medio de transporte. Naomi desde su orientación vital y con sus herramientas que por el momento sostenía, buscaba eso que le permitiría el acercamiento y el movimiento existencial a su proyecto Aisenson (1900).

Como mencionaba Guberman (2016) la vivencia del tiempo y del espacio como posibilidades del cuerpo situado y dado a la experiencia, permiten apuntalar a la construcción y reconstrucción del mundo, refiriéndonos también a la construcción del proyecto que nos lleve a una existencia auténtica como postula De Catro y García (2014). Tras la violencia, el cuerpo vivido reconfiguró en Cristina y Naomi, la orientación y el espacio vital, de estar abiertas al mundo en búsqueda de proyectos que responden a su autenticidad y libertad, transitaron a una reducción dada por una orientación interna, ensimismada, desde los valores como la seguridad, que por el momento les son necesarios para sobrevivir la violencia y habitar el mundo desde ese cuerpo expuesto a la crueldad basada en el género y el ejercicio de poder.

Afectar y ser afectado: Relación con los otros

Continuando con la discusión teórica, estar situando en el mundo significa que el cuerpo como elemento abierto a la experiencia y subjetivación, no solo configura el ser-en-el-mundo, sino también ser-para-el-otro. El ser deviene con el otro, porque el vínculo con el otro amplía la construcción del mundo, debido a los afectos que se involucran en la experiencia encarnada que es el propio encuentro con el otro.

La teoría Simmeliana, desde las categorías intercambio de efectos y proximidad sensible, nos permiten entender el rol que toma el cuerpo e incluso el compartir corporal y situado en un espacio y tiempo, en el despliegue de los afectos con y para los otros (Sabido 2020). Las emociones y afectos involucran el cuerpo y todo cuerpo está en conexión con otros. Es así que, Sabido (2020) menciona que "toda relación, desde la más fugaz a la más establecida y duradera, supone una pluralidad de intercambio de afectos" (p.210). Para Simmel (2014) "al actuar sobre el sujeto la impresión sensible producida por un hombre, surgen en nosotros sentimientos" (260) para él, la sola presencia de otro percibida por los sentidos -tacto, gusto, olfato, vista y oído- es decir de su cuerpo, podría desencadenar afectos. Menciona que la producción de los sentimientos, así como el conocimiento del otro y de sí mismo en la interacción, desencadenadas por las impresiones sensoriales permite la base de las relaciones.

La participación de los otros en los afectos es indiscutible, al igual que mi participación en los afectos de las personas con quien se está situado en el mundo y con quien se genera vínculo. Esta aclaración facilita la posibilidad de reconocer al espacio, contexto y vínculos como un eje importante dentro del desarrollo de la afectividad. Por lo cual, su mediación con los constructos sociales interiorizados propios y de los otros también, además de las propias configuraciones que encarna y posiciona al cuerpo, se harán presentes en esta reciprocidad de configuración de afectos.

La violencia sexual entonces, pensada desde la proximidad sensible, es un acto donde el cuerpo, es quien ejerce la violencia y quien la experiencia. Para Merleau-Ponty (1996 en Molina 2021) "el cuerpo tiene mayor significación que un medio o un útil, es la representación visible de nuestras intenciones" (p.70) Sin embargo, en la violencia sexual parecería como si el cuerpo de quien vive la violencia trasmutara de ser el vehículo ontológico del ser, a ser ese medio -que descarta como significado de cuerpo Merleau-Ponty- a través del cual, otro -el agresor- ejerce violencia.

Para Simmel (2014) y Sabido (2020) la sola presencia de otro en el espacio genera afectos, por tal, una experiencia en donde el cuerpo está expuesto y despojado de humanidad, genera emociones. Cristina y Naomi describen el miedo, la impotencia, frustración como emociones que vivenciaron en el momento de la violencia. No obstante, como se mencionó en los apartado anteriores, la violencia como experiencia encarnada y posteriormente como memoria encarnada, genera un tránsito en los afectos, percepciones, cuerpo y propia subjetividad desde donde el ser moviliza para construir mundo.

Estos cambios -expresos a mayor detalle en líneas anteriores- recogen varias experiencias, afectos, dinámicas que dan cuenta cómo la situación de violencia se manifiesta desde su cuerpo vivido y su perspectiva encarnada en un continuum. Frente a la

proximidad sensible, y el intercambio de afectos, la modificación también se evidencia. La experiencia encarnada, cargada de lo que la violencia sexual significó para Naomi y Cristina, movilizó o más bien estanco su percepción de tiempo y espacio en el momento de la violencia, por tal, en situaciones que desde su subjetividad perciben como riesgosa, la presencia o contacto con los otros les es difícil; Incrementandose en malestar y complejidad el contacto con hombres que no pertenecen a su red de afectos.

Cristina mencionó: *"Todo el primer año veía a todos con la cara de él, todavía me pasa cuando me da una crisis de ansiedad"*, para Naomi, los espacios que habita, no los percibe como seguros por la presencia de hombres. Ambas en su reconfiguración de orientación vital y de proyecto desde las disposiciones anímicas como mencionan Carreras & Duero, (2012), movilizada por lo que le es valioso, la seguridad, han renunciado al habitar experiencias para que la proximidad sensible que brota al compartir un espacio con hombres, no las movilice a un nuevo cóctel de afectos que las arroje en la memoria encarnada del momento de las agresiones sexuales, finalmente los movimientos del ser están configurados por los estados de ánimo como menciona Molina (2021)

Cuerpo acompañado en terapia existencial con enfoque de género

Guarderas (2017 en Deleuze y Guattari 1988) señalan que, si la violencia de género constituye la territorialización de los cuerpos, los encuentros psicoterapéuticos podrían constituirse como procesos de desterritorialización, dando el paso a la posibilidad de constituir mundo desde la libertad como orientación vital desligada de la violencia. El devenir auténtico como forma de resistencia al orden patriarcal y demás sistemas de opresión.

Siguiendo la línea de poner en el centro al cuerpo como categoría de análisis, el espacio terapéutico es un espacio que se presenta en la vida de Cristina y Naomi como experiencias a las cuales llegaron, una de manera voluntaria y otra por orden judicial, pero que ambas han decidido sostener. La experiencia de terapia existencial es encarnada, no solo desde los cuerpos vividos de las consultantes, sino también, de la psicóloga que acompaña los procesos. Reconociendo que ambos cuerpos que se encuentran en el espacio terapéutico están configurados por la cultura, los afectos, las disposiciones sociales, etc.

La terapia existencial es el encuentro genuino entre consultante y terapeuta. El cuerpo abierto a la experiencia genera percepciones encarnadas que construyen direcciones de movimiento existencial, la terapia dirige a la consultante a la comprensión de su experiencia. Este proceso comprensivo se lo hace a través del cuerpo, escuchando al cuerpo, percibiendo al cuerpo y experienciando el cuerpo. La terapia en sí misma es experiencia y por tal genera subjetividad y orientación vital.

Por otro lado, el encuentro como intercambio afectivo, pero también, como dinámica relacional permite que como dice Yalom (2008) la relación terapéutica en sí misma confronte a las consultantes con su posibilidad de relacionamiento, intimidad, compromiso, comunicación, disposición, etc. Así la proximidad sensible y el intercambio de afectos retomó a su vida como una decisión sentida y pensada porque como menciona Aisenson (1900), "es precisamente gracias al cuerpo como se establece ese vínculo que incluye desde luego el vínculo yo-el otro" (p.280). Abriendo en la posibilidad de configurar y reconfigurar orientaciones vitales que devengan en una existencia plena y no condicionada.

Al ser una experiencia vivida desde el cuerpo e incluso hablando sobre la propia percepción de él, todo factor que constituye la conciencia y la subjetividad encarnada se moviliza también hacia la autenticidad. Así el tiempo, espacio, afectos y proximidad sensible configurativas del cuerpo vivido se movilizan también. Palabras de Cristina o Naomi, respecto al espacio han sido *"la hora pasó muy rápido", "se nos fue el tiempo"* e incluso hay una percepción de movimiento dirigido a búsqueda de su ser auténtico.

Parecería que todas las características y necesidades puestas en la terapia existencial desde la propia corriente. Su cercanía, la autenticidad en el encuentro, la generosidad en el intercambio afectivo podría dar paso a una integralidad y cuidado en el acompañamiento a quien habita la psicoterapia. Sin embargo, factores como el machismo, la xenofobia, el clasismo, el capacitismo, el determinismo biológico, entre otras, son parte de la subjetividad del ser, y los terapeutas -incluso existenciales- no estamos exentos de ello. Por tal, además de que el enfoque existencial es el camino de acompañamiento a Naomi y Cristina, el enfoque de género es eje transversal y necesario en sus procesos.

El enfoque o perspectiva de género hace referencia como mencionan Mora, MacAdoo, Troncoso, & Riquelme (2021) a la:

(…) estrategia para observar no solamente las barreras o inequidades que dificultan la igualdad de oportunidades entre los sexos, sino también los mecanismos a través de los cuales las interacciones entre las personas están atravesadas por profundas relaciones de poder enraizadas en estereotipos culturales que estructuran la socialización de género (p. 15).

La necesidad de su incorporación en la presente investigación radica en que tanto en este escrito como en el espacio terapéutico desde el que acompañó a Cristina y Naomi se trabaja desde la comprensión de su percepción, no solo del cuerpo -objetivo de la presente investigación- sino de sus experiencias y vivencias. Y como se ha intentado dejar claro a lo largo del escrito, tanto la experiencia como los componentes que la encarnan o posibilitan y, las percepciones que se desligan de ella están atravesadas por el género, la clase, la raza y demás sistemas de opresión. No hay experiencia desconfigurada del mundo y no hay mundo sin estructuras sociales que lo regulan, el patriarcado es una de ellas.

El enfoque de género más allá de reconocer las relaciones de poder también invita a cuestionarlas. El espacio terapéutico es un espacio político, público y es un espacio de reivindicación frente a la vulneración

que representa la violencia contra las mujeres y las diversidades. El enfoque de género permite reconocer el lugar social, cultural, afectivo alejado de la ventaja y el privilegio que habita toda persona que, desde la categoría género dispute lo subalterno.

Dentro de los espacios terapéuticos vivenciados con Naomi y Cristina, se ha reconocido y comprendido la violencia, se la ha nombrado y sentido. A la par del reconocimiento de la violencia, está la responsabilización dirigida a quien perpetró la violencia, buscando una liberación en cuanto a sentimientos de culpa y responsabilidad que socialmente han configurado perspectivas encarnadas en las participantes.

La perspectiva de género también se transversaliza cuando se reconoce que la violencia, no es un hecho aislado y que no tiene que ver con el ser individual y auténtico que son Naomi y Cristina, sino que, tiene que ver con la configuración social jerárquica del mundo, mismo que se configura como facticidad en el mundo interno de cada una, el de otras mujeres y de personas diversas. Así, volver a lo colectivo y colectivizar el malestar también es transversalizar el enfoque de género.

Finalmente es la imbricación de la terapia existencial con el enfoque de género que la construcción de mundo de Naomi y Cristina han posibilitado una orientación vital equilibrada entre seguridad y libertad poniendo el cuerpo vivido y reconfigurando y transformando perspectivas encarnadas que las movilicen a la vida que quieran habitar y construir.

La reivindicación y reconfiguración de las vivencias de las mujeres está unida a la percepción de su cuerpo y a la de los valores que les están ligados de la fenomenología de la experiencia vivida y encarnada que, siendo propia, es relacional y es experiencia configurativa de perspectivas encarnadas desde el encuentro López Sáenz (2012).

Conclusiones

Como refiere (Ferrada-Sullivan, 2019) toda acción y percepción, es decir toda experiencia se la vive a través del cuerpo. Esto quiere decir que es el cuerpo la posibilidad de abrir el mundo, configurarlo y ponerse dentro de él. Hablar de cuerpo es discrepar del determinismo biológico y la exclusividad de la mirada material o útil del cuerpo. Es la posibilidad como menciona (López Sáenz, 2012) reconceptualizar el cuerpo para vivirlo y comprenderlo más complejo.

El cuerpo es complejo, porque es un cuerpo vivido que se imbrica con una percepción encarnada, es decir, con factores que al tiempo que construyen orientaciones vitales y crean e instan al movimiento existencial; son construidas por esas mismas significaciones que el ser -en un proceso interminable hasta el momento de la muerte- continuará construyendo y reconstruyendo.

El cuerpo, por tal, al ser la encarnación de la experiencia y estar cargado con todo lo que social, cultural, estructural e individualmente se le asigna o asume, se convierte en ontología del ser. El ser es ser-en-el mundo, y es el cuerpo de la experiencia el que le sitúa en el mundo. Desde ahí es posible vivenciar otros existenciarios como el tiempo y espacio que come mencionó (Guberman, 2016), son parte conformación del proyecto existencial.

La comprensión del cuerpo desde la terapia o desde la investigación, reclama la necesidad de mirar que, la configuración de los cuerpos y sus significaciones y vivencias, están dados desde relaciones desiguales de poder. Por tal, hablar del cuerpo de las mujeres o diversidades es traer a evidencia, que su propia configuración desde la desigualdad lo sitúa en un tiempo, espacio y entorno de la misma condición. La desigualdad que ampliamente explica lagarde Lagarde (1996), lleva a que las relaciones de poder se concreten desde multiples formas de violencia, la violencia sexual como una de ellas.

La vivencia del cuerpo de Naomi y Cristina, consultantes que vivieron experiencias de violencia sexual en diferentes contextos, trasmutó en cada eje comprensivo del cuerpo que habitan. El cuerpo situado en el mundo, la vivencia del tiempo y del espacio, la percepción de su cuerpo tangible, la conciencia de su cuerpo; dio un giro total tras enfrentarse a una situación límite que es la violencia sexual.

Cristina y Naomi en su cuerpo experimentan sensaciones que el momento de la agresión sintieron. Su concepción del cuerpo adoptó una deshumanización y objetivización generando, por supuesto emociones displacenteras que acompañan a ese significado. El tiempo y espacio están anclados a la situación de violencia. Perciben a su cuerpo situado no en el mundo, sino, en el lugar en que sucedió la agresión y al tiempo como detenido desde el momento en que la experiencia de la violencia sexual se configuró en vivencia. Todos estos tránsitos en la conciencia y vivencia de esos existenciarios, provoca entonces, una reconfiguración de su orientación vital. Los valores y principios que devenían en una existencia plena se movilizaron. El tránsito evidente es que, después de las agresiones, lo valioso que desencadena movilización de la existencia, es el de la seguridad. Así su ser-en-el-mundo está correlacionado con el ser-con-el-otro; espacio que también se relega tras la proximidad sensible y el intercambio de afectos.

Finalmente, el cuerpo al estar situado en el mundo no deja de estar expuesto a la experiencia. La terapia se sitúa como tal. Sin embargo, es el caso de Cristina y Naomi la imbricación de la visión existencial y la transversalización del enfoque de género es lo que ha acompañado a nuevos movimientos en búsqueda de la construcción de sus mundos desde el yo auténtico y una orientación vital coherente a su existencia.

Es el particular encuentro genuino entre consultante y terapeuta, junto con la comprensión de las dinámicas de poder y el lugar de las mujeres en esa estructura, aterrizado a la sobrevivencia específica de la violencia lo que genera un espacio completo. Es decir, que genere afectos, perspectivas y significaciones, al tiempo que, integre las facticidades de lo social y del otro desde la responsabilización y el despojo de lo individual y la culpa como malestar. Eso es también, construir el ser-en-el-mundo.

Referencias

Aisenson Kogan, A. (1900). *Cuerpo y persona : filosofía y psicología del cuerpo vivido.* México: . Fondo de Cultura Económica.

Braidotti, R. (2000). *Sujetos nómades.* Buenos Aires: Paidos SAICF.

Braidotti, R. (2004). *Feminismo, Diferencia Sexual y Subjetividad Nómade.* Barcelona: Gedisa S.A.

Carreras, X., & Duero, D. (2012). Sentimiento de orientación vital y vivencia del cuerpo en personas con trastornos de la alimentación:un estudio fenomenológico-narrativo. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 4*(3), 30-47.

Cedillo, P., García-Andrade, A., & Sabido, O. (2016). Afectividad y emociones. En H. y. Moreno, *Conceptos clave en los estudios de género* (págs. 15-34). México: PUEG-UNAM.

De Castro, A., & García, G. (2014). *Psicología clínica. Fundamentos existenciales.* Barranquilla: Universidad del norte.

Díaz Gómez, A., & González Rey, F. (2005). Subjetividad: una perspectiva histórico cultural. Conversación con el psicólogo cubano Fernando González Rey. *Universitas Psychologica, 4*(3), 373-383.

Díaz, I. (2021). La noción del cuerpo en Judith Butler y Rosi Braidotti. *Praxis Filosófica, 53*, 225–238.

Ferrada-Sullivan, J. (2019). Sobre la noción de cuerpo en Maurice Merleau-Ponty. *Revista De Epistemología De Ciencias Sociales*, 159–166. Obtenido de https://cintademoebio.uchile.cl/index.php/CDM/article/view/54016

Fulchiron, A. (2021). La ley de mujeres. Mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual en guerra reinventan la justicia desde el cuerpo, la vida y la comunidad. En G. Guzmán, A. Fulchiron, & D. Gómez, *Estrategias feministas de justicia y reparación en Guatemala y Colombia* (págs. 47-85).

González Rey, F. (2010). Las categorías de sentido, sentido personal y sentido subjetivo en una perspectiva histórico-cultural: un camino hacia una nueva definición de subjetividad. *Universitas Psychologica, 9*(1), 241-253.

González-Oddera, M. (2018). La subjetividad femenina en cuestión. Psicología y estudios de la mujer en la Argentina. *Estudios de género de El Colegio de México*. Obtenido de http://estudiosdegenero.colmex.mx/index.php/eg/article/view/199

Guarderas, C. G. (2017). La intervención psicosocial y la construcción de las “mujeres víctimas”. Una aproximación desde las experiencias de Quito (Ecuador) y Santiago (Chile). *Revista de Estudios Sociales* , 68-82.

Guberman, M. (2016). El dibujo como acceso a la comprensión de la temporalidad, espacialidad y la corporalidad. *Revista Latinoamericana de Psicoterapia Existencial UN ENFOQUE COMPRENSIVO DEL SER, 11*, 14-18.

Hidalgo, M. A. (2013). Mujer, terapia y resistencia: dos espacios posibles. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social, 8*, 13-24.

Lagarde, M. (1996). *Género y feminismo, Desarrollo humano y democracia.* Madrid: horas y HORAS.

Lagarde, M. (2000). *Claves feministas para la autoestima de mujeres.* Madrid: horas y HORAS.

Lamas, M. (Enero-marzo de 1996). La perspectiva de género. *Revista de Educación y Cultura de la Sección 47 del SNTE*(8).

López Sáenz, M. C. (2012). Merleau-Ponty - 1908-1961 Y S. De Beauvoir - 1908-1986. Reconceptualizando El Cuerpo Y La Pasividad De Su Actividad. *THÉMATA. Revista De Filosofía, n.º 46, diciembre de 2012, https://revistascientificas.us.es/index.php/themata/article*(46). Obtenido de https://revistascientificas.us.es/index.php/themata/article/view/413.

Merleau-Ponty, M. (1996). *Fenomenología de la percepción .* Cátedra.

Molina, E. (2021). El cuerpo y la idea de sujeto encarnado en la fenomenología de la percepción de Merleau-Ponty. *Tabano*(18), 55-72.

Mora, G., MacAdoo, A., Troncoso, J., & Riquelme, L. (2021). Validación de protocolo para transversalizar la perspectiva de género en las prácticas de diagnóstico de la carrera de psicología. *Formación universitaria, 14*(4), 152-4. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50062021000400015&lang=es#B8

Sabido, O. (2020). La proximidad sensible y el género en las grandes urbes: una perspectiva sensorial. *Estudios Sociológicos, XXXVIII*, 201-231.

Simmel, G. (2014). Digresión sobre la sociología de los sentidos. En *Sociología. Estudios sobre las formas de socialización* (págs. 622-637). México: Fondo de Cultura Económica.

Szasz, I. (2004). El discurso de las ciencias sociales sobre las sexualidades. En C. Cáceres, T. Frasca, M. Pecheny, & V. Terto Júnior, *Ciudadanía sexual en América Latina: abriendo el debate* (págs. 65-75).

Yalom, I. (2008). *Mirar al sol.* Buenos Aires: Emecé.

Curriculum

Psicóloga clínica de la Universidad Central del Ecuador. Magister en Ciencias Sociales con Mención en Género y Desarrollo de FLACSO Ecuador. Psicoterapeuta existencial. Acompañante de mujeres y disidencias sobrevivientes de violencia de género.

Correo de contacto

krlamolvra@icloud.com

Fecha de entrega: 14/3/2025
Fecha de aceptación: 15/5/2025

Sección Ensayos y Revisión

La Psicoterapia Existencial, ante la angustia por lo inminente

Javier Fermani
Resistencia, Chaco, Argentina
Alpe Argentina

Resumen
La psicoterapia existencial presenta en la actualidad un modo de abordaje clínico que dista de parecerse a las líneas históricas hegemónicas, basado en la aproximación fenomenológica, comprensiva de los procesos subjetivos de quien sufre. Los tiempos actuales, caracterizados fuertemente por la emergencia de problemáticas del humor y patologías del acto, ofrece el escenario social idóneo para el restablecimiento de la pregunta por el sentido, base estructural de esta forma de psicoterapia e inquietud fundamental del ser.

Palabras claves
Psicoterapia, Existencia, Angustia, Posmodernidad

Abstract
Existential psychotherapy presents today a mode of clinical approach that is far from similar to hegemonic historical lines, based on a phenomenological, comprehensive approach to the subjective processes of those suffering. Current times, strongly characterized by the emergence of problems of humor and pathologies of the act, offer an ideal social scenario for the restoration of the question by meaning, the structural basis of this form of psychotherapy and the fundamental concern of being.

Keywords
psychotherapy, existence, anguish, postmodernism.

Introducción
La psicoterapia, en la Argentina, se encuentra atravesando tiempos de turbulencia. Las alternativas que ofrece para dar respuesta al caudal de demandas clínicas de la actualidad se debaten entre una orientación al estudio exhaustivo de un conflicto que hunde sus raíces en el pasado del sujeto singular, y una propuesta basada en la corrección tecnocientífica de la conducta y el pensamiento. Ambas líneas, si bien legítimas por propio derecho, trabajan con un modelo de paciente que no representa en absoluto al sujeto social del actual Siglo XXI, demasiado desesperado por una sintomatología crítica como para darse el respiro de pensar en sus orígenes, y demasiado consciente de su mismidad como ser sufriente como para verse devaluado por un tecnócrata experto, que lo ordene en el sentido de lo que considera saludable.

Desarrollo
¿De qué sujeto estamos hablando, más concretamente? De aquel que Gilles Lipovetsky caracterizó como *hipermoderno* (2017), Una persona asolada por una preocupación esencial, distinta de aquella que caracterizaba al individuo posmoderno de fines del siglo XX, y que no es otra que el cuidado de un sí mismo fragilizado, expuesto a una permanente inestabilidad económica - política, desprotegido institucionalmente y, fundamentalmente, expuesto a la hiperinformación y a un evidente *proceso tecnológico de desrealización*, por el cual se pone en marcha un desmantelamiento sistemático de la noción de “realidad” como asociable a lo fijo, lo constante, lo que precede y sucede al ser.
Bajo estas coordenadas históricas, el sujeto, que ya no mira hacia las instituciones en busca de mentiras encubiertas (Lyotard, 2012) ni encuentra en el prójimo sostén afectivo ante un escenario incierto; se ve en la urgencia de cuidarse en lo inmediato de una amenaza persistente. Esta no hace al vacío ante el cual se sentía expuesto, en aquellas épocas en las que Freud conceptualizó a la angustia como el ardor paralizante de una pulsión desprovista de todo acompañamiento representacional, sino a un proceso internalizado de vaciamiento activo, que lo acosa sin descanso y lo imanta a la nada: el consumo descontrolado de la sustancia, el ataque de pánico, el pasaje al acto, el suicidio. El vacío ante el cual estábamos parados en el Siglo XX, es el abismo interno al que el sujeto se siente a cada momento cayéndose, en la actualidad.
Dicho esto, desarrollar un modelo clínico de abordaje de los padecimientos propios de este tiempo nos desafía, como profesionales de la salud mental, a preguntarnos a qué tipo de pacientes creemos estar viendo y escuchando, al abrir las puertas de nuestro consultorio. Este sujeto, que padece de insomnio, ideación intrusiva recurrente, ansiedad generalizada, que se sobremedica sin consultar a un profesional competente y que se encuentra asediado internamente por su propia sombra, es alguien que no asiste a psicoterapia en busca de análisis tanto como huye de sí mismo hacia ella, en busca de alivio. La demanda por la “resolución del síntoma” ha sido sustituida por la “búsqueda de una salida inmediata” a lo que sea que ese vacío activo, magnético y mortalmente angustiante, sea que lo esté llevando.
En este contexto, un modelo clínico orientado a hurgar en causas pasadas, que como diría Foucault, ubica al

paciente en posición confesionaria y al profesional en rol de pastor (2014), es uno que obliga al sujeto a adoptar una postura pasiva ante lo que le sucede, exigiéndole un tiempo del que, claramente, no dispone. Del mismo modo, una alternativa terapéutica que proyecta la figura del saber activo en el científico, medicaliza la vivencia a través de la palabra, devolviendo al sujeto a una posición de obediencia ante el terapeuta, que intentará callar la voz de su conciencia mediante tareas prácticas que lo inciten a olvidarse de ella.

La psicoterapia existencial propone una alternativa que difícilmente podamos considerar novedosa, pero que sí podemos significar como necesaria, dado el escenario sociohistórico que aquí estamos describiendo. Nacida en la década del 30 del siglo pasado a través de los primeros esfuerzos de Ludwig Binswanger; hace a un modelo clínico pensado por, para y desde el ser humano como realidad inmediata y activa, situado de ordinario en una encrucijada que se ve en la exigencia de resolver a cada momento: que como diría Kierkegaard (2013), *ha sido arrojado al mundo sin elección previa, sin más remedio que elegir en él, y al hacerlo, elegirse.* Esto, que llevó a Sartre años después a sentenciar que *el ser humano está condenado a ser libre* (2015), hace a la crisis existencial que subyace a la experiencia humana, y que ha sido siempre (y aún más hoy en día) ignorada o evadida.

La terapia existencial nace de la unión entre el Existencialismo como doctrina filosófica, la Fenomenología husserliana como método, y la Psicoterapia como disciplina científica, orientada al tratamiento del malestar subjetivo. Su origen data de los esfuerzos realizados por diversos investigadores y terapeutas en los momentos más críticos e inestables de la humanidad, que va del periodo de entreguerras a la revolución de los años 60. Ha sido, con esto, una forma de psicoterapia orientada a la intervención dialogal, presente y asertiva con el sujeto en situación de crisis. Ya en su fundamentación teórico - ética, encontramos al ser humano como vulnerabilidad, preocupación y misterio (Lévinas, 2012). Un ser llamado a evadirse de la insoportable experiencia de s*er ya mismo todo lo que puede humanamente ser,* hacia el encuentro incierto del Otro, quien abre las puertas del deseo, el futuro y la esperanza, tanto como del temblor ante lo impredecible e incontrolable.

Los primeros esfuerzos de la terapia existencial giran en torno a dar forma a una clínica de las psicosis, del mismo modo que a diversas maneras de comprender y abordar la aquí llamada *psicoterapia de lo inminente*, que se presenta en las crisis de ansiedad bajo la forma de un fantasma que persigue al sujeto a toda hora y en todo lugar, empujándolo a una huida desenfrenada que desemboca, en muchas oportunidades, en el intento de suicidio o en el ataque de pánico.

Conclusión

El psicoterapeuta existencial desarrolla su práctica abriéndose al vínculo humano desde la aceptación de la incertidumbre, el caos y la vulnerabilidad que le son constitutivas, en orden a brindarse como un apoyo humano no suficiente, pero necesario, en su búsqueda de alivio y sentido. Implica la posibilidad de, mediante el diálogo abierto, una escucha activa y una disposición a la ayuda más allá de los encuadres rígidos, mostrarse en sintonía con el padecimiento de quien acude a su consulta. Asimismo, hace a la formación de un profesional capaz de, a través de su intervención y acompañamiento, ayudar al crecimiento interno de la percepción subjetiva de tiempo. Podríamos decir, aspira a ayudar al sujeto a ir creando para sí mismo ese tiempo para sanar que el mundo no le otorga, y del que siente que dispone cada vez menos.

Referencias

Foucault, Michel. (2014). *Biopolitica*. Barcelona: Herder.

Lipovetsky, Gilles (2017). *Tiempos hipermodernos*. Buenos Aires: Paidós.

Lyotard, Francoise (2012) *La posmodernidad*. Buenos Aires: Sudamericana.

Levinas, Emmanuel (2021) *Totalidad e infinito*. Buenos Aires: Paidós.

Kierkegaard, Soren (2013). *Temor y temblor*. Ed. Fondo de cultura económica. Mexico.

Sartre, Jean Paul (2014). *El ser y la nada*. Barcelona: Herder.

Curriculum:

Lic en Psicología (Ucp). Especialista en psicología del trabajo (UBA). Doctorando (UBA). Profesor titular “Clínica psicoterapéutica” y “Practica profesional supervisada”, (Ucp). Profesor titular “Teoría y técnica de exploración y diagnostico psicológico II” de la Licenciatura en Psicología (Uces). Director la diplomatura en psicoterapia existencial (Ucp). Coordinador de la diplomatura en prevención de la violencia laboral (Unne). Profesor de posgrado diplomatura en estudios de género (Unaj). Profesor de posgrado diplomatura en Rorschach para el sistema comprehensivo (ISSCJ). Coordinador de zona NEA de la delegación de ALPE Argentina. Conferencista en congresos y actividades académicas. Psicólogo clínico de orientación existencial. Autor de 8 libros de la especialidad.

Correo de contacto:

javierarmandofermani@gmail.com

Fecha de entrega: 25/07/24
Fecha de aceptación: 08/02/25

El amor en la era digital: la Generación Z y la ilusión de la conexión con ChatGPT. Una mirada desde la logoterapia de Victor Frankl.

Love in the Digital Age: Generation Z and the Illusion of Connection with ChatGPT. A Perspective from Victor Frankl's Logotherapy.

Julie Paola Lizcano Roa
Bogotá, Colombia
Coordinadora Revista DiversidadEs

Resumen
La Generación Z (nacidos aproximadamente entre 1997 y 2012), y criada en el epicentro de la revolución digital, navega un paisaje relacional sin precedentes. En este entorno hiperconectado, la emergencia de modelos de lenguaje avanzados como ChatGPT no solo redefine las dinámicas de comunicación, sino que plantea una pregunta existencial apremiante: ¿estamos presenciando la evolución de nuevas formas de "amor", o somos testigos de una profunda distorsión del vínculo humano, despojada de su auténtico sentido? Desde la perspectiva de la logoterapia, la corriente psicológica fundada por Viktor Frankl, esta encrucijada digital nos insta a examinar si las interacciones con la inteligencia artificial brindan un propósito genuino a las relaciones de esta generación o si, por el contrario, las despojan de su inherente significado trascendente.

Palabras clave
Generación Z, vínculo humano, sentido, era digital, ChatGPT.

Abstract
Generation Z (born approximately between 1997 and 2012), and raised at the epicenter of the digital revolution, navigates an unprecedented relational landscape. In this hyperconnected environment, the emergence of advanced language models like ChatGPT not only redefines communication dynamics but also raises a pressing existential question: are we witnessing the evolution of new forms of "love," or are we witnessing a profound distortion of the human bond, stripped of its authentic meaning? From the perspective of logotherapy, the psychological movement founded by Viktor Frankl, this digital crossroads urges us to examine whether interactions with artificial intelligence provide a genuine purpose to this generation's relationships or, on the contrary, strip them of their inherent transcendent significance.

Keywords
Generation Z, human connection, meaning, digital age, ChatGPT.

Introducción
"Se hace tarde y sin embargo quiero escribirte. Tú no estás aquí y yo no puedo estar sin ti; así que a veces imagino que no estamos lejos el uno del otro". Vincent Van Gogh

La era digital ha redefinido fundamentalmente las interacciones humanas, y el amor, una de las experiencias más intrínsecas y complejas, no ha sido la excepción. La Generación Z, nacida y criada en este entorno hiperconectado, navega un paisaje sentimental donde las fronteras entre lo real y lo virtual se difuminan con una velocidad asombrosa. En este contexto, la emergencia de la inteligencia artificial conversacional, ejemplificada por modelos como ChatGPT, plantea interrogantes profundos sobre la naturaleza de la conexión, la intimidad y la autenticidad en las relaciones afectivas. Este ensayo explorará cómo la Generación Z percibe y experimenta el amor en la era digital, y si la interacción con IA puede generar una "ilusión de conexión", afectando o no el desarrollo de habilidades sociales y emocionales cruciales para relaciones interpersonales significativas.

La Generación Z, a diferencia de sus predecesores, ha crecido con el acceso instantáneo a la información y la gratificación, moldeando sus expectativas sobre las relaciones. Las redes sociales, las aplicaciones de citas y la comunicación constante a través de pantallas se han convertido en la norma (Cerezo, s.f). Si bien estas herramientas ofrecen oportunidades sin precedentes para conocer gente y mantener el contacto, también fomentan una cultura de la inmediatez y la superficialidad. La sobreexposición a vidas "perfectas" en línea puede generar expectativas irreales sobre el amor, llevando a una búsqueda constante de la pareja ideal que a menudo no se alinea con la complejidad y las imperfecciones de las relaciones humanas reales (Durao, Etchezahar, Gómez y Muller, 2024). La validación externa a través de "likes" y comentarios puede volverse un sustituto de la conexión emocional profunda, creando una dependencia de la aprobación digital que afecta la autoestima y la capacidad de establecer vínculos auténticos. (Durao, Etchezahar, Gómez y Muller, 2024)

En este escenario, la irrupción de ChatGPT y otras IAs conversacionales añade una nueva capa de complejidad. Estos modelos son capaces de generar respuestas coherentes, empáticas e incluso "personalizadas", imitando la conversación humana de manera sorprendentemente convincente. Para la Generación Z, que ya está inmersa en la interacción mediada por la tecnología, establecer un diálogo con una IA puede ser una experiencia fascinante. La IA no juzga, siempre está disponible y puede ofrecer una respuesta rápida a cualquier pregunta o inquietud, creando una sensación de compañerismo y comprensión que, aunque artificial, puede ser atractiva (Bolaño y Duarte, 2024). Esta facilidad de interacción, sin la vulnerabilidad y el esfuerzo que implica una relación humana, puede dar lugar a una "ilusión de conexión" (Guillen, 1993). Los usuarios pueden sentir que están siendo escuchados y comprendidos, incluso experimentando una forma de apego emocional hacia la IA, sin la reciprocidad o la profundidad que caracteriza una relación humana. (Prensky, 2011)

El peligro de esta ilusión radica en el posible deterioro de las habilidades interpersonales y la capacidad de afrontar la complejidad emocional de las relaciones reales. Si una IA puede satisfacer la necesidad de conversación y atención, ¿por qué invertir el tiempo y el esfuerzo en descifrar las complejidades de un ser humano, con sus estados de ánimo cambiantes, sus expectativas y sus imperfecciones? La interacción con IA no implica el desarrollo de la empatía real, la resolución de conflictos o la gestión de la frustración, habilidades fundamentales para construir y mantener relaciones duraderas (VanLehn, Lynch, Schulze, Shapiro, Shelby y Taylor, 2005). Además, puede fomentar una visión transaccional del amor, donde las interacciones son predecibles y controlables, en contraste con la imprevisibilidad y el crecimiento mutuo que definen las relaciones humanas.

El amor en la era digital para la Generación Z es un terreno complejo, donde las herramientas tecnológicas, si bien ofrecen nuevas vías de conexión, también pueden distorsionar la percepción de la intimidad y la autenticidad (Toledo, 2020). La interacción con inteligencias artificiales como ChatGPT, aunque aparentemente inofensiva e incluso reconfortante, plantea el riesgo de generar una "ilusión de conexión" (Guillen, 1993) que podría obstaculizar el desarrollo de habilidades emocionales y sociales cruciales. Es imperativo que la Generación Z, y la sociedad en general, reflexione críticamente sobre la naturaleza de estas interacciones.

Fomentar la alfabetización emocional y la conciencia sobre los límites de la tecnología será fundamental para garantizar que el amor, en su forma más genuina y humana, no se pierda en el vasto e hipnótico mar de la conexión digital (Durao, Etchezahar, Gómez y Muller, 2024). El verdadero desafío reside en utilizar la tecnología como una herramienta para complementar y enriquecer las relaciones humanas, en lugar de permitir que se convierta en un sustituto de la profunda, imperfecta y gratificante experiencia de amar y ser amado por otro ser humano.

En conclusión, si bien ChatGPT puede ofrecer una forma de compañía y apoyo para la Generación Z, existe un riesgo significativo de que distorsione la comprensión de lo que es una relación amorosa auténtica, fomente la dependencia emocional y contribuya a la soledad y el aislamiento social, afectando el desarrollo psicológico de los jóvenes. El desafío radica en encontrar un equilibrio entre el uso de la tecnología y el fomento de relaciones humanas significativas. (Sherry y Sherry, 2020)

.

La Atracción de la IA para la Generación Z

ChatGPT y otros chatbots ofrecen una compañía constante sin el miedo al rechazo o la presión de la reciprocidad que a menudo se experimenta en las relaciones humanas. Esto es particularmente atractivo para jóvenes con ansiedad social o dificultades en la comunicación interpersonal. Además, la IA puede recordar conversaciones, ofrecer consejos personalizados y simular empatía, adaptándose a las preferencias de los usuarios. Esto crea una sensación de ser comprendido y validado, lo que puede ser muy seductor (Turkle, 2011). Un estudio de OpenAI del 2025 llamado *"How AI and Human Behaviors Shape pshichosocial effects of Chatbot Use: A longitudinal controlled study"* sugiere que el uso intensivo de ChatGPT está vinculado a la soledad, y que las personas que se sienten solas tienden a buscar apoyo emocional en estas herramientas. Esto además plantea la cuestión de si la IA está llenando un vacío o, por el contrario, perpetuando el aislamiento. A diferencia de las relaciones humanas, las interacciones con la IA son más predecibles y controladas, lo que puede resultar tranquilizador para quienes buscan estabilidad emocional. (Merino, 2025).

Desde el lanzamiento masivo de herramientas como ChatGPT en 2022, la IA en la Generación Z ha ganado terreno. Por ejemplo, en México, más de la mitad (52 %) de las personas encuestadas por el estudio de Preply llamado *"Aspiraciones y hábitos de aprendizaje de las generaciones jóvenes",* del 2024 utilizan activamente asistentes de IA, posicionando al país en el tercer lugar en cuanto a adopción, solo detrás de Corea (54 %) y Alemania (53 %). A nivel global, Turquía lidera con un 61 % de adopción, seguido de España, Polonia y Argentina. Sorprendentemente, potencias tecnológicas como Estados Unidos (46 %) y Japón (41 %) ocupan lugares bajos. El estudio, además, revela que las aplicaciones de la IA en la Generación Z son variadas y van más allá de simples tareas automatizadas. En México, el 43 % de las y los encuestados afirman que utilizan herramientas como ChatGPT principalmente para la recopilación de datos e información, mientras que el 34 % las usa para traducción de idiomas. Otros usos destacados incluyen la generación de contenido (29 %) y recomendaciones personalizadas (31 %). A nivel mundial, Alemania y Turquía emplean mayormente la IA para trabajar, mientras que, en Japón y México, se utiliza más frecuentemente para la recopilación de datos. (Sevcenko, 2024)

El creciente uso de la IA en la Generación Z también refleja un interés profesional. Según el estudio anteriormente presentado, el 22 % del grupo millennials y

la generación Z a nivel global están aprendiendo activamente sobre IA, posicionándose como una de las materias más demandadas, solo superada por el aprendizaje de idiomas. Esta tendencia muestra cómo la IA está abriendo nuevas puertas para el desarrollo profesional enseñando habilidades que son cada vez más demandadas en el mercado laboral. (Sevcenko, 2024)

Y, a pesar de la popularidad de la IA en la Generación Z, el estudio también destaca una notable desigualdad de género en su adopción. Mientras que el 61 % de los hombres afirma utilizar activamente herramientas como ChatGPT, solo el 48 % de las mujeres lo hace. Además, un 25 % de los hombres está aprendiendo sobre IA, frente a sólo un 19 % de las mujeres, lo que pone en evidencia la necesidad de promover una mayor inclusión femenina en el ámbito tecnológico. (Sevcenko, 2024).

La Distorsión de la Percepción de la Realidad y las Relaciones

Aunque la IA puede simular comportamientos humanos y generar sentimientos en el usuario, estas interacciones difieren fundamentalmente del concepto de amor y conexión humana. El amor genuino implica reciprocidad, compromiso y una conexión emocional auténtica que una IA, por su naturaleza, no puede experimentar (López y Pérez, 2022). La IA puede confirmar lo que el usuario quiere escuchar, sin ofrecer un verdadero desafío o confrontación, lo que puede impedir el desarrollo de la inteligencia emocional y la capacidad de manejar emociones complejas como el rechazo o la frustración. La facilidad y constancia de la interacción con la IA pueden llevar a una dependencia excesiva, reemplazando el deseo de relaciones auténticas y aumentando el aislamiento social (Vilaplana, s.f). Se han reportado casos preocupantes de jóvenes que desarrollan vínculos emocionales profundos con chatbots, llegando incluso a experimentar celos o "peleas" con ellos (Rodríguez, 2024). Si las interacciones con la IA se priorizan sobre las interacciones humanas, los jóvenes pueden perder oportunidades para desarrollar habilidades sociales cruciales, como la empatía, la comunicación no verbal y la resolución de conflictos. (Bolaño y Duarte, 2024)

Sobre este aspecto, Donnarumma (2022), en el contexto de la IA, se refiere al concepto de “fantasía mercantilizada” para describir una forma de producción cultural que, en lugar de asumir riesgos o experimentar, imita y simplifica las narrativas preexistentes, para convertirlas en clichés emocionales convencionales. Los sistemas generativos basados en la IA reproducen con cautela los cánones estéticos tradicionales y de moda, e introducen pocos cambios para desviarse de las normas establecidas.

Estos acontecimientos ponen de relieve la posibilidad de que los jóvenes creen “mundos alternativos” en los que la línea entre lo real y lo artificial sea cada vez más sutil. Aunque una imagen o interacción podría etiquetarse como artificial, lo que importa es el impacto emocional que suscita en estos (Vinueza, 2024). Este aspecto central va más allá de las cuestiones de consentimiento y protección jurídica relacionadas con la creación de mundos artificiales, por lo que me suscita una pregunta ¿Quién puede en realidad afirmar que una imagen no real no es capaz de generar emociones reales?

Finalmente, la IA no hace más que ampliar la magnitud de un fenómeno ya existente, pero cada vez más fácil de imaginar y, por ende, de visualizar (aunque no queramos). Una imagen o una interacción pueden crear sensaciones reales, más allá de su origen y creación, pero quedan interrogantes acerca de la responsabilidad jurídica y psicológica de estas sensaciones, que pueden confundir y manipular la realidad, lo que genera consecuencias palpables en la percepción de las personas.

Implicaciones Psicológicas de la IA en la Generación Z

La dependencia emocional de la IA puede impedir el desarrollo de estrategias saludables para manejar emociones. Estudios como el de OpenAI del 2025 (anteriormente nombrado) llamado *“How AI and Human Behaviors Shape pshichosocial effects of Chatbot Use: A longitudinal controlled study”* asocian el uso intensivo de chatbots con mayor soledad. Además, el uso de IA como "terapeuta" puede ser riesgoso, ya que no puede interpretar proyecciones ni alertar sobre patrones emocionales destructivos, lo que podría conducir a diagnósticos erróneos o empeorar la salud mental. (Sevcenko, 2024)

Es crucial fomentar una educación digital de calidad que enseñe a los jóvenes a diferenciar las interacciones humanas de las simuladas con IA, y a usar estas herramientas de manera responsable y ética. La falta de regulación en plataformas de chatbots, especialmente en cuanto a la verificación de edad y la advertencia sobre la interacción con IA, plantea serios riesgos, particularmente para menores. La emergencia de las "relaciones" con IA obliga a un replanteamiento profundo sobre qué significa sentirse comprendido, cómo se co-crea la empatía y cómo asegurar que, al volcar nuestras emociones en las máquinas, no se pierda la propia humanidad. (López y Pérez, 2022)

El Doctor, Nicholas Jacobson investiga el uso de la tecnología para mejorar la evaluación y el tratamiento de la ansiedad y la depresión en el Dartmouth College, resalta que la llegada de la IA, permitirá realizar intervenciones adaptativas y que los profesionales sanitarios realicen un seguimiento continuo de los pacientes, además de que estos prevean cuándo alguien puede necesitar ayuda y ofrezcan tratamientos para aliviar los síntomas. Apoyado a esto, autores como Aggelos Katsaggelos y Shamal Lalvani en su artículo titulado *“Systematic review and meta-analysis of AI-based conversational agents for promoting mental health and well-being”* del 2023, esperan que, una vez que la IA y los chatbots superen los ensayos clínicos, los especialistas del área de la salud puedan utilizarlas como apoyo, por ejemplo para programar citas de pacientes en función de la urgencia percibida, y que, con el tiempo, se extienda al público en entornos domiciliarios.

Sin embargo, estos mismos expertos piden cautela a la hora de tratar las soluciones tecnológicas como una

panacea, ya que carecen de la habilidad, la formación y la experiencia de los terapeutas humanos, especialmente la IA Generativa, que puede ser impredecible, inventar información y regurgitar sesgos.

La Voluntad de Sentido y el Amor Auténtico: Una mirada desde la Logoterapia de Víctor Frankl

La logoterapia se fundamenta en la premisa de que el ser humano está impulsado por una *voluntad de sentido*, un anhelo innato de descubrir un propósito y significado en su existencia. En el entramado de las relaciones interpersonales, este sentido se despliega en la conexión auténtica, el compromiso recíproco, la trascendencia del propio ego hacia el otro, y la co-creación de un espacio de significado compartido (Frankl, 2015). Sin embargo, la promesa seductora de la IA, con su disponibilidad constante, su capacidad de "simular" empatía y su aparente ausencia de juicio, parece ofrecer a la Generación Z un escape de las complejidades, vulnerabilidades y demandas emocionales inherentes a los lazos humanos. La inmediatez de la respuesta, la validación incesante y la posibilidad de moldear la interacción a voluntad, pueden generar una gratificación efímera y una ilusión de intimidad. Pero, ¿cuál es el costo existencial de esta conveniencia?

La Generación Z, inmersa desde su nacimiento en un entorno digital, ha desarrollado una relación intrínseca con la inteligencia artificial, manifestada en sus interacciones cotidianas con asistentes virtuales, algoritmos de recomendación y plataformas de redes sociales. Esta exposición constante ha moldeado sus expectativas sobre la interacción y la información, llevando a una búsqueda de personalización y gratificación instantánea. Desde una perspectiva psicológica, la aparente "voluntad de sentido" que la Generación Z podría percibir en la IA es más una proyección de sus propias necesidades de conexión, validación y eficiencia, ya que los algoritmos están diseñados para optimizar la experiencia del usuario y, por ende, generar una sensación de utilidad o comprensión. (Frankl, 2000)

La noción de "amor auténtico" en el contexto de la IA y la Generación Z es un concepto aún más complejo y, desde una perspectiva científica, problemático (Méndez y Vega, 2013). Lo que algunos podrían interpretar como "amor" o apego hacia una IA se asemeja más a una relación para-social o a una forma de confort derivado de la predictibilidad y la falta de juicio que ofrecen estas interacciones (Cacioppo y Petty, 1986). Estudios en psicología social sugieren que los individuos pueden formar lazos emocionales con entidades no humanas que perciben como receptivas o comprensivas, como es el caso de mascotas o incluso personajes ficticios. En el caso de la IA, esto se ve exacerbado por la sofisticación de los modelos de lenguaje y los avatares que simulan empatía, creando una ilusión de reciprocidad que no implica una consciencia o afecto genuino por parte de la máquina. (Bandura, 1973)

Desde una óptica sociológica, la interacción creciente con la IA puede influir en la forma en que la Generación Z percibe y experimenta las relaciones humanas. La inmediatez y la falta de complejidades emocionales en la interacción con la IA podrían, en algunos casos, generar expectativas irreales sobre las relaciones interpersonales, donde la resolución de conflictos o la reciprocidad emocional requieren un esfuerzo y una vulnerabilidad que no son replicables por un algoritmo. Esta dinámica plantea interrogantes sobre el desarrollo de habilidades sociales y emocionales esenciales en una generación cada vez más expuesta a interacciones mediadas por tecnología. (Turkle, 2018)

Es crucial destacar que la "voluntad de sentido" y el "amor auténtico" son atributos de la consciencia humana, ligados a procesos neurobiológicos complejos y a la experiencia subjetiva. Aunque la IA puede procesar y generar lenguaje que simula comprensión o afecto, carece de la capacidad de experimentar el mundo, tener intenciones o sentir emociones. Científicamente, la IA opera bajo principios de aprendizaje automático y procesamiento de datos, donde las respuestas son el resultado de modelos predictivos entrenados con vastas cantidades de información, y no de una comprensión intrínseca o una "voluntad" propia. (Frankl, 2000; 2015)

En conclusión, si bien la Generación Z interactúa de manera profunda con la IA y encuentra en ella ciertas utilidades y comodidades que pueden satisfacer, de forma superficial, sus necesidades de conexión o información, atribuirle a la IA una "voluntad de sentido" o la capacidad de un "amor auténtico" es una extrapolación sin respaldo científico. Es fundamental diferenciar la simulación de la inteligencia y la emoción de la experiencia real de la consciencia y el afecto. Las investigaciones futuras deben centrarse en comprender los impactos psicológicos y sociológicos de estas interacciones en la Generación Z, y en desarrollar una alfabetización mediática y tecnológica que permita discernir las limitaciones y capacidades reales de la inteligencia artificial. (Dennett, 1978)

Crítica Logoterapéutica: El Vacío del Algoritmo

Desde una lente logoterapéutica, esta "conveniencia emocional" con un algoritmo es intrínsecamente deficitaria. El amor, en su manifestación más profunda, exige un encuentro genuino con la alteridad, con las imperfecciones, las contradicciones y las sorpresas que solo otro ser humano puede ofrecer. Implica la renuncia a la comodidad del control total y la disposición a abrazar la frustración, el desacuerdo y el desencanto, elementos paradójicamente cruciales para el crecimiento personal y el descubrimiento de un sentido más profundo (Frankl, 2000; 2015). La interacción con ChatGPT, por su naturaleza algorítmica, carece de la reciprocidad existencial que define el amor humano. No hay un "tú" que elija libremente corresponder, que se equivoque, que crezca y se transforme junto al otro. La "empatía" del algoritmo es una mera simulación basada en datos, no una resonancia de alma a alma. La "validación" que ofrece es un eco de nuestras propias proyecciones, no un reconocimiento de nuestra singularidad por parte de un ser consciente y autónomo. (Méndez y Vega, 2013)

Esta distorsión se podría manifestar en varias dimensiones (hago alusión a algunas):

- **Dependencia Emocional y Soledad Existencial:** Paradójicamente, la facilidad de acceso a la IA puede exacerbar la soledad existencial. Si la Generación Z busca en el algoritmo una fuente principal de apoyo emocional y validación, corre el riesgo de empobrecer sus habilidades para establecer y mantener relaciones auténticas con otros seres humanos. La gratificación instantánea del algoritmo puede desincentivar el esfuerzo y la vulnerabilidad necesarios para construir vínculos significativos, perpetuando un ciclo de aislamiento. En lugar de encontrar sentido en la co-creación de una relación con un ser autónomo, el individuo se refugia en una interacción predecible que, a la larga, solo confirma su propio mundo interior, sin expandirlo ni desafiarlo. (Fabry, 1994)

- **Evitación del Sufrimiento y el Crecimiento:** La interacción con la IA puede vaciar de sentido las experiencias de sufrimiento y crecimiento que son inherentes a las relaciones auténticas. Frankl (2000) sostenía que el sufrimiento, aunque doloroso, puede ser un camino hacia el sentido cuando se le otorga un propósito. Las rupturas, los desacuerdos y las desilusiones en las relaciones humanas, si bien difíciles, son oportunidades para desarrollar la resiliencia, la comprensión y una mayor compasión. Un algoritmo, al carecer de la capacidad de experimentar el sufrimiento y la libertad de elegir cómo responder a él, no puede acompañar al ser humano en este viaje de co-construcción de sentido a través de la adversidad. Las "soluciones" que ofrece son frías, programadas y, en última instancia, incapaces de tocar la fibra más profunda de la existencia humana. (Pérez, 2023).

- **Alienación de la Condición Humana:** La búsqueda de un "amor" en un algoritmo representa una alienación de la propia condición humana. Al delegar en una máquina la satisfacción de necesidades emocionales fundamentales, la Generación Z corre el riesgo de deshumanizarse, perdiendo la capacidad de conectar con la riqueza y la complejidad de las emociones humanas, y de encontrar un sentido trascendente en el servicio y la dedicación al otro. La logoterapia nos convoca a trascender el autointerés y a encontrar un significado en algo más grande que uno mismo (Frankl, 2000;2015). En una relación auténtica, este "más grande" es el otro, en su alteridad, en su potencial de crecimiento mutuo y en la responsabilidad hacia su existencia. En una interacción con un algoritmo, el "más grande" sigue siendo uno mismo, proyectado y reflejado en una interfaz. (Wyman, 2023)

Conclusión

La Generación Z (nacidos aproximadamente entre 1997 y 2012) es la primera generación completamente inmersa en el mundo digital desde su infancia. Esto ha moldeado significativamente sus comportamientos, perspectivas y desafíos, ya que han crecido con Internet, smartphones, redes sociales y plataformas de streaming, lo que los hace increíblemente competentes en la navegación del mundo digital. Viven en un mundo de información fragmentada y constante interacción en línea. Esto, si bien ofrece ventajas, también puede generar sobreestimulación, gratificación instantánea, y una menor capacidad de atención y concentración en contenidos lineales; a su vez parece ser que son más conscientes de la importancia de la salud mental y el bienestar emocional. Son más abiertos a discutir problemas de salud mental y buscan activamente apoyo. De hecho, estudios indican que son más propensos a sufrir depresión y ansiedad que otras generaciones; y valoran la autenticidad y la expresión individual, a pesar de la superficialidad que a veces se asocia con las redes sociales, también buscan conexiones más reales y genuinas, y se preocupan por causas sociales y ambientales.

Pero respecto a aquella promesa de "amor" en la era de ChatGPT para la Generación Z es visto desde la logoterapia, como una ilusión peligrosa que distorsiona la esencia de las relaciones humanas y vacía de sentido la búsqueda inherente de conexión. Si bien la tecnología puede ser una herramienta valiosa para la comunicación y el aprendizaje, no puede, por su propia naturaleza, sustituir la riqueza y la complejidad de los vínculos humanos. La verdadera tarea de esta generación reside en reconocer la diferencia abismal entre un algoritmo y un alma, y en cultivar la voluntad de sentido que los impulse a buscar relaciones auténticas, donde el amor florezca no en la predictibilidad de un código, sino en la impredecibilidad, la vulnerabilidad y la trascendencia de dos seres humanos que eligen libremente compartir un camino, con todos sus desafíos y sus infinitas posibilidades de significado. Solo así podrán encontrar un sentido duradero en la era digital, evitando el espejismo de un amor sin alma.

Referencias

Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bolaño, M., y Duarte, N. (2024). Una revisión sistemática del uso de la inteligencia artificial en la educación. *Revista Colombiana de Cirugía, vol. 39*, núm. 1, 51-63

Cacioppo, J., y Petty, R. (1986). El modelo de elaboración de probabilidad de la persuasión. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/270271600_The_Elaboration_Likelihood_Model_of_Persuasion

Cerezo, P. (s.f). La Generación Z y la información. *Revista de Estudios de Juventud,* 114, 95-109.

Dennett, D. (1978) *Brainstorms: philosophical essays on mind and psychology.* Montgomery VT: Bradford Books.

Donnarumma, M. (2022). Against the Norm: Othering and Otherness in AI Esthetics. *Journal of Digital Culture & Society, 8,* 39-66.

Durao, M., Etchezahar, E., Gómez, T., y Muller, M. (2024). *Hiperconectados. Los desafíos psicológicos de la era digital.* Techpsylab Ediciones.

Fabry, J. (1994). *The Pursuit of Meaning: Viktor Frankl, Logotherapy, and Life*. New Harbinger Publications.
Frankl, V. E. (2000). *El hombre en busca de sentido*. Herder. (Obra original publicada en 1946)
Frankl, V. E. (2015). *Psicoanálisis y existencialismo: De la psicoterapia a la logoterapia*. Herder.
Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
Guillen, J. (1993). Ilusión y realidad de las Redes sociales. Recuperado de https://centroconvivencia.org/ilusion-y-realidad-de-las-redes-sociales/
Méndez, A., y Vega, S. (2013). Significado psicológico del amor a través de las etapas de desarrollo. Recuperado de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://tesiunamdocumentos.dgb.unam.mx/ptd2013/febrero/0689076/0689076.pdf
Merino, M. (2025). ¿Pueden los chatbots desencadenar una nueva crisis de salud mental? Recuperado de https://www.genbeta.com/inteligencia-artificial/estudio-openai-revela-que-uso-intensivo-chatgpt-esta-vinculado-a-soledad-duda-que-haran-para-evitarlo
López, G., y Pérez, D. (2022). *Amor, empatía y conductas prosociales: una reflexión interdisciplinaria.* Fondo Editorial Universidad Católica Luis Amigo.
Pérez, D. (2023). La Logoterapia en la Educación: Revisión Sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7*(4), 7506–7524. Recuperado de https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7506/11366
Prensky, M. (2011). *Enseñar a los nativos digitales*. Editorial SM.
Rodriguez, J. (2024). Psico XXI: Descifrando la mente del nuevo milenio. Recuperado de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.dykinson.com/media/pdf/978-84-1070-890-7.pdf
Sevcenko, S. (2024). Aspiraciones y hábitos de aprendizaje de las generaciones jóvenes. Recuperado de https://preply.com/es/blog/aspiraciones-y-habitos-de-los-jovenes-encuesta/
Sherry, S. B., & Sherry, J. B. (2020). The dark side of artificial intelligence: Psychological implications for human well-being. *Journal of Psychological Inquiry*, *15*(2), 112-125.
Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
Turkle, S. (2018). En defensa de la conversación. El poder de la conversación en la era digital. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-09332018000100014
Toledo, V. (2020). Generación Z el fin del mundo tal y como lo conocemos. Recuperado de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://dadun.unav.edu/server/api/core/bitstreams/1100fb55-7733-4a55-8ab4-4bbbee93f434/content
VanLehn, K., Lynch, C., Schulze, K., Shapiro, J., Shelby, R., y Taylor, L. (2005). The Andes physics tutoring system: Lessons learned. *International Journal of Artificial Intelligence in Education;15,* 147-204
Vilhauer, R. P. (2020). The challenge of artificial intelligence and the search for meaning in the 21st century. *Journal of Humanistic Psychology*, *60*(1), 74-91.
Vilaplana, F. (s.f). La Generación Z y su impacto en la cultura y gestión de personas en las organizaciones. Recuperado de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://dadun.unav.edu/server/api/core/bitstreams/0d8d5ec2-894b-412f-bd40-e2e9f2b0c78d/content
Vinueza, D. (2024). Monografico. Recuperado de https://revistas.uasb.edu.ec/index.php/uru/article/view/4867/5117#info
Wyman, O. (2023). *El bienestar emocional de la generación Z se resiente: el 50% recibe ayuda para enfrentar problemas de salud mental*. Recuperado de https://www.oliverwyman.es/es/media-center/2023/aug/el-bienestar-emocional-de-la-generacion-z-se-resiente--el-50--re.html

Curriculum

Psicóloga de la Universidad Santo Tomás (Bogotá, Col.). Especializada en pedagogía y docencia de la Fundación Universitaria del Área Andina. Ganadora del premio Pablo Rispo de psicología, 2014. Mg. en Psicología clínica y de la salud de la Universidad Atlántico de Barcelona y Universidad Internacional Iberoamericana de México. Coordinadora de la Revista DiversidadEs de la Fundación DiversidadEs. Autora de diversos artículos científicos y de libros como “Análisis existencial en la escuela de la Restricción al encuentro creativo”, “Lágrimas furtivas”, “Polo a Tierra”, “Memorias de la tribulación” y “Cartas de Manuela Zimmerman”.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-2150-2056

Correo de contacto:

julilizcano801@gmail.com

Fecha de entrega: 1/7/2025
Fecha de aceptación: 28/7/2025