

El humanismo una filosofía esencial para el desarrollo humano

Loo-Morales Irene

Maestra en Psicología. Facultad de Estudios Superiores Zaragoza-Universidad Nacional Autónoma de México. México

"Nadie puede escoger sabiamente una forma de vida sin atreverse a escucharse a sí mismo en cada momento de su existencia"

Abraham Maslow, 1971

La experiencia de trabajar en una institución educativa con jóvenes en etapa de formación ha sido fundamental, para el análisis y reflexión acerca de cómo las personas enfrentan una gran variedad de problemas sociales, entre los que destacan el individualismo, la violencia, la agresión y la deshumanización, en una sociedad actual que demanda un continuo desgaste y automatización, que en conjunto amerita resoluciones asertivas y una conciencia plena de disfrutar y desempeñar los diversos roles sociales del ser persona.

En este contexto, el humanismo cobra especial importancia como parte de una filosofía personal, base significativa para reorientar la vida, crecer y desarrollarse como personas.

Para comprender qué es el humanismo como filosofía, es pertinente el abordaje de los conceptos de filosofía, filosofía personal, perspectivas filosóficas del humanismo y desarrollo humano de las personas.

La filosofía literalmente significa amor a la sabiduría, su propósito es la búsqueda de razones fundamentales, de todo aquello que es susceptible de ser conocido; respecto a su naturaleza y fines se ocupa de: la teoría y límites del conocimiento, el propósito de la vida humana, la naturaleza del ser y la realidad.

La filosofía personal implica ese amor a la sabiduría, requiere adquirir conocimiento de la lógica, la estética y las teorías epistemológicas; es el aprendizaje, introyección y comprensión de los valores del ser real como humano. De un ser real que existe, razona y es potencial de vida, que recibe la influencia de costumbres socioculturales y religiosas, que aunadas a sus creencias personales le dan un significado muy particular a su vida.

La filosofía personal se matiza con elementos de la evolución histórica, esencia del ser humano; con el valor supremo del ser social del hombre como individuo trascendente, hecho de relaciones interpersonales variadas que le mantienen en equilibrio estable y dinámico a base de ser íntegramente humano y amoroso. La definición misma de este ser, es el amor, la persona humana necesita amar y ser amada, este valor supremo es el integrador de los demás.

El amor es aprender a sentirlo y expresarlo con todos nuestros sentidos, es un arte que se construye y refleja en el crecimiento personal y en la madurez de la vida afectiva de cada persona, familia y sociedad, con los cuales se constituye el entorno vital.

El saber qué es la persona, se asocia al existencialismo, la fenomenología y el estructuralismo; como tal, el

Correspondencia:

Marcos Carrillo 271, Colonia Viaducto Piedad, México, DF 08200. Teléfono: 56230654.

Dirección electrónica: ireneloo@servidor.unam.mx; ireneloo@prodigy.net.mx

existencialismo es la perspectiva filosófica europea que destaca la importancia de la libertad y responsabilidad del hombre; en la fenomenología, se hace énfasis de la conciencia y las experiencias subjetivas, la realidad es según la percepción de cada individuo; el estructuralismo es la perspectiva filosófica que considera que la tarea de la psicología es comprender la estructura de la mente.

Respecto a la perspectiva filosófica del humanismo, las aportaciones fundamentales y conceptos teóricos básicos proceden de tres principales exponentes, la psicología de la conciencia de William James, la perspectiva centrada en la persona de Carl Rogers y el Significado de Vivir (Logoterapia) por Frankl VE.

En la postura de William James,¹ se define el sí mismo (self), como la continuidad personal que reconocemos cada vez que despertamos, es más que identidad personal, es el sitio donde se originan todos nuestros procesos mentales y a través del cual se filtran todas nuestras experiencias. Lo clasifica en: a) self material, comprende los aspectos de identidad como persona (cuerpo, casa, posesiones, familia y amigos), en un sentido más amplio es la suma total de todo lo que puede llamarse suyo; b) self social, es la adquisición de hábitos personales que forman el fundamento de sus relaciones, son como amortiguadores que ofrecen relaciones seguras y predecibles, facilitan la interacción constante, la conformidad cultural y la expresión individual; c) self espiritual, se refiere al ser interior y subjetivo del individuo como un elemento activo de la conciencia, es la fuente de atención, el esfuerzo y la voluntad.

Carl Rogers,² aporta los siguientes preceptos: a) Las personas se definen a sí mismas mediante la observación y la evaluación de sus propias experiencias, las realidades constituyen asuntos privados a los que sólo pueden acceder los propios individuos; b) La esfera

de la experiencia, es todo lo que sucede por dentro de la envoltura del organismo en cualquier momento y encierra la posibilidad de acceder a la conciencia, es subjetiva, selectiva e incompleta y está sujeta a limitaciones de tipo psicológico; c) El self real, entidad inestable y mutable, proceso o sistema que cambia constantemente, es la forma en que las personas se entienden a sí mismas con base en sus experiencias y a las expectativas del futuro; el self ideal, es el modelo hacia el cual se dirigen todos los esfuerzos, en la medida en que difiere de la conducta y los valores del self real, inhibe la capacidad de desarrollo individual y puede convertirse en un obstáculo para la salud personal; d) Tendencia a la actualización, forma parte de su naturaleza, es el impulso que se aprecia en todas las formas de vida orgánica y humana, expandirse, extenderse, adquirir autonomía, desarrollarse y madurar, es la tendencia a expresar y activar todas las capacidades del organismo en la medida en que enriquezca al organismo o al self; f) Los términos de congruencia e incongruencia, denotan el grado de equilibrio entre la comunicación, la experiencia y la conciencia; existe incongruencia cuando el concepto de sí mismo y la experiencia están en desacuerdo; g) Las condiciones de valor son conductas o actitudes mediante las cuales se niegan ciertos aspectos del yo, estas condiciones son necesarias para obtener amor y respeto; h) Persona plena y funcional, es un individuo alerta a los movimientos del propio self, sus características distintivas son apertura a la experiencia, vivir el presente, confianza y seguridad en sus juicios intuitivos y necesidades interiores.

Una persona plena y funcional se vale del self para expresarse, su experiencia le facilita la adaptación psicológica óptima, su congruencia es completa, tiene apertura incondicional a la experiencia, vive el presente, confía en sus necesidades internas y en los dictados de su intuición; es la persona

que ofrece más esperanzas en el loco mundo de hoy, en el cual podría terminar arrasado; es aquella persona que utiliza a plenitud su conciencia, es decir, conoce mejor que nadie lo que sucede en su interior.

El tener conciencia de sí mismo, es tener conocimiento de la naturaleza interior y actuar de acuerdo a ella, decidir por sí mismo con independencia de los pensamientos de los demás, responder con honestidad y responsabilidad por los propios actos y buscar las respuestas en sí mismo.

La logoterapia por Frankl V,³ escuela vienesa de psicoterapia, se centra en el significado de la vida humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del hombre; la primera fuerza motivante en el hombre, es la lucha por encontrar un sentido a su propia vida, encontrar la voluntad de sentido en contraste con el principio del placer, y la voluntad de placer en contraste con la voluntad de poder. El sentido de la vida es una fuerza primaria y no una racionalización secundaria de sus impulsos instintivos, ese sentido es único y específico en cuanto a que es uno mismo, y uno solo quien tiene que encontrarlo, únicamente así logrará alcanzar el hombre un significado que satisfaga su propia voluntad de sentido.

Sus conceptos fundamentales son: a) Frustración existencial, el término existencial puede referirse, a la propia existencia (modo de ser específicamente humano), al sentido de la existencia (un por qué para vivir) y al afán de encontrar un sentido concreto a la existencia personal (voluntad de sentido). La frustración existencial se traduce en neurosis, se denomina noógena y tiene su origen no en lo psicológico, sino en la existencia del ser humano; la neurosis noógena no nace de los conflictos entre impulsos e instintos, sino de los conflictos entre principios morales distintos; b) Noodinámica, un requisito indispensable para la salud mental, es la tensión existente entre lo que se ha logrado y lo que no se ha conseguido.

do, o el vacío entre lo que es y lo que debiera ser; c) Vacío existencial, puede comprenderse con base a la doble pérdida que el hombre ha soportado desde que se convirtió en un verdadero ser humano, por un lado, carece de los instintos básicos que le confieren seguridad en cuanto a lo que ha de hacer; y por otro, de las tradiciones que le habían servido de contrafuerte a su conducta y que le indican lo que debe hacer. En ocasiones, desea hacer lo que otras personas hacen (conformismo) y en otras, hace lo que otras personas quieren que haga (totalitarismo); d) Sentido de la vida, es una situación vital que representa un reto para cada ser humano, en el que debe resolver la cuestión del significado de su propia vida, la esencia íntima de su existencia humana está en su capacidad de ser responsable; e) Esencia de la existencia, es un intento por hacer al hombre plenamente consciente de sus responsabilidades, en las que el mismo decide por qué, ante qué o ante quién debe interpretar como vital su responsabilidad.

Dichas aportaciones fundamentales y básicas del humanismo bajo los conceptos de la conciencia, la persona y el significado de vivir; invitan a reflexionar y comprender la trascendencia del desarrollo humano en las personas, reconsiderar el valor del ser humano en un mundo donde existen otros seres humanos en la misma búsqueda de satisfactores a las necesidades que como tal requieren.

Bajo esta perspectiva del movimiento humanista, surge la concepción teórica de Desarrollo Humano, en esta corriente el ser humano es considerado como una unidad en constante evolución, con determinación y responsabilidad, en continua relación consigo mismo y con su entorno; se fundamenta en los valores personales y universales para la adaptación en una sociedad cambiante, con eficacia y orientación personal y social en la resolución de problemas y toma de decisiones.⁴

Es un proceso de autodescubrimiento, crecimiento, humanización y conquista de libertad; representa el esfuerzo del hombre por conquistarse a sí mismo, a través de la iluminación de su inteligencia y fortalecimiento de la voluntad, como resultado del amor hacia los demás; para lograr su desarrollo personal, el hombre requiere de una evolución constante de las dimensiones física, cognoscitiva, emocional y social, de valores personales y funciones realizadas hacia conductas o estadios de mayor calidad o superiores, que lo dimensionan como ser humano y lo hacen ser una persona consciente de sus implicaciones.⁵

La noción de ser hombre, es considerar a un ser vivo que posee una unidad anatómico funcional perfecta, totalmente diferente a todos los seres vivos, con originalidad de persona única e irrepetible; con una vida psíquica interior manifestada por funciones específicamente humanas, como razonar, hablar, sentir, imaginar, crear y conocer, que le permiten transformar el medio en que vive, acumular experiencias y convivir en una familia y sociedad con lazos que le vinculan y le dan seguridad y pertenencia.

Como persona es un auténtico y original proyecto de vida, nace con un gran repertorio de disposiciones y capacidad de aprender nuevas conductas variadas y complejas, con el tiempo puede desarrollar y perfeccionar sus propios ideales, sentimientos y afectos hacia quienes aprecia y cuida, con los cuales comparte necesidades de subsistencia básica, de socialización y personalización que satisface sólo con su especie. Por ello, tiene la posibilidad de construir metas y buscar un futuro acorde a ellas, para adquirir su propia identidad y desarrollar sus capacidades y potencialidades.

Es responsabilidad de toda persona desde la concepción de ser humano, crecer y desarrollar sus funciones específicamente humanas para definir su identidad y personalidad; tener

un proyecto vital claro con un sentido y significado congruentes entre lo que se hace y para qué se hace; reforzar la estima, concepto e imagen corporal a fin de aceptarse y respetarse tal y como es; mejorar su competencia comunicativa y estar bien consigo mismo y con su entorno, consciente de las implicaciones socioculturales de género y rol social, que le permitan un desarrollo personal, profesional y social.

En resumen, Frankl⁶ describe en su concepción de la Logoterapia 10 tesis sobre la persona:

1. La persona es un individuo, es algo que no admite partición; no se puede subdividir o escindir, porque es una unidad.
2. La persona no es sólo un *in-dividuum*, sino también *in-summabile*; no se puede partir ni tampoco agregar; no es sólo unidad, también es totalidad.
3. Cada persona es absolutamente un ser nuevo.
4. La persona es espiritual; la función del organismo es por lo pronto instrumental y más allá expresiva, necesita su organismo para actuar y expresarse, en ese sentido, constituye un medio para un fin y como tal tiene un valor utilitario; el concepto opuesto es la dignidad que le corresponde en forma natural, independientemente de toda utilidad social o vital.
5. La persona es existencia, existe de acuerdo a su propia posibilidad, ser humano es ante todo, ser profundamente libre para ejercer su responsabilidad a favor o contra lo que decida; la persona no está determinada por sus instintos sino orientada hacia el sentido, no aspira al placer, sino a los valores.
6. La persona es yoica, es un sujeto con identidad propia, con un ego distintivo y exclusivo.
7. La persona no es sólo unidad y totalidad en sí misma, sino que brinda unidad y totalidad.

8. La persona es dinámica, por su capacidad de distanciarse y apartarse de lo psicofísico se manifiesta en lo espiritual; existir, significa salirse de sí mismo y enfrentarse consigo mismo.
9. La persona es capaz de trascender y enfrentarse consigo mismo; no tiene un mundo que todo lo abarca, sólo un medio ambiente.
10. La persona no se comprende a sí misma, sino desde el punto de vista de la trascendencia; el hombre es tal, sólo en la medida en que se comprende desde la trascendencia, también es sólo persona en la medida en que esta trascendencia lo hace persona (conciencia).

Referencias bibliográficas

1. William J. La Psicología de la Conciencia. En Teorías de la Personalidad James Fadiman y Robert Fragar: University Press. 2ª edición. México: 292-297.
2. Rogers C. Carl Rogers y la Perspectiva Centrada en la Persona. En Teorías de la Personalidad. Fadiman J, Fragar R: University Press. 2ª edición. México: 418-428.
3. Frankl VE. El hombre en busca de sentido. Herder, Barcelona.
4. Aspe AV, López de Llergo AT. Hacia un Desarrollo Humano: Valores, Actitudes y Hábitos. Limusa, México.
5. Reséndiz RM. Desarrollo Humano y Calidad-Valores y Actitudes. Limusa, México: 25.
6. Frankl VE. Diez tesis sobre la persona. En Reséndiz RM. Desarrollo Humano y Calidad-Valores y Actitudes. Limusa, México: 22-23. 