

EL ANÁLISIS AXIOLÓGICO COMO PROCESO SIGNIFICATIVO DE LA PSICOTERAPIA

Dr. Hernán Lanosa

Abstract

The study of human values has realized the importance of personal development and guiding behavior.

Rigorous research by Schwartz (1987, 1992 , 2000, 2004) implies a milestone in the field, since it shows that there are values that are replicated in different cultures which can be generalized . Such scientific finding opens the possibility for further study of human values , as well as generating processes, tools, techniques, and approaches that can enrich the work of psychology in general and psychotherapy particularly. This paper aims to present the proposal of "Axiological Analysis" which is nothing more than the analysis of personal values as a significant instance in the psychotherapeutic process.

Keywords: Human values, personal development

Resumen

El estudio de los valores humanos ha dado cuenta de la importancia que tienen en el desarrollo personal, ya que orientan la conducta. La rigurosa investigación realizada por Schwartz (1987, 1992, 2000, 2004) implica un hito en la materia, ya que la misma pone de manifiesto que hay valores que se replican en las diferentes culturas y que pueden generalizarse. Tal hallazgo científico abre la posibilidad para profundizar en el estudio de los valores humanos, así como también de generar procesos, instrumentos, técnicas y abordajes que enriquezcan el trabajo de la Psicología en general, y de la Psicoterapia de manera particular. Este trabajo tiene como finalidad presentar la propuesta del “Análisis Axiológico”, que no es otra cosa que el análisis de los valores personales, como una instancia significativa en el proceso psicoterapéutico.

Palabras Claves: Valores, Autenticidad, Proyecto de vida, Análisis Axiológico, Psicoterapia

Introducción

El espacio psicoterapéutico supone un lugar en donde el tiempo cronológico del mundo objetivo da paso a un tiempo otro y diferente, el tiempo subjetivo.

Es desde el tiempo subjetivo del consultante que se intentará acompañar a este en su mejor desarrollo, fijando objetivos consensuados y abriéndose paso a la trascendente aventura de la Psicoterapia.

Ocurre también que muchas veces la evolución del consultante queda “varada” por diferentes motivos. Características de la personalidad, trastornos psicológicos, experiencias traumáticas, situación socio-económica y cultural, pueden ser condicionantes a la hora de favorecer el desarrollo personal.

Pero lo que acontece de manera general en una Psicoterapia es un encuentro de dos personas que persiguen un mismo objetivo: la mejor realización del que consulta.

Los modos, las formas y la metodología de cómo llevar adelante semejante objetivo depende de muchas variables, las cuales pueden resumirse en la idea de que la psicoterapia individual es una ecuación con dos incógnitas: X para el que consulta e Y para el terapeuta (Frankl, 1990).

A la hora de pensar el desarrollo personal del que consulta, la construcción de un proyecto de vida auténtico y significativo pasa a ser una cuestión fundamental. Dar cuenta del proyecto de vida del paciente, implica de manera necesaria conocer cuáles son los valores que guían su conducta y cómo es que está pudiendo expresar esos valores en su cotidianeidad.

Ahora bien, considerando que los valores son guías que orientan la conducta del individuo, lograr “estandarizar” un proceso que posibilite conocer cuáles son los valores con los que se identifica la persona y si logra o no manifestarlos en su vida cotidiana, supone un tema de alta relevancia para la Psicología en general y para la Psicoterapia de manera particular.

Por tanto, esta propuesta tomará como punto de partida el trabajo fundamental realizado por Shalom Schwartz (1992) en referencia a los valores transculturales con el objetivo de presentar un proceso que posibilite conocer qué valores son importantes para el que consulta y con qué frecuencia puede expresarlos.

Para llevar adelante esta propuesta se introducirá conceptualmente la idea de valor desde la que se parte, para dar luego paso a presentar los diez valores transculturales descubiertos por Shalom Shwartz. Posteriormente a esto, se expondrá la importancia de la manifestación cotidiana de valores en la construcción del proyecto de vida personal, para dar paso a la presentación formal de la técnica desarrollada para llevar a cabo el “Análisis Axiológico”.

Desarrollo

El Análisis Axiológico y el concepto de valor

Por “Análisis Axiológico” se entiende al proceso estandarizado mediante el cual el profesional pone bajo análisis la importancia y la puesta en acto de los valores del consultante, a fin de acompañarlo en la construcción de un proyecto de vida auténtico y significativo

La definición anteriormente expuesta en referencia al Análisis Axiológico pone en evidencia la importancia medular de los valores en este proceso. Pero que es un valor?

Para sortear tal interrogante es oportuno introducir la definición desarrollada por Schwartz & Bilsky (1987) Para estos autores el valor es el concepto que tiene un individuo o persona de un objetivo (terminal-instrumental) transituacional, que expresa intereses (individuales, colectivos, o mixtos) concernientes a un dominio motivacional (placer, poder, benevolencia...) y que es evaluado en un rango de importancia (muy importante - sin importancia) como principio rector de su vida.

La definición arriba expuesta, pone en evidencia algunas cuestiones fundamentales que no hay que perder de vista a la hora de pensar el fenómeno de los valores.

- Los valores son objetivos: nos marcan un rumbo
- Los valores exceden la situación particular
- Los valores tienen jerarquías
- Los valores orientan nuestra conducta

Otra referencia ineludible a la hora de conceptualizar sobre valores es la de Milton Rokeach (1918-1988). Este autor sostiene que hay básicamente dos tipos de valores. En principio están los valores terminales que son los que responden a las necesidades y al desarrollo de la existencia humana. Este tipo de valores se divide a su vez en dos. Por una parte los personales donde se puede ubicar a valores como autorrealización, felicidad, armonía, etc.; y por otra parte están los valores sociales que incluyen a valores como la seguridad nacional, la igualdad social, etc.

Por su parte, los valores instrumentales son un medio para alcanzar los fines de la existencia humana. O sea un medio para lograr expresar los valores terminales. También se dividen en dos. Los valores morales que contiene a valores como la honestidad, la responsabilidad y los valores de competencia donde se alojan valores como la eficacia, la creatividad, etc. (Rokeach, 1973).

Es de destacar como en ambas conceptualizaciones de los valores, la idea fundamental va en relación a que los mismos orientan la conducta individual, y que la expresión de los mismos constituye el proyecto de vida personal.

La escena social, la cotidianidad y el proyecto de vida

Es una cuestión evidente que la escena social promueve variables que funcionan como referencias, anclajes, límites y continente de cada persona. Estas van a ir delimitando el “estilo de vida”, o sea la forma de vivir, de cada persona. Y el estilo de vida en este siglo XXI en las grandes urbes parece conservar algunas características que son dignas de remarcar. A saber: la exacerbación individualista y egocéntrica en desmedro de las acciones de tipo cooperativistas, la alienación imperante en pos de una demanda “histórica” que nunca se satisface y que empuja al consumo, la velocidad y el apuro reinante hacia una carrera “alocada” con una meta no siempre elegida ni auténtica, y la falta de auto-reflexión que posibilite un cambio para re-encausar el proyecto de vida personal (Lanosa, 2013).

Resulta oportuno destacar como los medios y las nuevas formas de comunicación están poniendo de manifiesto una nueva manera de relación humana: la de los vínculos virtuales. Estas nuevas formas de vincularse y comunicarse parecen producir en una gran parte de la población urbana efectos colaterales, como ser la disminución de las vivencias personales, la pobreza comunicacional en los encuentros cara a cara, y hasta el aumento de las características ansiógenas en el ser del siglo XXI; el cual vive sumergido en una nueva realidad. La virtual.

En tal sentido es que el tratamiento psicoterapéutico puede funcionar como un soporte des-alienante de las variables sociales impuestas, apelando a la auto-reflexión desde una perspectiva auténtica y deseante, que permita construir un proyecto de vida significativo sobre una puesta en acto de valores.

La cuestión del proyecto de vida, es para la Psicología Existencial un tema fundamental a la hora de buscar la superación personal. Pérez Jáuregui (2009) define al proyecto de vida de la siguiente manera: “... *el proyecto de vida es una construcción dinámica que se va dando a lo largo de la vida, de una imagen de sí mismo y del mundo, expresivas del sentido y significado que va adquiriendo la existencia*” (Pérez Jáuregui, 2009, p.32).

Ahora bien, desde la fenomenología, lo cotidiano implica una experiencia no categorizada por el sujeto. Y entonces, ¿cómo se puede definir a la cotidianidad?

Una vez más, Pérez Jáuregui (2009) responde al interrogante antes planteado al decir que: “...*es la experiencia inmediata que los hombres tienen en un tiempo y espacio vividos acerca de sus relaciones con el mundo y con los otros. Se refiere, por lo tanto, a sus condiciones concretas de existencia*” (Pérez Jáuregui, 2009.p.15).

De tal manera que si la manifestación de valores cotidiana no está en sintonía con la escala jerárquica de valores que cada individuo posee, se puede afirmar que se estaría expresando un proyecto de vida inauténtico.

Por tanto, es función esencial de la Psicoterapia el acompañar al consultante en pos de re-encausar su proyecto de vida a partir de una revisión o análisis de la importancia asignada y la puesta en acto de sus valores.

Los valores transculturales

Una de las instancias más sobresalientes y fundamentales en lo que refiere al estudio del fenómeno axiológico y que se toma como referencia para este trabajo, es la propuesta de Shwartz (1992, 1994, 2001).

Este teórico e investigador especializado en valores, realizó un estudio en más de 40 países, donde encontró que había diez valores que se replicaban en todas las culturas estudiadas.

Para este autor, los valores representan las respuestas que las personas y los grupos deben dar a 3 requisitos universales: (a) las necesidades de los individuos en su condición de seres biológicos, (b) la coordinación de las acciones sociales y (c) el funcionamiento correcto y la supervivencia de los grupos (Schwartz, 1994).

Los diez valores transculturales descubiertos por Schwartz (1994) son los valores de poder, logro personal, hedonismo, universalismo, benevolencia, auto-dirección, estimulación, tradición, seguridad y conformidad.

Ahora bien, estos valores se hallan a su vez relacionados y pueden tener consecuencias psicológicas, prácticas y sociales que pueden entrar en conflicto; por ejemplo, llevar a cabo conductas relacionadas con los valores de logro, pueden entrar en conflicto con el valor benevolencia. Así, los valores forman un circuito de motivaciones relacionadas, donde la persona manifiesta sus valores dándole un **sentido** determinado al curso de su vida (Schwartz, 1994).

Vale agregar que si bien el proceso del Análisis Axiológico toma el trabajo de los valores transculturales de Shwartz (1994), incluye también dos variables más por considerarlas a estas como referencias fundamentales y guías a la hora de orientar la conducta de los individuos. Estas dos variables son los valores de la espiritualidad que aluden a o Uno y lo divino, y el amor que supone un objetivo de máxima para llevar adelante una vida significativa.

La técnica del Análisis Axiológico

La primera parte de este proceso apunta a verificar que valores son los que manifiesta con frecuencia el consultante.

A tal efecto es que se dispone de un cuestionario “Puesta en Acto de Valores Personales”, el cual está diseñado con el soporte del PVQ de Shwartz, pero que no busca medir la identificación de los diez valores transculturales, sino de revisar la puesta en acto de esos diez valores

transculturales, sumados a los los valores de espiritualidad y del amor. A modo de ejemplo:

| | Con mucha frecuencia | Con frecuencia | Algunas veces | Pocas veces | Casi nunca | Nunca |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| En mi vida suelo ayudar a la gente que me rodea. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tengo ideas nuevas y suelo expresar mi creatividad. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Lo que sigue a continuación de este cuestionario que permite conocer la manifestación de valores personales en el consultante, es identificar el nivel de importancia que el consultante le asigna a cada uno de los valores. A tal efecto es que primero se le brinda al consultante la información pertinente (Psicoeducación) sobre cada uno de los valores que sostienen este proceso, para luego solicitarle que asocie este valor con una actividad que realice o conozca. A modo de ejemplo:

- ¿Qué tan importante es para Ud. gratificarse? Fundamente y ejemplifique con alguna/s actividad/es por favor.
- ¿Qué tan importante es para Ud. el contacto con la naturaleza? Fundamente y ejemplifique con alguna/s actividad/es por favor.

Posteriormente a la importancia asignada a cada uno de los valores, se busca conocer como está organizada la semana del consultante a nivel actividades, a fin de que este pueda dar cuenta de las actividades necesarias e importantes que realiza cotidianamente. Este paso es fundamental para conocer la capacidad de maniobra a la hora de promover cambios superadores en el consultante.

Como primer paso se pide al consultante que complete una grilla con sus actividades. A modo de ejemplo:

Revisando la manifestación cotidiana

| | Lunes | Martes | Mierc | Jueves | Viernes | Sab | Dom |
|---------|-------|--------|-------|--------|---------|-----|-----|
| 8 horas | | | | | | | |

Luego y en función a sus actividades se le propone que piense cuales son necesarias y cuales importantes.

- ¿Qué actividades que realiza en la semana considera necesarias?
- ¿Qué actividades que realiza en la semana considera importantes?

Por último y luego de obtener la información sobre la manifestación cotidiana de los valores desde el Cuestionario P.A.V (Puesta en Acto de Valores), el nivel de importancia asignado a los mismos y la revisión de las actividades cotidianas en el consultante, se busca interpelar al mismo para “afinar” el nivel de importancia asignado a cada uno de los valores, con su

manifestación cotidiana. A modo de ejemplo va un ítem del último de los cuestionarios “Promoviendo cambios”:

- A Ud. le parece importante gratificarse en la vida. Sin embargo no parece que lo pueda hacer con buena frecuencia. Entonces: ¿Considera que tal falta de gratificación influye en su vida? ¿De qué manera? ¿Podría pensar, acorde a sus posibilidades, en cómo suplir esa falta?

Este cuestionario apunta a cerrar el proceso para la toma de conciencia por parte del consultante de qué valores le parecen importantes, con qué actividades se asocian, qué expresión hace de esos valores y cómo puede lograr una puesta en acto superadora.

Conclusión

Se ha introducido este trabajo haciendo referencia a la importancia que tienen los valores en la conformación del proyecto de vida personal.

Durante el desarrollo se conceptualizó sobre la idea de valores, dejando en claro que son estos los que orientan la conducta de las personas.

Así mismo se planteó que la manifestación de los valores personales se da dentro de una escena social determinada, y que en este siglo XXI y en lo que hace a los grandes centros urbanos tiene connotaciones particulares que van desde cambios en los medios y en las formas de comunicación, hasta una nueva forma de vincularse: los vínculos virtuales. Todo bajo el vértigo que implica la brutal velocidad que los tiempos proponen. Esta escena que resulta de las cuestiones antes descritas, delimitan la forma de expresión o el estilo de vida de cada sujeto.

Las formas sociales son condicionantes y continentes de la manifestación personal cotidiana, pero no son determinantes en la conformación del proyecto de vida, el cual se va conformando a partir de la manifestación de valores, y el cual puede ser revisado, re-significado y re-encausado en pos de la superación personal. Esto implicaría una posición nueva y elevada. Una postura ética.

Y es aquí donde la Psicoterapia tiene un nuevo y gran desafío que no es otro que brindar su cobijo ante la brutal demanda cotidiana, metiendo una pausa que invite a la auto-reflexión y que permita un salto cualitativo en el consultante.

Por tanto es deseable que la psicoterapia como espacio habilitante para la superación individual y vincular, tome consciencia de la trascendencia que implica el poder revisar la cuestión de los valores con el/los consultante/s, y en este sentido es que se propone al “Análisis Axiológico” como proceso estandarizado significativo en la Psicoterapia.

References:

- Frankl, V. (1983). *La psicoterapia al alcance de todos*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1988). *La Voluntad de Sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1990). *Ante el vacío existencial*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2000). *Fundamentaciones y aplicaciones de La Logoterapia*. Buenos Aires: San Pablo.
- Frankl, V. (2001). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Fromm, E. (2002). *El arte de amar*. Buenos Aires: Paidós.
- Fromm, E. (2008). *La vida auténtica*. Buenos Aires: Paidós.
- Lanosa, H. (2013). *Valores y proyecto de vida*. Buenos Aires: UFLO.
- Martínez Ortiz, E. (2009). *Buscando el sentido de la vida*. Bogotá: Colectivo Aquí y Ahora.
- Pérez Jáuregui, I. (2009). *Proyectos de vida: La pregunta por el sentido en nuestra experiencia cotidiana*. Buenos Aires: Psicoteca.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. NY: Free Press.
- Schwartz; S & Bilsky; W. (1987). *Toward a universal Psychological Structure of Human values*. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 53, 550-562.
- Schwartz, S. (1992). *Universals in the content and structure of values*. New York: Academic Press.
- Schwartz, S. & Sagie, G. (2000). *Value consensus and importance: A cross national study*. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31 (4), 465-497.
- Schwartz, S. (2001). *¿Existen aspectos universales en la estructura y contenido de los valores?* Madrid: Biblioteca Nueva.
- Schwartz, S. (2011). *Cultural and Individual*. *Fundamental questions in cross-cultural psychology*. (pp. 463-493). xii, 590 pp. New York, NY, US: Cambridge University Press; US.
- Schwartz, S. (2012). *Studying values: Personal adventure, future directions*. *Source Journal of Cross-Cultural Psychology*. Vol.42 (2), Mar 2011, pp. 307-319.