

# LOS FACTORES EXISTENCIALES

El Análisis existencial de Viktor Frankl está fundamentado en tres pilares: la libertad de voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de la vida.

- La **libertad de voluntad** significa ser libre de ideas impuestas y determinadas, como mantener una actitud propia delante de la vida, sin imposición de condiciones. Aun con los condicionamientos psíquicos y físicos, a los cuales estamos expuestos, es posible mantener la libertad de voluntad debido a la capacidad de pensar libremente lo que queremos, así, nos auto-trascendemos y nos ubicamos como queremos delante de la vida.
- La **voluntad de sentido** o deseo de sentido o motivación primaria, es el interés del ser humano por el significado de su vida. Aparece independiente de las dificultades a las cuales está expuesto, en la búsqueda de su meta. Entretanto, en algunos momentos, puede ocurrir una sensación de pérdida de sentido, que puede ser un incentivo para que el ser humano, de forma creativa, vaya en busca de su sentido.
- El **sentido en la vida** es diverso en cada situación, de persona a persona y de momento a momento, es único, intransferible e insustituible, como una misión en la vida que, a cada uno, cabe realizar de modo singular. Solo la propia persona sabrá cómo encontrarlo.

Existen tres caminos para el encuentro del sentido, por medio de la realización de valores existenciales:

- la capacidad de amar. Amar contemplado como vivenciar algo o a alguien, de modo intencional y singular. Es una situación de valores vivenciales.
- la capacidad de trabajar. Trabajo como la creación de una obra ofrecida al mundo, esto configura los valores creativos.
- la capacidad de soportar el sufrimiento y transformarlo en una realización caracterizada por el coraje y la dignidad, es decir, valores de actitudes.

El Análisis Existencial resulta de gran importancia en el abordaje de la comprensión del ser humano. La principal idea que se comparte en el enfoque existencialista es la comprensión del ser humano como ser en el mundo, poniendo énfasis en la visión del ser con otros.

La fenomenología juega un papel importante en la comprensión del ser humano, en el que se destacan según Spinelli (2005), primero, su intento de construir significados con el fin de dar sentido a las experiencias de vida que tenemos; segundo, todos los seres humanos somos movidos por intencionalidades; tercero, esta intencionalidad implica una interrelación del yo con el mundo, pues ningún significado puede ser plenamente “objetivo”; cuarto, intentar entender los significados que se generan en las interrelaciones con el mundo que pueden generar algún tipo de angustia, ya que es imposible comprender dichos significados; y quinto, la angustia despertada, según lo mencionado anteriormente, se profundiza en la conciencia de nuestras limitaciones como seres-en-el-mundo.

**Referencia:**

*Lizcano Roa, Julie Paola. (2014) El Análisis Existencial en la escuela: de la restricción al encuentro creativo.*

*Revista Psicología desde el caribe. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21332837010.pdf>*

*Guache da Silva Machado, A.; Lopes Taquari, K.; Brait Lima, A.; da Silva Oliveira, S.; de Oliveira Santa Rosa, D. (2014) Sentido de la vida del estudiante de enfermería frente a la primera práctica hospitalaria.*

*Revista Ética de los Cuidados. Ciberindex. Recuperado de: <https://www.index-f.com/eticuidado/n14/et9575e.php>*