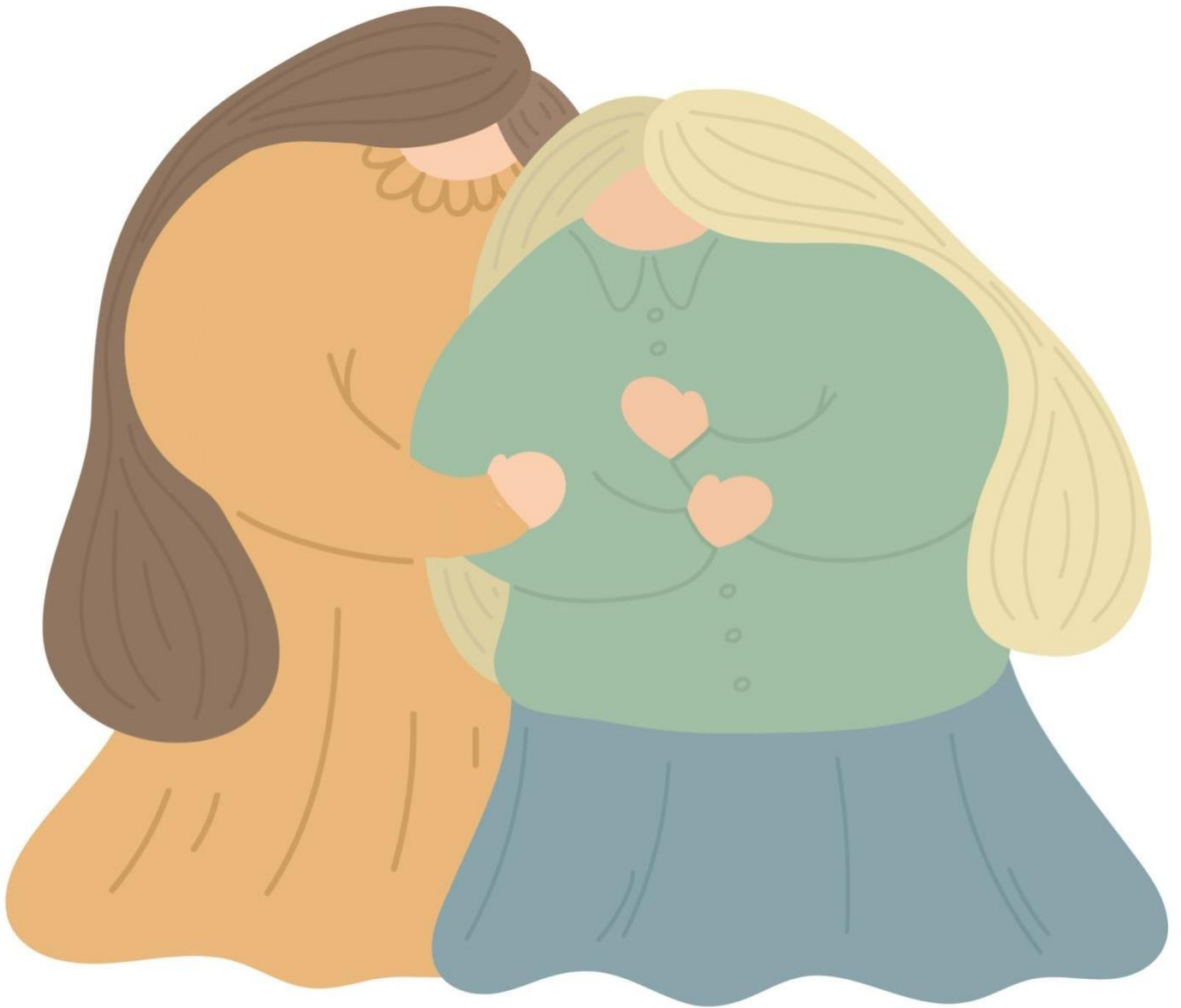


La autotrascendencia

como recurso movilizador del profesional psicosocial



Boletín N° 2. Marzo de 2022

Viviana Andrea Arboleda Sánchez

Psicóloga, Maestrante en Psicología Clínica

Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas (PAPSIVI)

La autotrascendencia como recurso movilizador del profesional psicosocial



La psicoterapia del sentido de la vida, más conocida como logoterapia, refiere que los seres humanos solamente existimos en la medida que nos dirigimos hacia algo o alguien más allá de nosotros mismos (Pattakos & Dudon, 2017/2018).

Viktor Frankl, padre de la logoterapia, propuso el término autotrascendencia para definir a aquella capacidad exclusivamente humana de salir de sí mismo para resonar afectivamente con el mundo y con los otros, entregándose a una misión o tarea (Martínez et al., 2015). Solamente a través de la autotrascendencia es posible descubrir el sentido de la vida, es decir, un para qué vivir, conectado con algo valioso que está en el mundo o que nosotros mismos creamos.

Los profesionales psicosociales desempeñamos todo el tiempo tareas que nos permiten dar de nosotros mismos a los otros y al mundo. Casi a diario nos encontramos con personas que precisan de nuestro apoyo. Escuchar sus historias de dolor mueve las fibras de nuestro corazón, lo cual es una demostración de nuestro altruismo y empatía.

Aunque la labor psicosocial constituye también nuestra actividad laboral, verla como algo más que un empleo o medio de sostenimiento económico nos permite vivenciar cada día como una oportunidad para dar de nosotros mismos a quienes lo necesitan y aportar a la construcción de un mundo más pacífico.

Con base en lo anterior, en este documento te invito, a través de preguntas orientadoras, a autoobservarte en tu labor de profesional psicosocial, identificando qué es lo que te moviliza a llevarla a cabo y cómo puedes verla desde la mirada de la autotranscendencia.

Ordena de 1 a 5, por favor, las siguientes opciones, siendo 1 la principal y 5 la última:

La principal razón por la que yo trabajo como profesional psicosocial es:

- ___ El salario, creo que me pagan bien.
- ___ La imagen que me genera ante otros.
- ___ La oportunidad que me brinda de ayudar a otras personas.
- ___ El conocimiento que me otorga.
- ___ La experiencia que me ofrece para un mejor empleo o un ascenso.

Agrega una descripción basada en tus respuestas anteriores de

lo que te moviliza a llevar a cabo tu labor como profesional psicosocial:

De acuerdo con la autotranscendencia, la oportunidad que nuestra actividad nos brinda de ayudar a otras personas debería ser nuestra principal razón movilizadora. Esto no quiere decir que el salario, la experiencia y el conocimiento no sean importantes. Cuando buscamos un empleo, las personas esperamos ser remuneradas económicamente y tener un medio de sostenimiento, mientras adquirimos experiencia y nuevos aprendizajes. Sin embargo, si lo que principalmente buscamos es contribuir a los otros y al mundo, logramos conectar nuestro trabajo con nuestro sentido de vida, lo cual nos permitirá permanecer en él cuando enfrentemos dificultades, como adversidades personales o de la organización para la que trabajamos.

A partir de esta premisa, te invito a dar respuesta a las siguientes preguntas:

Cuando por alguna razón se presentan dificultades en tu trabajo, ¿qué te mueve a mantenerte en él?

Referencias

Martínez, E. Díaz, J. P., Rodríguez, J., & Pacciolla, A. (2015). *Vivir a la Manera Existencial. Aportes para una Logoterapia Clínica*. Sociedad para el Avance de la Psicoterapia Centrada en el Sentido.

Pattakos, A. & Dudon, E. (2018). *Prisioneros de Nuestros*

Pensamientos: Los principios de Viktor E. Frankl para descubrir el sentido en la vida y en el trabajo. (P. Heredia, Trad.). Plataforma Editorial. (Trabajo original publicado en 2017).

Procedencia de las imágenes

Portada: Empathy Vectors by Vecteezy

Página 2: Hugging Vectors by Vecteezy