

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

EFFECTIVIDAD REPORTADA DE LA LOGOTERAPIA EN LA DEPRESIÓN DE ADOLESCENTES
QUE CURSAN LOS DISTINTOS NIVELES DE SECUNDARIA: UNA REVISIÓN DE LITERATURA.

TESIS DE GRADO

JOSUÉ EMANUEL ALVAREZ RODRÍGUEZ
CARNET 15944-15

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2021
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

EFFECTIVIDAD REPORTADA DE LA LOGOTERAPIA EN LA DEPRESIÓN DE ADOLESCENTES
QUE CURSAN LOS DISTINTOS NIVELES DE SECUNDARIA: UNA REVISIÓN DE LITERATURA.

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR

JOSUÉ EMANUEL ALVAREZ RODRÍGUEZ

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGO CLÍNICO EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADO

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2021
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. MARCO TULLIO MARTÍNEZ SALAZAR, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: MGTR. LESBIA CAROLINA ROCA RUANO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: LIC. JOSÉ ALEJANDRO ARÉVALO ALBUREZ
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: MGTR. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: MGTR. JOSÉ FEDERICO LINARES MARTÍNEZ
SECRETARIO GENERAL: DR. LARRY AMILCAR ANDRADE - ABULARACH

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO
SECRETARIA: MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

LIC. LUIS ANGEL MOIR SANDOVAL

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. ELENA FABIOLA HURTADO BONATTO

AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO

DIRECTOR DE CAMPUS:	P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.
SUBDIRECTORA ACADÉMICA:	MGTR. NIVIA DEL ROSARIO CALDERÓN
SUBDIRECTORA DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA:	MGTR. MAGALY MARIA SAENZ GUTIERREZ
SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO:	MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ
SUBDIRECTOR DE GESTIÓN GENERAL:	MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ



Quetzaltenango, 28 de Octubre de 2020.

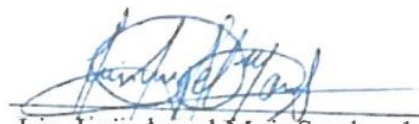
Ingeniera Nivia Calderón.
Subdirectora Académica
Campus de Quetzaltenango.
Universidad Rafael Landívar.

Respetable Ingeniera Calderón.

Como asesor del trabajo de Tesis titulado: **EFECTIVIDAD REPORTADA DE LA LOGOTERAPIA EN LA DEPRESION DE ADOLESCENTES QUE CURSAN LOS DISTINTOS NIVELES DE SECUNDARIA: UNA REVISION DE LITERATURA**, elaborado por el estudiante **Josué Emanuel Alvarez Rodríguez**, con Carné No. 1594415, previo a conferírsele el título de Licenciado en Psicología Clínica, me es grato informarle que esta tesis es resultado de un arduo trabajo de investigación bibliográfica, como trabajo de campo, que constituye un valioso aporte para todos los profesionales tanto de la Psicología, como de otras disciplinas para su contenido.

Por lo que a mi juicio está concluido y cumple con los requisitos de una investigación científica, que se ajustan a la metodología requerida por la Universidad Rafael Landívar, por lo tanto, agradeceré sea nombrado el revisor correspondiente de Tesis, para que se revise y apruebe el trabajo y se emita el dictamen correspondiente.

Atentamente.



Lic. Luis Angel Moir Sandoval.

Asesor.

Colegiado No. 6594

Código Docente No. 25850.

Luis Angel Moir Sandoval
PSICOLOGO CLINICO
Colegiado. No. 6594

Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado del estudiante JOSUÉ EMANUEL ALVAREZ RODRÍGUEZ, Carnet 15944-15 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 052766-2020 de fecha 3 de diciembre de 2020, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

EFFECTIVIDAD REPORTADA DE LA LOGOTERAPIA EN LA DEPRESIÓN DE ADOLESCENTES QUE CURSAN LOS DISTINTOS NIVELES DE SECUNDARIA: UNA REVISIÓN DE LITERATURA.

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGO CLÍNICO en el grado académico de LICENCIADO.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 21 días del mes de enero del año 2021.



Universidad
Rafael Landívar
Tradición Jesuita en Guatemala
Facultad de Humanidades
Secretaría de Facultad

MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar

Agradecimiento

A Dios: Por darme la oportunidad de cumplir un objetivo de vida, el cual es la Licenciatura en Psicología Clínica como parte del servicio a los demás.

A mi Familia: Al brindarme el apoyo para alcanzar un éxito profesional ya que con sus enseñanzas de vida me exhortan a dar lo mejor de mí. Mis padres que con su amor me impulsan día con día, a mis hermanos porque estuvieron presente en cada etapa que viví y por último a mi incondicional que creyó en mis virtudes.

A la Universidad

Rafael Landívar: Que los espacios creados dentro del aula ayudaron a poder generar conocimientos para el vivir como profesional.

A mis Docentes: Ya que gracias al esmero y dedicación con que proyectaron sus conocimientos ahora tengo herramientas que servirán para la práctica profesional.

Índice

	Pág.
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1 Logoterapia.....	6
1.1.1 Definición.....	6
1.1.2 Origen de la logoterapia.....	7
1.1.3 Escuelas de las psicoterapias existenciales.....	9
1.1.4 Principios.....	11
1.1.5 Aplicaciones.....	14
1.1.6 Técnicas.....	16
1.1.7 El vacío existencial.....	18
1.2 Depresión.....	20
1.2.1 Definición.....	20
1.2.2 Origen.....	20
1.2.3 Causas.....	23
1.2.4 Características.....	25
1.2.5 Síntomas.....	27
1.2.6 Tipos.....	29
1.2.7 Tratamiento.....	31
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	34
2.1 Objetivos.....	35
2.1.1 Objetivo general.....	35
2.1.2 Objetivos específicos.....	35
2.2. Variables o elementos de estudio.....	35
2.2 Definición de variables.....	36
2.3.1 Definición conceptual de las variables o elementos de estudio.....	36
2.4 Alcances y límites.....	36
2.5 Aporte.....	37

III.	MATERIAL Y MÉTODO.....	38
3.1	Sujetos.....	38
3.2	Procedimiento.....	38
3.3	Tipo de investigación, diseño y metodología.....	39
IV.	ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	41
V.	DISCUSIÓN.....	43
VI.	CONSLUSIONES.....	51
VII.	REFERENCIAS.....	52

Resumen

La logoterapia se destaca en el análisis existencial, donde busca primordialmente la enfatización del significado de la vida desde un punto de vista filosófico y se remonta al vacío existencial que puede llegar a ser provocado por ciertos sucesos de significancia en el ser que dañan áreas emocionales, de pensamiento, comportamentales y así mismo la depresión es considerada una enfermedad que ha afectado a la sociedad en este siglo, altera áreas cognitivas, físicas como también hay un alejamiento de todas las cosas que se hacían con cotidianidad en las áreas familiares y de trabajo, por lo tanto, a nivel de sociedad deja de funcionar. El objetivo de esta investigación es determinar la efectividad de la logoterapia en la depresión de adolescentes de distintos niveles de secundaria, el estudio se hará con una muestra de jóvenes en los documentos investigados sobre este trastorno, la investigación es de tipo exploratoria y diseño descriptivo y enfoque cuantitativo

Luego del trabajo de búsqueda e investigación se concluye que la logoterapia muestra efectividad ante la depresión en adolescentes, a mayor sentido de vida, menos propensa será la persona a sufrir estados de ánimo bajos; ya que este permite un crecimiento personal en diferentes áreas del desarrollo del individuo, esto por la manera en cómo la corriente psicológica aborda este padecimiento, donde integra cada aspecto para la relevancia de significado personal y llegan a manifestar mejor bienestar y un buen desenvolvimiento ante los problemas existenciales.

Palabras claves: logoterapia, depresión, adolescentes, secundaria.

I. INTRODUCCIÓN

La logoterapia tiene como objetivo inducir a los pacientes a que logren encontrar el sentido de vida para un mejor desarrollo, mismo que es entendido desde ese propósito y significancia que la persona decide vivir, es una toma de responsabilidad de sí mismo, de los actos, emociones y pensamientos. Esta escuela basada desde un punto filosófico busca la propia introspección de la persona para encontrar los recursos que necesita, así poder darle un sentido a la existencia, por ende, se busca este cambio en el ser humano enfocado en la adolescencia ya que en esta etapa es posible formar la resiliencia del individuo ante la vida. La depresión es un trastorno del estado del ánimo, donde los síntomas de tristeza, llanto, insomnio e hipersomnias, falta de interés por las actividades e ideación suicida afectan a nivel global al individuo, por eso es que las áreas familiares, sociales, académicas y de trabajo son dañadas de manera significativa, aunque no hay una sola causa se puede saber que los factores genéticos, biológicos, psicológicos y ambientales influyen para el diagnóstico.

En Guatemala y Latinoamérica no hay una educación específica acerca de la depresión y por ende el número de las personas afectadas por este trastorno no es concreto, además, por desconocimiento, las personas afectadas no saben con que profesional acudir, por eso es que en esta investigación es importante establecer la efectividad de la logoterapia como tratamiento específico que beneficie a la población que padece de depresión y en esta investigación es importante indagar en los estudios que se han realizado con adolescentes, puesto que este estrato de la sociedad es más vulnerable por los cambios drásticos emocionales que experimentan en este período de la vida, ya que esta corriente permite que a futuro se viva con propósito y todo lo realizado sea fundamentado en este principio.

Esta investigación es importante ejecutarla porque aportará a ciertos grupos información fiable y fundamentación verídica de las dos variables a tratar, para la psicología un recurso de conocimientos con sustentación teórica para un mayor aprendizaje, la sociedad podrá tener referencia de lo que es la depresión y como afecta en el individuo y de la logoterapia como psicoterapia para este trastorno, donde a través de los hallazgos por la literatura científica permitirá tener conocimientos más amplios de

los resultados y al investigador aplicar herramientas de búsqueda donde comprobará la efectividad del estudio.

De la fase inicial se pretende encontrar documentos científicos que puedan mostrar veracidad y confiabilidad en los resultados son confiables en los cuales los temas a tratar son cómo la logoterapia ha tenido incidencia en el trastorno de depresión en adolescentes que cursan secundaria; por lo que el objetivo es establecer la efectividad reportada en la literatura científica de la logoterapia en la depresión de adolescentes que cursan distintos niveles de secundaria. A razón de lo anterior se muestran antecedentes donde se indaga diferentes perspectivas sobre las variables a tratar.

Palacios (2019) en la tesis titulada Logoterapia y bienestar psicológico con estudiantes, de la Universidad Rafael Landívar, donde el objetivo fue determinar el efecto de la logoterapia en el bienestar psicológico de los estudiantes de quinto perito contador de las secciones “C” y “D” de la Escuela Nacional de Ciencias Comerciales de Occidente ENCOD del departamento de Quetzaltenango; la muestra utilizada fue 83 hombres y mujeres comprendidos entre las edades de 17 a 19 años de edad, se mostró 21 sujetos que presentaron un bienestar psicológico bajo. La investigación fue de tipo cuantitativa y diseño experimental; se utilizó la prueba EBP con el objetivo de poder evaluar las áreas bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y en las relaciones con la pareja; con todo lo mencionado se concluye que la logoterapia es efectiva en el bienestar psicológico ya que mostró un aumento en base a los datos estadísticos del pre test y post test. Por lo que se recomienda a los docentes poder implementar programas de esta índole para poder trabajar lo que es el bienestar psicológico a través de la logoterapia.

Cotóm (2019) en la tesis titulada Logoterapia y motivación con estudiantes de nivel básico del Colegio Evangélico INEVOC Nuevo León, donde el objetivo fue establecer las influencias que tienen las técnicas de logoterapia en el incremento de la motivación en los adolescentes del colegio INEVOC, de la cabecera de Quetzaltenango; la muestra utilizada fue de un grupo de 25 adolescentes entre las edades de 12 a 17 años de edad de ambos sexos. La investigación fue de tipo cuantitativa y diseño pre experimental; se utilizó la prueba de test de motivación para adolescentes TMA y esta evalúa 10 rasgos de motivación, donde se ven involucrados aspectos no integrados

inconscientes e integrados, también se utilizó la ficha de logoterapia que la función es registrar los aspectos a evaluarse además hace consciente todo lo que rodea a la persona, le da un mayor significado y mejor percepción de las circunstancias; por todo lo mencionado se concluye que las intervenciones dadas a los estudiantes con enfoque en la logoterapia influye en la motivación de los mismos. Por lo que se recomienda la implementación de un espacio donde se puedan usar estas herramientas y darle seguimiento al estudio realizado.

Rendón (2016) en la tesis titulada La logoterapia: un estudio sobre la eficacia para mejorar el autoconcepto de hombres consumidores de drogas y/o sustancias adictivas, de la Universidad Mariano Gálvez de Guatemala, donde el objetivo fue determinar la eficacia para mejorar el autoconcepto en hombres consumidores de drogas y/o sustancias adictivas que asisten a un centro de rehabilitación; la muestra utilizada fue de 25 hombres entre las edades de 17 a 65 años de edad. La investigación fue de tipo cuasiexperimental y diseño pre test y post test; se utilizó el test tipo de autoconcepto forma 5 (AF5) el cual está conformado por una batería de cinco dimensiones encargadas de evaluar las distintas áreas de autoconcepto de la persona como académica, social, emocional, familiar y física; con el reflejo de estos datos, se concluye a través de las medias donde el pre test presenta una de 39.79 y luego de haber aplicado la logoterapia se muestra una media de 41.89, por lo cual la terapia permitió mejorar el autoconcepto. Por lo que se recomienda al centro de rehabilitación poder incorporar un área de psicología.

Salinas (2016) en el artículo titulado La convivencia escolar en nivel secundario a partir de la logoterapia que aparece en la revista titulada Ra Ximhai, vol. 12, núm. 3, pp. 355 364, enero-junio, explica que uno de los principales objetivos de la investigación fue el poder revalorar una convivencia escolar armónica a nivel de secundaria a través de la logoterapia, se utilizó una muestra de 67 adolescentes, 37 masculinos y 30 femeninos entre las edades de 13 y 14 años, como también 17 docentes entre ellos 16 femeninos y solo un masculino con una edad promedio de 33 años. Donde se calificó temas como la libertad, responsabilidad, autodistanciamiento, autotrascendencia y sentido de vida por lo cual se llegó a la conclusión que el poder desarrollar capacidades existenciales y personales permitiría una convivencia escolar armónica, ante los crecientes actos de violencia, hurtos, agresión física, lenguaje inapropiados y apodos peyorativos que se hacían cada vez más notables en los sujetos trabajados y también se menciona que la

educación debe de tomar otras formas de enseñanza que sean vivas y vital para la persona con relación al sentido de la vida.

Lara, Moreno, Urchaga, y Sánchez (2015) en el artículo titulado Logoterapia y psicología positiva para mejorar el sentido vital en jóvenes que aparece en la revista de psicología (Trujillo) Vol. 17, Núm. 1, pp. 55- 65, enero-junio, explican que el objetivo fue el poder saber acerca del sentido de vida con jóvenes estudiantes de diferente niveles académicos con una muestra de 2324 que se divide en universitarios y pre universitarios, se muestra que los primero mencionados manifiestan mayor sentido y significado a lo que hacen, en cuanto a la indefinición respecto al sentido de la vida, se obtiene que esta llega a ser mayor en los estudiantes pre universitarios y muestran una inseguridad debido a la falta de objetivos y dirección acorde a la vida profesional. Por lo cual se llegó a concluir que el sentido de la vida aumentará conforme el grado cursante del estudiante y la definición de la carrera universitaria; se propone la logoterapia y la psicología positiva como recurso para una formación integrada y de rendimiento en caminata al sentido.

Ramírez (2018) en la tesis titulada Incidencia de depresión en adolescentes de la universidad Rafael Landívar; donde el objetivo fue determinar la incidencia de depresión que se presenta en los adolescentes de 12 a 14 años de la escuela oficial urbana mixta No. 850. Del municipio de San José pínula de la ciudad de Guatemala, la muestra que se utilizo fue de 148 adolescentes de 12 a 14 años, de los cuales 116 eran 60 hombres y 56 mujeres pertenecientes a la jornada matutina y los 32 restantes era 14 hombres y 18 mujeres pertenecientes a la jornada vespertina, por lo tanto, se contó con 74 adolescentes del género masculino y 74 del género femenino. La investigación fue de tipo cuantitativa y diseño descriptivo; se utilizó el inventario de depresión infantil de María Kovacs la cual fue adaptada al español, este cuenta con 27 ítems con el objetivo de obtener el índice de depresión de los sujetos; con todo lo mencionado se concluyó que al ser evaluado el grupo de adolescentes se mostró que el género femenino obtuvo mayores promedios en la dimensión de disforia, depresión y autoestima negativa pero que no hay mayor significación estadística entre estos dos; se recomienda realizar más investigaciones similares, basadas en la depresión y otros problemas que se presentan en los adolescentes.

Cubaquil (2018) en la tesis titulada Ideas irracionales y depresión de la Universidad Rafael Landívar, campus de Quetzaltenango, Guatemala, donde el objetivo fue identificar las principales ideas irracionales y el nivel de depresión de los estudiantes de cuarto bachillerato en ciencias y letras con orientación en finanzas y administración del instituto nacional de educación diversificada, flores costa cuca, Quetzaltenango, la muestra que se utilizó fue un grupo de estudiantes entre las edades de 14 a 17 años de edad del colegio mencionado. La investigación fue de tipo cuantitativa y diseño descriptivo; se utilizó el manual de inventario de ideas irracionales el cual califica los niveles afectivos, neuróticos, somáticos, familiares, sociales y culturales. También se utilizó el inventario de Beck para medir el nivel de depresión en adolescentes y adultos a través de los rangos mínimo, leve, moderado y grave que también cuenta con 22 ítems a calificar; con lo mencionado se concluyó que las ideas irracionales y depresión existen en los adolescentes de cuarto bachillerato por lo cual se recomienda que puedan recibir más información acerca de las ideas irracionales para que puedan identificar qué área está más afectada en su vida y también la intervención en la depresión a través de talleres.

Rivera, Arias y Cahuana (2018) en el artículo titulado Perfil familiar de adolescentes con sintomatología depresiva que aparece en la revista chilena de neuropsiquiatría vol. 56, núm. 2, junio, explican que en el trabajo el objetivo fue el poder hacer un análisis descriptivo de la sintomatología descriptiva en adolescentes de la ciudad de Arequipa en función de ciertas variables familiares, se utilizó una muestra de 1,225 adolescentes entre 11 a 18 años, con una edad promedio de 14, provenientes de varios colegios públicos y privados de la ciudad. Se utilizó el inventario de Beck para poder calificar el nivel de depresión, como también un cuestionario de consumo de alcohol, como de asuntos y violencia familiar. Se llegó a la conclusión que las características de la disfunción y conflicto familiar, consumo de alcohol y violencia parental se asocian a la sintomatología depresiva en los adolescentes.

Sandoval, Vilela, Mejía y Alvarado (2018) en el artículo titulado Riesgo suicida asociado a *bullying* y depresión que aparece en la revista chilena de pediatría vol. 89, núm. 2, del mes de abril, explican que el objetivo fue determinar si el riesgo suicida estuvo asociado al *bullying* y depresión en escolares de colegios secundarios, se utilizó una muestra de 289 escolares donde se midió la capacidad de atetar a la vida a través del cuestionario de salud mental y escala de *plutchik*, el

bullying por el cuestionario EBIPQ, el *ciberbullying* por el ECIPQ y la depresión por la escala de Beck, en una ciudad del norte peruano, el 20% de la muestra tenía riesgo suicida y algún tipo de depresión. Se concluyó que la salud mental de los escolares estuvo comprometida en múltiples aspectos, donde varios de ellos fueron asociados a una mayor frecuencia al riesgo suicida.

Gonzales, Pineda y Gaxiola (2010) en el artículo titulado Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector que se encuentra en el artículo *Universitas Psychologia* vol. 17, núm. 3, Bogotá del mes de julio, explican que el objetivo fue evaluar las relaciones de las características negativas del vecindario y del contexto escolar, amigos de riesgo, problemas de autorregulación y sucesos de vida con la depresión en adolescentes como el papel protector del apoyo social, se utilizó una muestra de 113 adolescentes pertenecientes a un sector vulnerable del noreste de la ciudad de México, la prueba a utilizar fue una escala Likert que fue validada previamente en la región y que midieron cada una de las variables del estudio, se mostró como resultado y conclusión que las características negativas del contexto, los amigos y los sucesos de vida constituyen factores de riesgo para la depresión y son disminuidos moderadamente por el apoyo social.

1.1 Logoterapia

1.1.1 Definición

Frankl (2012) indica que la logoterapia es un tratamiento de la actitud ante el inmodificable destino, una de las bases que tiene esta terapia es la relación “yo-tú” donde se llega a confrontar al otro desde el mismo sentido del ser; desde el logos, por lo cual se menciona que esta corriente no se basa en las técnicas que pueden llegar a manipular al paciente sino en el encuentro personal y existencial, ya que no trata de aludir la incapacidad, la culpa que siente la persona sino que ayuda a entender que todo eso forma parte del ser y que también es un privilegio del hombre y así mismo superarla, poder entender la existencia humana que busca la cualidad de la trascendencia para que el hombre sea convertido en alguien que busca más allá de sí mismo.

Luna (2011) menciona que la logoterapia es la búsqueda del sentido que la persona tiene que hacer frente a las circunstancias que se presentan y que llegan a definir la perspectiva que se tiene

de la vida, esta se relaciona con el análisis existencial como una forma de investigación y así ver al ser en su totalidad, pretende abordar temas como el vacío existencial y la falta de sentido que se experimenta en ciertas etapas de la persona. La logoterapia se considera como una extensión de la psicoterapia y no otra escuela, aunque en la actualidad se considera como la tercera psicoterapia; esta corriente se guía en las personas y depende de los valores, ya que estos definen la intencionalidad del ser para poder encontrar el propio sentido de vida.

1.1.2 Origen de la logoterapia

Frankl (2019) menciona que la logoterapia tiene como objetivo principal la búsqueda inmersa del sentido de vida que la propia persona tiene que hacer independientemente de los recursos y circunstancias que se presenten, pero ante todo esto se debe poder experimentar el sentimiento de sin sentido, el vacío que impulsa a la persona a tener pensamientos pesimistas de sí mismo y ver la vida sin color alguno, sin ninguna motivación para continuar, ya que los acontecimientos definen al ser. Por eso se menciona que primeramente esta terapia tiene el origen en el mismo Frankl porque es quien crea esta teoría y piensa primeramente en él, por las veces que sintió las incertidumbres de la propia vida, este sentimiento que da origen en la pubertad del autor que fue consciente de que en un momento todo llegaba a ser un completo sin sentido, por lo cual habla que todo eso llevo a tener una motivación y determinación para crear la cura ante el nihilismo.

En la pubertad de Frankl se habla que tenía una idea hacia donde iría dirigido su estudio, había una preformación del origen de la logoterapia, basado en ese entonces en la filosofía del existencialismo que toma bases como el ser en el mundo y la búsqueda de la existencia, también hay cierta influencia del psicoanálisis pero que a veces se desviaba de la visión general de esta corriente, también la psicología individual de Adler pero que poco a poco tuvo los propios principios con una sistematización para así convertirse en un método terapéutico accesible para ser enseñado y aprendido; por lo cual en la actualidad se adecúa a la creciente dolencia del ser humano que es la búsqueda del sentido.

La logoterapia toma un gran auge durante y después de la segunda guerra mundial, donde el mismo autor se ve afectado en los campos de concentración, se conoce que hubo uno de los grandes genocidios de la historia de la humanidad y todos habían perdido la certeza de vivir, acá

es donde se conocen los principios de esta terapia. En el presente, aunque no sea el deseado, siempre habrá una manera de poder tener una buena actitud ante las circunstancias. Al igual a los sobrevivientes de este acontecimiento, la logoterapia les da un nuevo significado para poder continuar la vida, Frankl enfoca todo lo que perdió y sintió hacia la misma creación de esta teoría.

La proyección hacia el significado, hace la diferencia en la persona que toma en si un compromiso consigo mismo para poder seguir adelante ante la creciente angustia y agonía del sin sentido y así tener una responsabilidad ante las situaciones límites y otra perspectiva a comparación de los que no logran ver más allá que la propia dolencia. En la búsqueda del sentido religioso en el poder creer en un ser mayor convierte a la persona en un ser inquebrantable; por lo cual, siempre que se tenga una razón será mayor la manera de sobrevivencia, así es como en los campos de concentración se veía diferentes actitudes; lo que necesita el hombre es una razón para ser feliz, ese es el objetivo de la logoterapia que puedan encontrar el significado y así la persona tenga plenitud y realización en todo lo que se haga.

Frankl (2016) menciona que la logoterapia está centrada en poder abarcar mucho más de lo pensado, en temas que posiblemente pasan desapercibidos y que estos mismos tienen repercusiones en el ser, de esto nace el poder integrarlos y que con cada uno de ellos, haya un mejor desarrollo de todo aquel que toma en mano la responsabilidad de vivir y de hacerlo con sentido; por eso es que se dice que la terapia es de inclusión por la toma de aspectos relevantes tales como la dimensión espiritual, que en el tiempo de Frankl tomó gran auge por la forma en como lo planteó, ya que era totalmente distinto a como se conocía, porque se le dio un giro diferente, donde se dice que todas las personas son espirituales, no se hace referencia a lo religioso porque lo primero se relaciona a la libertad de la persona, la esperanza, a poder elegir que se hace con lo que se tiene y lo vivido, sea esto una experiencia buena o mala, todos tienen la posibilidad de poder elegir y tomar decisiones para vivir con sentido.

La psique es un componente importante en la dimensión espiritual, ya que esta puede verse como igual y una mejor forma de entender lo que Frankl explicó de este tema importante excluido donde hace referencia al dinamismo para la búsqueda del sentido y entender a la persona, ya que es un ser interactivo de indagación constantemente donde puede experimentar la

frustración, que desencadena el vacío existencial; para lograr percibir la espiritualidad del individuo se debe de poder conocer de una forma más completa lo intangible, tales como los valores de creación que estos se definen lo que la persona gesta desde el trabajo y la forma en cómo se percibe, ya no importa el qué, sino el cómo, se toma en cuenta todas esas vivencias que en algún momento marcaron a la persona y que pudo ver un sin sentido en lo que se experimentó, las actitudes frente a las circunstancias son relevantes, como las decisiones que se llevaron a cabo. Otra parte importante para entender lo espiritual, son tres aspectos de importancia, uno de los cuales es el biológico que este llega a ser medible y conocido con anterioridad, pero que también es relevante para lograr una visión más holística de la persona, el social que es indicador para encontrar propósito, ya que acá se derivan aspectos como la cultura, donde nacen las enseñanzas y las formas de percibir la vida y por último el psicológico, hay un conocer del ser desde su actuar, pensar y sentir; por eso es que Frankl le da mucho énfasis a lo espiritual ya que ve al ser humano desde una totalidad para lograr trascendencia.

1.1.3 Escuelas de las psicoterapias existenciales

Martínez (2011) menciona que las escuelas existenciales no llegan a ser sólo una, sino que hay varias con diferentes bases, desde la filosofía existencial, como también los desacuerdos entre los primeros psicoterapeutas de esta corriente, por lo que se conocen teístas como ateas, desde una base freudiana psicoanalítica y desde la esperanza en el nihilismo. Otras parten desde la fenomenología, aunque todas estas llegan a agruparse en una misma escuela difieren en el lenguaje que transmiten cada una. Para algunas los valores son subjetivos o se enfatiza en la valoración misma del ser, hay propuestas sistémicas y otras más difusas; aunque muchas no van en la misma dirección y sintonía, siempre se dirigen hacia la relación misma del ser, desde una perspectiva personalista como también relacional. A continuación, se presentan las escuelas existenciales.

- La escuela inglesa de psicoterapia existencial: una de las ideas principales de esta corriente es la falta de confianza en las técnicas psicológicas, ya que esta pretende y hace énfasis en el encuentro y la investigación que se da entre el paciente y el terapeuta, para sí explorar a profundidad la existencia de la persona. Entre las ideas básicas de esta escuela está el ser en el mundo y hace énfasis en el vínculo que se da con los otros, tiene un enfoque más

relacional, ya que toma en cuenta la interacción con los demás y a través de ello surge, significado. Se habla que la corriente inglesa asume una posición fenomenológica y en esta perspectiva considera al ser humano un constante flujo de poder construir significados a pesar de la carencia del mismo, también que la persona es movida hacia el fondo interrelacional, que llega a construir con otros. Una de sus grandes exponentes de esta escuela es Emmy Van Deurzen.

- La psicoterapia centrada en el sentido: la escuela tiene una orientación en la logoterapia, ya que esta no se aleja de las bases filosóficas del existencialismo, uno de los autores que puso base para esta corriente fue Max Scheler y habla acerca de una intencionalidad, donde el ser humano llega a existir y vivir por esto, habla de la diferencia que hay entre los animales y humanos, que es la misma espiritualidad y las capacidades para usarla, como los recursos noéticos que impulsan a la búsqueda del sentido que cada persona esta destina a hacer, y todo gira en relación a esto. Por lo que la logoterapia busca el sentido y esta escuela se guía en este principio, por eso es que se dice que la PCS (psicoterapia centrada en el sentido) va ligada a la terapia creada por Frankl.
- Fundamentos de psicoterapia existencial en Norteamérica: una de las diferencias de esta escuela existencial es el concepto de comprensión, ya que se debe de poder fundamentar que cada persona, debido a la propia experiencia con el contacto del sí mismo, con el mundo y la situación en que se encuentra llega a formar la existencia. Desde este punto de vista los terapeutas existenciales plantean, que el ser humano debe de poder ser comprendido desde la forma en que han llegado a constituir y estructurado la propia experiencia, por lo mismo, también se debe poder analizar el mundo interno y el espiritual. Parte de la comprensión es poder entender, captar y clarificar los valores experienciales que los seres humanos día con día tratan de afirmar y se logra a través de una orientación, ante las diferentes situaciones de la vida. Por lo tanto, se presenta a continuación una tabla de recopilación de las diferentes terapias existenciales.

Tabla Núm. 1
Las Terapias Existenciales

La escuela inglesa de psicoterapia existencial	La psicoterapia centrada en el sentido	Fundamentos de psicoterapia existencial en Norteamérica
<ul style="list-style-type: none"> • Comprender al ser humano con la relación ser-en-el-mundo, que pone énfasis en la manera que se vincula con el ser-con-otros • Asume una posición fenomenológica • Se centra en las estrategias que el cliente para evadir la angustia normal 	<ul style="list-style-type: none"> • Es una psicología de orientación logoterapéutica • Sigue las corrientes filosóficas del existencialismo • El ser humano vive y existe por los actos intencionales 	<ul style="list-style-type: none"> • Dan énfasis en el aspecto de comprensión • Se toma en cuenta el contacto y la relación con el mundo que los rodea • Pretende entender antes que explicar

Fuente: elaboración propia con base en Martínez (2011), pp. 04-115

1.1.4 Principios

Martínez (2014) explica que la consolidación de la logoterapia está centrada en el sentido y hay una triada teórica que Frankl menciona en las aportaciones para abarcar el todo de esta corriente, con el motivo único de poder hacer que la persona sea entendida desde el fin último para llegar a la trascendencia, que esta va más allá del límite con la idea de la autosuperación vista desde la espiritualidad del hombre. Los tres fundamentos para esta corriente se llegan a conocer como la libertad de voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de la vida, aunque son tres puntos distintos, llegan a ser muy parecidos y que conforme se conocen, hay un entendimiento de que están ligados y que buscan principalmente comprender al ser humano desde la existencia, por lo cual se plantean a continuación 3 principios de la logoterapia:

- Libertad de voluntad; primero hay que entender que al hombre se le describía desde lo científico, donde sólo lo tangible, visible y medible bastaba, por lo que era efecto de lo biológico, sociológico, psicológico y espiritual, donde no hay voluntad de la persona y desencadena en el sin sentido. Ante esto la logoterapia habla del ser que ya no responde ni actúa como alguien mecanizado y predecible, sino que tiene la actitud de elegir, esa facultad

que le permite la intencionalidad para alcanzar la libertad y la esencia de la persona que define la existencia, se le conoce como la noodinámica que enfatiza en los valores de trascendencia.

- Voluntad de sentido; se enfatiza en la expresión más conocida por Frankl, que es la búsqueda de sentido y habla sobre la naturaleza humana que llega a ser ignorada, el hombre está destinado a encontrar existencia, porque tiene la facultad de poder ser intencional, la persona está llena de deseo, donde hay una necesidad y demanda ser saciada, por lo que se dice que hay una búsqueda a la interrogante del significado. Tiene que haber un descubrimiento en medio de la condición que la persona se encuentra y lo logra por medio del deseo esencial que sirve como motivación para así lograr la trascendencia de un ser que vive con sentido.
- Sentido de vida; ante los dos principios anteriores, que hablan acerca de la motivación que tiene cada persona, ante las diferentes circunstancias para seguir y ser buscador de sentido, donde este principio refiere y se plantea si en verdad existe, para así poder seguirlo, solo que no es cuestión de fórmula sino de responsabilidad, por eso es que tiene que haber un entendimiento de la situación vivida para luego responderle, porque la manera de poder trascender es saber que hacer y qué decisión tomar ante las tragedias, donde se plantean cuestiones sobre la valía de la existencia humana y así encontrar razones para vivir .

Frankl (2015) menciona que la logoterapia se basa en diferentes conceptos que se dieron en el ser conforme a las situaciones que vivían, también que son parte del hombre, pero no se es consciente de que se tienen, también el autor introduce un poco de la experiencia que tuvo durante la adolescencia, donde se pregunta sobre el sentido de la vida, después llega a terminar la teoría en los campos de concentración; una de las tareas de esta psicoterapia es poder trabajar estos temas que pueden ser no mencionados pero que están presentes y frecuentes. La frustración existencial, es esa búsqueda de sentido que no se logró, aunque llegó a hacerse el intento, esta palabra llega a dividirse en tres partes, una es la existencia humana, que es el ser como tal, la segunda es el sentido de la existencia y la tercera, el poder encontrar un sentido cimentado, concreto y definido en la vida de la persona y en alguna de

estas tres etapas el ser se ve estancado y frustrado, por eso es que se muestran a continuación varios principios.

- La neurosis noógena; esta tiene un conflicto directamente con los problemas existenciales y no entre los impulsos e instintos como se cree, estos problemas también pueden llamarse espirituales y no se habla de un tema de religión sino algo específico del ser humano; por lo cual la logoterapia que trata de entrar en esa área de espiritualidad es la adecuada para poder combatir esos problemas existenciales, ver desde la perceptiva del logos, se entiende que la función principal de esta psicoterapia es poder ayudar al paciente sufriente.
- Noodinámica; es esa tensión que nace en el ser para la búsqueda del sentido para una mejor salud mental, mientras la persona tenga una motivación por la cual seguir adelante no importará tanto los sucesos y el cómo hacerlo, por eso se menciona que es el sentimiento que lo impulsa hacer las cosas entre lo que se ha logrado y lo que se quiere conseguir, por lo que el hombre necesita tener metas por las cuales luchar.
- El sentido de la vida; esto es muy subjetivo de la persona ya que no hay una fórmula específica para obtenerlo, tampoco pautas de cómo se debe de vivir en la niñez, adolescencia y adultez, sino que dependerá mucho de lo que la persona piense, sienta y crea de los valores y la perspectiva de la vida, cada situación que pasa sólo puede ser resuelta de manera individual y responsable.
- La esencia de la existencia; esta se enfoca en poder tener un mayor sentido de responsabilidad, ya que esta trata de poder imaginar al presente como pasado y el pasado como algo que puede ser cambiado a través de la corrección de los errores, que se hicieron para no caer en la misma situación de vida. La logoterapia trata de hacerle ver al paciente la realidad de lo que se vive, de mostrar como es el mundo ante los ojos de la persona y a través de esto se puede adquirir un mayor sentido de vida. Frankl menciona que se llega a obtener por tres circunstancias; una por la realización de una acción, segunda aceptar los dones de la existencia y la última por el sufrimiento.

- El sentido del amor; es una de las bases para poder encontrar el sentido de vida, aceptar los dones de la existencia a través de la esencia de otro ser humano. Llegar a tocar lo más profundo del ser es a través del amor ya que a la hora de conocer al otro que ama sin razón alguna, no por lo que tiene sino por lo que es, la relación entre yo y el tu es meramente espiritual para motivar e incitar mutuamente el crecimiento de esas habilidades ocultas personales; se entiende al acto sexual como la unión y la expresión definitiva del amor.
- El sentido de sufrimiento; este es el tercer modo para el hallazgo del sentido de vida, donde se enfrenta ante situaciones inevitables, enfermedades incurables, la persona tiene la elección de poder elegir entre dos diferentes opciones, el sentido no se encuentra en el dolor que se tiene sino en la actitud de poder soportarlo, por lo que este deja de tener importancia desde que se encuentra un porqué del hecho. El sufrimiento es inherente a la persona ya que tarde o temprano lo va sufrir, por lo que ver la situación de una diferente perspectiva hará el cambio.
- El suprasentido; este es un tema meramente espiritual, ya que no llega a ser entendido por la lógica humana, porque va más allá del propósito que dicta la sociedad, donde el ser humano busca un sentido último, donde la provocación no depende de la persona, tampoco de las vivencias, logros o riquezas sino va a lo más religioso que menciona Frankl, que es Dios y el fin de la vida en la tierra; por eso se dice que la muerte está acompañada de propósito.
- La transitoriedad de la vida: en este punto se toca un tema muy rechazado y hasta cierto punto evitado la muerte, ya que pensar en ese momento en el que todo ser humano está destinado genera una angustia del cual no hay escapatoria, aunque lo único que en verdad llega a tener sentido es la muerte ya que todo lo que se hace es por un fin, se logra tomar una responsabilidad y se sabe que todo es transitorio y nada es para siempre. El hombre decide cual será el significado de la muerte, si podrá dejar en los que lo rodean una huella y un porque recordarlo.

1.1.5 Aplicaciones

Oblitas (2013) menciona que el ser humano se encuentra en un estado carente de significado, por el desarrollo del mundo moderno, donde la tecnología ha tomado un gran auge e importancia en

la vida de las personas, pero con ello ha traído un tiempo de angustia y aburrimiento porque la falta de sentido y la crisis de identidad es latente, las oportunidades de poder crecer son mayores en el ámbito laboral, espiritual, familiar e individualmente, ya que se ven inmersos en un mundo de oportunidades y aunque todas estas herramientas estén a la disposición, siempre se manifestará un vacío que llega ser ignorado o reprimido, por lo cual no permitirá un estado de realización.

Frente a los cambios de este siglo se menciona lo que es la neurosis noógena, que se refiere a las interrogantes crecientes en el ser humano, como el significado de la vida, el sentido del por qué vivir y estar en el mundo, sobre que valores hay que fundamentarse, en la cual el análisis existencial, es el encargado de poder encontrar todas estas interrogantes que el ser humano se hace y así a través de la logoterapia, dar otro significado al existir, donde se puede trabajar el poder enfrentarse a las circunstancias y lograr un cambio. Se puede ver grupos de personas en etapas distintas de la vida, como los adultos, que se ven inmersos en las diferentes oportunidades de crecer económicamente, donde se le pueda agregar al trabajo un significado o un motivo por el cual hacerlo cada día, impulsará al ser humano a hacerlo de una mejor manera, desde un significado, por lo que la logoterapia enfatiza y tiene como objetivo primordial.

Se habla acerca del significado del amor como parte de la teoría de la logoterapia, donde cambios que se han dado en la sociedad, como la falta de poder amar y el atreverse a hacerlo, es muy carente en las personas, pero Frankl menciona que se llega a encontrar sentido en el amor, es algo inherente en el ser humano y se está destinado a poder manifestarlo. Se habla acerca de tres distintas actitudes ante este tema, las cuales se muestran a continuación.

- La actitud sexual que es la más primitiva, la persona es un ser sexuado por lo cual encuentra significado en la interacción con el otro, dentro del amor demanda este tipo de actitud como el ser correspondido.
- La actitud erótica tiene origen en lo psíquico y este entrelazado con lo sexual, pero esta trata de poder descubrir al otro desde el estado de ánimo que da, en esta etapa se ve el enamoramiento.

- La actitud de ágape, que esta se localiza en el área espiritual ya que esta trata del todo el amor que se da sin esperar nada a cambio, llega a ser irremplazable y permanente ya que nace desde lo intangible y no visible. El poder encontrar el significado del amor le da a la persona una nueva perspectiva y así se unen estas tres actitudes donde la persona no ama a la otra por lo que tiene sino por lo que es.

1.1.6 Técnicas

Oblitas (2013) menciona que dentro de las técnicas de la logoterapia se debe de tomar ciertas pautas a trabajar, que llegan a determinar el éxito de ésta, se le da importancia a la relación que se debe forjar entre paciente y terapeuta, que consigue ser el aspecto más significativo que la aplicación de la técnica en sí, por el motivo que la persona esta carente de significado y como mediadores para darlo, no debe de existir ese impulso de arreglar todo, sino que se debe de dar cuenta que lo que se hace en terapia, que es con un motivo de poder descubrirse y descubrir a encontrar el sentido; ya que se habla de una búsqueda que la propia persona debe de hacer y que depende de las situaciones vividas y en las circunstancias que se encuentra.

Otro punto importante a tomar en cuenta es el poder usar un diálogo de la mayéutica, al estilo Sócrates, esto hace que el terapeuta logre hacer preguntas para que el paciente se dé cuenta de ciertas cosas que no ha visto, en este caso poder hablar acerca de problemas y preguntas existenciales, también no se debe de profundizar o que el diálogo sea muy sofisticado ya que se entiende que dentro de la logoterapia se trabaja problemas espirituales y estos tienen sentido desde los valores de la persona, por lo cual el logoterapeuta debe ser consciente que la ayuda es a favor del paciente y cuidar de no imponer la propia filosofía de vida; como el manejo de la contratransferencia, que puede existir en la visión personal del terapeuta. Se menciona que dentro de la logoterapia se pueden llegar a usar otras técnicas; pero que hay dos específicas de esta escuela que se utilizan para la neurosis de angustia y la neurosis obsesiva-compulsiva, las cuales se enlistan a continuación.

- La intención paradójica: esta técnica llega a ser muy profunda y el paciente debe de darse cuenta, ya que trata de poder enfrentar cierta circunstancia que le produce miedo y en determinadas ocasiones no lo deja avanzar. Esta no pretende atacar los síntomas de la

persona, sino que quiere ver la actitud que se tiene frente a la problemática, pretende llevar el pensamiento a la peor situación imaginable o poder doblarlo de una manera exagerada. En esta técnica se habla acerca del antagonismo psicoonético, que esto no es más que la persona llegue a separarse del mundo y las problemáticas como también de sí mismo y así pueda verse desde otra perspectiva y haya una solución a su favor.

- La derreflexión: la esencia en sí de esta técnica es el poder ignorar el problema, no como una manera de olvidarlo sino el poder remplazarlo, para que la situación que produce ansiedad y malestar significativo en la persona llegue a disminuir, se busca otra actividad para canalizar la angustia hacia otra perspectiva. Se anima al paciente poder revivir la situación de miedo para que haga todo lo contrario de lo que habitualmente hace y se debe de poder hacer en un ambiente humorístico posible, el resultado es la actitud de la persona hacia el síntoma y así se obtiene la capacidad de poder alejarse del propio malestar. La derreflexión cambia la actividad errónea por una correcta actividad y la intención paradójica de una pasividad errónea a una correcta pasividad.

Tabla núm. 2
Técnicas Logoterapéuticas

Intención paradójica	Derreflexión	Método socrático
<ul style="list-style-type: none"> • Invita al paciente a pensar e identificar aquello que teme • Propone una exageración del temor a través de la imaginación • Se invita al paciente que lo haga en la vida real • Al final busca la disociación del miedo de la persona 	<ul style="list-style-type: none"> • Se le pide al paciente en que identifique el temor • Se le propone que cambie el temor por una actividad que le guste • Que pueda ignorar los síntomas y solo piense en la nueva actividad • Puede usar el sentido del humor 	<ul style="list-style-type: none"> • Dentro de la terapia busca que la persona haga consciente lo inconsciente • Se guía a la persona a la búsqueda del sentido, al autoconocimiento y a la responsabilidad de los actos

Fuente: elaboración propia con base en Oblitas (2013), pp. 228-228

1.1.7 El vacío existencial

Frankl (2015) menciona que durante estos siglos se han vivido tantos cambios y eventos de significancia, por lo que la forma de pensar es diferente y llega a ser entendido desde la pérdida que el hombre ha tenido durante la búsqueda de sí mismo, donde en ocasiones se ve obligado a convertirse en alguien civilizado que es guiado por el sistema y hace a un lado lo que en verdad desea sin tener la oportunidad de poder ser conducido por un sentido, por el cual ser mejor cada día y el motivo para cual existir. El vacío existencial es un fenómeno que durante estos tiempos de cambios constantes se ha extendido en el ser humano y no se hace frente por las faltas de herramientas, por la falta de enseñanza que el ser a tenido, de poder darle significado a lo que hace, conforme a los recursos que se tiene en disposición.

Hace tiempo atrás se consideraba al ser humano como alguien que se dejaba guiar por los instintos, esto se ha perdido por la evolución constante y paulatina de la sociedad, ya que ahora se sabe que la persona es consciente de la conducta y el sentir, es racional en la toma de decisiones, el pasado es un factor determinante frente a las situaciones y el significado de la vida; el progreso ha provocado muchos cambios y se creería que con esto habría un mejor desarrollo inter e intrapersonal de la persona, sin embargo no es así, ya que ha traído una problemática que es compleja y repercute de diferente forma en el individuo, para buscar una solución se deben de tomar en cuenta muchos factores del ser, como las tradiciones que se llegan a perder poco a poco y cómo estas influyen a un nivel de comportamiento, ya que rigen una guía básica de cómo se debe de actuar. El ser humano se ve envuelto en una etapa carente de sentido, donde no sabe cómo debe de accionar y comportarse, por eso es que se ve un conformismo de hacer lo que otros hacen o lo que los otros quieren que se haga; por lo tanto, se ve ese vacío existencial que rige a la persona de una manera que no es adecuada para el desarrollo integral de la misma.

Se habla acerca de la neurosis dominical donde la mayoría de las personas han manifestado la pérdida del sentido de vida, hay una creciente tensión y aburrimiento en el individuo, debido a que no se sabe qué hacer con el tiempo libre, ya que en ese momento el ser se ve frente a la situación de los pensamientos que se tiene de sí mismo, experimenta al fin si lo que hace tiene un sentido y esto causa una neurosis o traído a este contexto, una ansiedad que se manifiesta en un estado de ánimo llamado depresión, esta aflige cada vez más, con constancia; se hace referencia

que debido al vacío existencial que la persona siente se originan suicidios, que lo pone como una excusa ante la falta de significado, también se llega a entender el grado de alcoholismo que es creciente, el vacío de sentido se manifiesta de diferentes maneras y a veces se enmascara y se llena con otras situaciones como la voluntad de placer donde se ve desenfrenada la libido mezclada en ocasiones con actos agresivos.

Frankl (2016) menciona que en la actualidad la vida está envuelta en algo monótono, porque todo lo que trae consigo la globalización para la persona es desarrollo a primera vista, pero detrás de todo hay un fondo que hace que la evolución del valor de estar y ser consciente pierda peso, hay un viene y va mecanizado sin preguntarse del por qué y para qué de la situación. La esperanza sólo es una palabra que no llega a ser aplicada, por lo que ahora más que nunca es necesario hablar de sentido, trascendencia y búsqueda para que haya un despertar que permita ver con claridad las posibilidades que se tienen, de poder tomar una decisión que cambie la existencia del hombre con significado para validar la dignidad.

El hombre empezó a ser tratado como un medio para alcanzar una meta de alguien, se le vio como un objeto que puede utilizarse, la valía provenía del dinero y no de la existencia, la dignidad aplicaba sólo con el esfuerzo y era opacada en la explotación, la vida era ahora insignificante para aquel que no tenía nada más que la fuerza vital y se hizo tan presente en los campos de concentración donde Frankl describe como la persona empezó a perder toda razón para vivir. A esto le llamo vacío existencial que es la pérdida de sentido de vida, donde se experimenta como un agujero dentro del ser, en la actualidad la esclavitud y la desvalorización son diferentes, pero no implica que este sentir no se manifieste, ya que hay una acomodación llamada cotidianidad, que a pesar que las condiciones pueden ser mejor, siempre va encaminado a sentir el vacío, porque no se es consciente, no hubo enseñanzas en las que dictaban que cada uno posee valor, no es por lo que se tiene o sabe hacer, sino por el hecho de existir y la habilidad de poder cambiar y ver el entorno desde la esperanza. Por eso es que esta corriente psicológica pretende que haya una concientización, para luego creer en el ser humano y la capacidad que tiene de crear sentido desde el interior, de poder tomar responsabilidad que genere libertad.

1.2 Depresión

1.2.1 Definición

Rojas (2011) explica que la depresión es caracterizada por una enfermedad de tristeza profunda y que dentro del individuo se encuentran pensamientos negativos que no ayudan a que se desarrolle de una buena manera; estos controlan gran parte de la vida, como la melancolía, la pena, la desilusión, la falta de motivación y energía, hay una inhibición a veces total de las funciones cognitivas, el pensamiento se ve alterado por lo cual la forma de ver la vida cambia y se dice que se puede percibir como un mundo en blanco y negro, que no llega a tener mayor sentido y de ahí surgen las tendencias suicidas. La depresión conocida ya como enfermedad que afecta a la persona en las áreas físicas, psicológicas, sociales, conductuales, cognitivas, asertivas, familiares y de trabajo, así mismo el nivel de funcionamiento es alterado de una manera significativa y se vuelva una incapacidad que es difícil de percibir en ocasiones.

Weissman (2010) define a la depresión como un cambio en el estado de ánimo de la persona y que es considerado como un trastorno psicológico y esta llega a afectar e impedir un buen desarrollo en el entorno social, familiar y laboral, manifiesta una variedad de síntomas que poco a poco cortan la vitalidad de quien lo padece, se mantiene un sentimiento de tristeza e irritabilidad, un cansancio físico y mental, cambios en el apetito, en la dificultad para dormir, el deseo sexual disminuye, los movimientos se enlentecen y pensamientos de autolesiones y de suicidio. Los cambios de pensamientos, sentimientos y de conducta afectan la relación con los demás y la percepción que llegan a tener otros de la persona con depresión también influye, ya que esta llega a hacer susceptible por todos los cambios químicos, físicos y cognitivos que se tiene.

1.2.2 Origen

Otero (2012) explica que la depresión se conoce como una enfermedad moderna, por el auge grande que tiene en la sociedad, pero también recalca que los orígenes de esta se remontan en los comienzos de la humanidad. En los tiempos de Hipócrates menciona que la melancolía tiene que ver con factores externos, ambientales y que la depresión era una enfermedad que provenía del cerebro por lo que se necesitaba de medicamentos para tratarla. Para Platón este tipo de trastorno de gran alcance, la manera de tratarlo era a través de los filósofos, con el discurso y el

acercamiento al alma y Sócrates mencionaba que para esta afección era la comunicación y el lazo que se construye con el otro, para lograr un cambio desde el vínculo.

En los siglos IV y III antes de Cristo, la melancolía era lo que ahora se llama depresión, pero esta era definida como un estado natural del hombre y que todos tenían que pasarlo en alguna etapa de la vida, la sensación de tristeza profunda, era el destino de la persona. Galeno en el siglo II introduce el término de psiquis refiriéndose al alma física, que agobia a la persona ya que no era algo visible pero que afecta como una enfermedad, también consideraba que provenía por una lesión del cerebro y aunque el síntoma más frecuente era la terminación de la vida, resalta que no todas las personas querían morir sino poder salir del estado en el que se encontraban. Después se ve a la iglesia católica, que llega a dar un significado a la melancolía, atribuían a la posesión por un demonio y que la persona vivía en constante pecado. Entre los años 595-605 crean un cuadro de síntomas que siempre se llegaba a manifestar en la persona con melancolía y que era visible, entre los cuales estaban el suicidio, ira, indolencia y euforia, luego los árabes dan la definición del porque esta afección existía y a que se debía en el hombre , ya que lo atribuían a cambios químicos que se dan en el cerebro por la temperatura y la bilis negra, tiene que ver por el hecho de que hay preocupaciones y temores que agobian al doliente y recomendaban que lo mejor que se podía hacer, era poder alejar a quien padecía de estos pensamientos.

Se considera a la melancolía como una enfermedad y se descubre algunos orígenes para lo que hoy en día se conoce como maniaco depresivo ya que Constantino en 1.025 considera que esta tiene relación con el cerebro y el diafragma que eran afectados por el humor de la bilis, en la edad media se le da el nombre acedia a la melancolía y afectaba mayormente a los monjes, que después de tener un día lleno de mucho que hacer se llegaban a preguntar acerca del sentido de la vida, ya que los llamaban muertos vivientes, porque tenían que estar toda el tiempo sometidos ante un trabajo interminable, la amargura y falta de cuidado, se consideraba como brujería que llevaba a la muerte.

Durante el siglo XVIII Burton habla acerca de la anatomía de la melancolía y atribuye cierto síntoma; el estar triste o afligido y que cualquier persona lo puede sentir como la reacción que se daba de diferente forma, por lo cual la llaman enfermedad y dice que se debe de tratar por el

alejamiento de las pasiones y las perturbaciones de la mente; la persona debe de poder buscar diversión y cosas positivas que ayuden a mantener un estado de ánimo alto. Luego aparece Descartes, el cual menciona que el estado de la mente afectará todo el cuerpo y hace alusión a la enfermedad psicosomática y a la apariencia del individuo. En este siglo a los pacientes con esta indolencia eran llevados a hospitales psiquiátricos para ser apartados del ambiente social, pero esto sólo les afectaba aún más, por el estado en el que se encontraban y solo a finales se le consideró por primera vez como uno de los trastornos del estado del ánimo más importantes, el cual en este tiempo era mejor que se tratará en hospitales e instituciones. A principios del siglo XIX se volvió a dar un cuidado al enfermo como humano y así se creó una mejor intervención para así el tratamiento llegara hacer más eficiente.

Se crea la nueva teoría del psicoanálisis, donde hace a un lado el término de melancolía y ligado a eso el alma, ya que se habla por primera vez del inconsciente. En 1895 Freud hace referencia que toda esta sintomatología provenía por el duelo que se daba a la hora de tener una pérdida y unos años más tarde, se relacionó la ansiedad con la depresión, por lo que se menciona que esto se daba por la consecuencia de no poder lograr algo que se quería. A mediados del siglo XX se habla acerca de los diferentes tipos de depresión; endógena, reactiva y neurótica y el cambio de sustancias químicas y en 1972 apareció la fluoxetina o prozac, otras años más tarde llega el citalopram; las psicoterapias dan un aporte para la intervención del trastorno del estado del ánimo, una de las más conocida en este tiempo, el psicoanálisis de ahí se crearon otras más enfocadas a la enfermedad, hoy en día tanto el tratamiento de psicofármacos y terapias psicológicas son el mejor medio para darle un tratamiento positivo a la depresión.

Chávez y Tena (2018) hablan que la depresión es uno de los trastornos psiquiátricos más identificados y estudiados desde hace 2000 años y que ha repercutido en el ser humano a tal grado que se considera una enfermedad, la etiología aún es desconocida como disputada para una definición, pero tiene la característica de ser multifactorial; en la depresión intervienen varios elementos para su desarrollo, tales como; lo biológico, donde se observa ciertas irregularidades a nivel de neurotransmisores, se dice que es el genético, también los factores ambientales, como la cultura y sociedad que son encargadas de generar en el individuo la percepción de la vida como la respuesta que dan y la baja tolerancia a la frustración; la misma es un desencadenante principal,

que viene ligado al vínculo que existe dentro del dinamismo familiar, por último se habla de lo psicológico.

1.2.3 Causas

Otero (2012) explica que la depresión es el resultado de muchos factores, ya que no hay una causa en sí que pueda definir el origen, porque la proveniencia dependerá de cómo la persona viva y de todo lo que haya a su alrededor, si hay algún antecedente de un trastorno puede ser más propenso a padecerlo, como los cambios químicos que se tienen y por varias cosas, la persona se verá afectada, como las experiencias frustradas y la pérdida del sentido de vida, todo eso lleva a la depresión. Esos cambios químicos, físicos y psíquicos hacen que el enfermo no llegue a vivir plenamente y no tenga un desarrollo adecuado dentro de la sociedad y el propio funcionamiento.

- Cambios químicos: las enfermedades emocionales se encuentran en el tronco encefálico y afectan neuroquímicamente a la persona, la noradrenalina y serotonina que intervienen en el trastorno, también la recaptación o inhibición de ciertos neurotransmisores como la MAO (mono aminoaxido) y si esta se inhibe ayuda a combatir la depresión, por lo cual se crean psicofármacos con este mismo efecto en el organismo de la persona. Hay una disminución excitatoria de ciertas neuronas, que luego influyen en el comportamiento y la liberación de hormonas tiroideas, alteración en la secreción de cortisol y que esta es vinculada al estrés, la melatonina es alterada y hay incremento de la prolactina. Hay muchos cambios a nivel químico en la persona y si esta llega a sufrir depresión se considera como parte del tratamiento, el uso de fármacos.
- Cambios físicos: acá se llegan a manifestar las enfermedades psicosomáticas, como dolores de cabeza o cefaleas, mareos, desmayos, visión borrosa, dificultad para respirar, dolor en el pecho, constipaciones o diarrea, calambres, fatiga, anorexia, deshidratación, pérdida de peso entre otras, por lo cual se considera a la depresión como una enfermedad como tal, porque la gama de síntomas engloba muchas áreas de la persona y puede llevar a la muerte, por el suicidio.

- Cambios psíquicos: estos son indicativos en clínica, para un diagnóstico del trastorno y llegan a ser visibles por la repercusión en el individuo, como el ámbito familiar, social, laboral y en las actividades que son constantes en la persona, como el cansancio, el desánimo, desesperanza, episodios de llanto, pensamientos pesimistas, mal humor, irritabilidad, acciones autolesivas, fobias que llevan al desastre, el deseo sexual llega a ser nulo o disminuye.

Por lo anterior la depresión se considera una de las primeras causas de incapacidad en el individuo, ya que afectan de gran manera la parte exterior e interior y los más propensos son los jóvenes, aunque no todos los que la padecen reciben un tratamiento adecuado o saben a quién acudir porque no tienen el apoyo ni la educación adecuada. Otro punto importante a tomar en cuenta es el incremento del trastorno, debido al aumento paulatino de tecnología, las preocupaciones económicas, la irregularidad del ritmo de vida, la búsqueda de placer y las desintegraciones familiares que han habido en este siglo, por lo cual los muchos factores son claves en el desarrollo de la depresión.

Prevalencia en hombres y mujeres: en relación al género, las mujeres están más propensas a sufrir un trastorno depresivo ya que en ellas cae la responsabilidad de la evolución, la creación de un vínculo, la edificación de la familia, la maternidad y los cambios hormonales.

- Estatus económico: hay una relación cercana entre la depresión y la pobreza, ya que, si la segunda hace falta dentro del individuo, se llega a un mayor alcance de la enfermedad.
- Clima: los estados de ánimo son frecuentes en el ser humano, como las estaciones del año ya que este llega a transmitir un mensaje subliminal o basado a las experiencias del individuo por lo cual en el invierno las personas llegan a sufrir lo que se llama depresión estacional.
- La herencia: no hay una prueba contundente de que esta llega a tener incidencia para desencadenar el trastorno del estado ánimo, pero si hay un mayor porcentaje cuando alguien de la familia lo padece, por lo cual también se toma en cuenta este aspecto en el padecimiento del trastorno.

Egozcue (2014) explica diferentes enfoques para conocer las causas de la depresión, en la cual varias corrientes psicológicas describen la razón de esta enfermedad que genera gran impacto en el ser humano y la vida. Uno de los modelos es el sociocultural que explica que las herramientas para poder afrontar situaciones de gran impacto son escasas, cuando no hay adaptación al cambio la persona es propensa ante situaciones de divorcio, separación de los padres, muerte de algún familiar y la amenaza de la propia vida que provoca estrés, el cual es difícil de controlar; luego desde el psicoanálisis se habla de la niñez una etapa esencial para el desarrollo, la amenaza de no saber si se es amado o deseado desencadena este tipo de preguntas en relación al amor, que si se es merecedor de ser amado, por lo que crea una ambivalencia del deseo de querer y no merecer.

Desde la psicología del yo se habla del declive que tiene la autoestima, cuando la persona experimenta la frustración de no poder obtener lo deseado y en esta trabajan factores externos e internos, después se pone en alto la sobrevaloración de la otra persona, para que supla esas necesidades no alcanzadas por sí mismo. La depresión empieza a manifestarse desde que influye la percepción de haber perdido algo importante para el equilibrio de la vida y que no se puede recuperar, como la partida de un ser querido o una ruptura amorosa y lo que se llega a experimentar es ese bienestar psicológico, biológico, afectivo y social que ya no está y que la persona faltante le hacía sentir que lo tenía. La corriente cognitiva habla que la depresión no surge con lo que el individuo vive, sino lo que piensa del suceso, por eso acá resalta esas formas de pensar, que vienen gestadas desde la infancia, donde los sucesos negativos se forman y crean una percepción de las situaciones, una ideología, normas y un modelo de creencias nocivas, por lo que el ser humano se considera alguien incapaz, inferior o sin ningún valor, opaca y hace a un lado los éxitos y logros alcanzados.

1.2.4 Características

Zarragoitía (2011) habla sobre la globalización que tiene el trastorno depresivo y para entenderlo se necesita abarcarlo desde la parte más mínima, por lo que primero se debe poder conocer desde el concepto que empieza en la manera en que las personas se comunican, desde las emociones y lo que transmiten, desde ahí será la respuesta, por lo que a veces es negativa y ayuda al incremento de la sintomatología del trastorno; una de las características que tiene es la persistencia, por lo que en algunos casos se logra convertir en un estado de vida, que la persona acepta, así mismo no

cuenta con las herramientas adecuadas para poder superarla, por eso se dice que es constante, también que es severa, porque lleva al individuo a un estado de calamidad donde el sentido de vida y las ganas de vivir son los más recurrente que puede pasar, la única manera de poder aliviar la dolencia, es poder acabar con la vida, con esto se hace énfasis en la gravedad y en la intervención que se debe de tener, por eso dice que la influencia es negativa en el individuo.

Para poder entender la depresión, es necesario hacer énfasis en esos aspectos que no tienen que ver en la misma, por ejemplo, los mitos y creencias que se tiene de cómo se manifiesta, uno de estos es, la debilidad que sienten algunas personas ante eventos emocionalmente fuertes, la inmadurez que pueden presentar en cierta etapa del desarrollo o como una respuesta del carácter. Esta va más allá, porque se toman varios aspectos relevantes y no es una causa principal, se atribuyen al desarrollo del trastorno como los factores biológicos, donde alguien es más propenso sólo si ha tenido antecedentes familiares, el ambiente junto a la cultura y el nivel económico pueden llegar a ser un punto a tomar en cuenta y por último la característica psicológica relacionado a la salud mental; la buena gestión de las emociones, sentimientos y pensamientos.

Desde el entendimiento de la depresión, de una visión profesional de la salud mental, es importante poder saber y entender varios aspectos, como los antecedentes históricos y filosóficos del trastorno, ya que, a la hora de tener conocimiento del origen, se puede entender de mejor manera quien lo padece, tomar en cuenta la semiología, ya que en ocasiones no es considerada como una enfermedad y por ende no trae un malestar. Debe de ser posible realizar una clasificación de los diferentes tipos de depresión, como lo hace el manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales y conjuntamente con esto los diagnósticos diferenciales, la comorbilidad y la prevalencia.

Chávez y Tena (2018) exponen que una de las características del individuo con depresión, en la cual se ve envuelto y afectado son los estresores interpersonales que refiere a la manera del vínculo que tiene ahora la persona con los otros; el aislamiento es parte de la nueva conducta que se manifiesta para así lograr un desligue de las relaciones sociales y estas mismas empiezan a empobrecerse de tal manera que hay una pérdida del contacto exterior, es decir que la familia, amigos y trabajo son las primeras que la persona evita para que esa conexión no se deteriore, por

lo cual a consecuencia existe vulnerabilidad del individuo, ya que no hay una red de apoyo esencial para el proceso que vive. La persona con depresión se vuelve un ser frágil, desde las cogniciones arraigadas al aprendizaje primario, donde la familia tiene el papel de desarrollarlo, hay una pasividad que envuelve al individuo en todo lo que hace, para así decir que el malestar es significativo, en las áreas de mayor desenvolvimiento. La visión negativa se convierte en desesperanza, el futuro es desalentador, al igual que los sucesos estresantes y que no hay significado dentro de la existencia, por lo cual se puede decir que se pierde los deseos de vivir.

1.2.5 Síntomas

Molina (2010) menciona que la depresión es una enfermedad que llega a afectar tanto al cuerpo como a la mente y que se manifiesta con síntomas físicos, psicológicos y dependerá del ritmo de vida que cada persona lleve, porque cada individuo funciona de diferente manera, pueda que en unos no se hagan tan notorios como en otros, pero el comportamiento llega a ser diferente a lo acostumbrado. Hay ciertos síntomas que son muy notables y que son referencias para tener un diagnóstico, como la comorbilidad que se puede presentar en este trastorno del estado del ánimo y estos llegan a ser:

- **Tristeza:** es una de las emociones más notables que se puede hacer presente en el individuo, hay personas que no lo llegan a manifestar por ciertos factores como el hecho de la prohibición inconsciente del no poder expresar lo que se siente, otras veces se ve más el nerviosismo o la ansiedad, como también hay más manifestaciones de los síntomas físicos; la tristeza en la depresión tiene algo en particular que la diferencia de un estado de ánimo, es la intensidad con la que se manifiesta, también se experimenta frustración, ante las situaciones que no se pudieron realizar, la persona vive en un miedo constante y a veces es inexplicable por la intensidad en que se manifiesta.
- **Anhedonia:** este síntoma en particular llega a ser notable por las personas que rodean al que padece el trastorno, porque es visible el cambio comportamental que tiene el individuo, la anhedonia se caracteriza por esa pérdida de placer que se tiene ante las actividades que antes realizaba.

- **Ansiedad:** una hormona que influye en la ansiedad es la adrenalina, ya que ésta es la encargada de poder generar acciones en los seres humanos ante circunstancias de peligro, donde la situación significa algún riesgo para la vida de la persona, en la depresión esta hormona y la serotonina esta normalmente activas, por lo cual siempre hay una sensación de intranquilidad y peligro que no deja que haya un estado de plenitud.
- **Impulsos suicidas:** una de las características de la depresión, es la ideación suicida, por lo que la persona ya no ve la vida como un oportunidad, sino que experimenta angustia constante, porque el pasado acusa, el presente es un infierno y no hay esperanzas en el futuro, por lo cual la única solución a la interminable agonía llega a ser la muerte, es la única salida visible, por lo cual es importante tener el apoyo de la familia, ya que ellos tiene que velar para que se busque el tratamiento adecuado para el doliente. Aunque la persona deprimida no quiera la ayuda, es necesaria porque cambiará el estado en el cual se encuentra el individuo. A continuación, se muestra una tabla con los síntomas de la depresión.

Tabla Núm. 3
Síntomas de la Depresión

Síntomas psicológicos: tristeza, perdida de interés, ansiedad, vacío emocional, pensamientos negativos, problemas de concentración, delirios, alucinaciones e ideas suicidas.	Síntomas físicos: problemas del sueño, enlentecimiento mental y físico, aumento o disminución del apetito y aumento o disminución del peso.
---	---

Fuente: elaboración propia con base en Molina (2010), p. 28

Tabla Núm. 4

Síntomas frecuentes en la persona deprimida

A continuación, se muestra porcentajes de los síntomas más frecuentes en las personas deprimidas, estos de mayor a menor.

Tristeza.....	59%
Irritabilidad.....	14%
Ansiedad.....	14%
Estrés.....	11%
Dificultad de concentración.....	11%
Miedo y temores.....	10%
Insomnio.....	8%
Ideas suicidas.....	7%
Sentimiento de culpa.....	6%

Fuente: elaboración propia con base en Molina (2010), p. 36

1.2.6 Tipos

Molina (2010) habla acerca de los diferentes tipos de depresión que existen, aunque la sintomatología es parecida, siempre hay algo que diferencia uno del otro, la gravedad e impacto que tiene en el individuo es de significancia, por eso considera a este trastorno como multifactorial, por la diversidad, donde abarca elementos como el estatus social, ambiente, factores de riesgo y herencia, siempre causa un malestar significativo en el individuo y no permite un desarrollo sano en el ámbito familiar, social e individual. A continuación, se clasificará los diferentes tipos de depresión y las características que los llega diferenciar de los otros.

- Depresión reactiva: este tipo de depresión se caracteriza por el hecho de que todas las personas en alguna etapa de la vida la sufren, por lo que la manera en cómo se gestionan las emociones que vienen a flote en el momento, hará la diferencia, por eso el ser humano ante las etapas de conflicto, como la pérdida de trabajo, llegan a ser propensas a este trastorno del estado del ánimo; esta puede manifestarse en una gravedad de leve, moderado o grave y

dependerá de cómo se maneje a la hora de manifestarse, por eso se dice que no se requiere un tratamiento farmacológico sino un acompañamiento de las redes de apoyo y psicoterapia.

- Depresión endógena o unipolar: está caracterizada por un componente genético, ya que se toma en cuenta si algún familiar ha sufrido algún tipo de depresión, se pueden ver cambios en los neurotransmisores como la serotonina, donde los niveles bajos muestran mayores síntomas, por lo que el acompañamiento de psicoterapia y fármacos ayudarán a la persona a una mejora en el proceso.
- Distimia: este es un tipo de depresión que muchas veces no es tan visible, por el hecho que toda la sintomatología llega a ser menos grave que lo visto con otros tipos de este trastorno, una de las características es que esta se manifiesta por un larga período de tiempo, por lo tanto la persona siente que la vida no tiene sentido, vive una infelicidad crónica y que a la vez es desgastante, se necesita de un acompañamiento psicoterapéutico y farmacológico para que haya una mejora.
- Trastorno bipolar: este fue llamado trastorno maniaco-depresivo, por los cambios constantes del estado de ánimo de la persona, ya que se puede llegar a ver dos fases o dos polos, en los cuales el individuo se encuentra, uno es en el estado de manía, donde no se nota la depresión como tal por qué se puede ver a alguien que puede llegar a hacer cualquier cosa que se proponga, hay una cantidad grande de energía, por otra parte toda la sintomatología de una depresión como tal, por lo cual siempre se recomienda un acompañamiento de fármacos del estado del ánimo, psicoterapia y el acompañamiento significativo de la familia.
- Depresión mayor: este tipo es la manifestación más grande de la depresión, ya que acá se ve el malestar significativo que tiene la persona, porque retrae a quien lo padece de todas las cosas que con anterioridad hacía, pensaba y actuaba, esta llega a durar meses o años, hay una ideación suicida, por lo cual siempre se necesita de un acompañamiento de parte de la familia o alguien cercano, la medicación con los psicofármacos y la psicoterapia.

1.2.7 Tratamiento

Molina (2010) habla acerca del tratamiento que se debe de tener en las personas diagnosticadas con depresión, este consta de tres puntos importantes que se debe de tomar en cuenta; el poder aliviar los síntomas agudos, reintegrar el funcionamiento del sujeto y que se pueda lograr una recuperación total, así poder evitar las recaídas, ya que en este tipo de trastorno puede ser muy frecuente por el motivo que se tienen varios síntomas que la persona siente y que no puede controlar. Por eso se hace énfasis que haya la adecuada intervención, ya que sino no podrá haber una mejoría, dentro del objetivo de le terapia está, poder regresar al sujeto al estado de funcionalidad en las áreas social, laboral y familiar para cambiar los pensamientos, emociones, acciones y todos las desregulaciones químicas del cerebro. Por eso se habla de dos maneras de tratamiento; la primera el uso de fármacos y la psicoterapia.

- a) Psicofármacos: uno de los tratamientos que ha tenido mayor alcance y confiabilidad para el tratamiento de la depresión, el uso de antidepresivos, aunque se cree que estas son drogas y por lo mismo vuelve dependiente a quien lo ingiere, pero lo cierto es que mejora el funcionamiento químico a nivel del cerebro, pero todo dependerá de si el paciente sigue las instrucciones que el doctor ha prescrito, ya que si no se encuentra la dosis ideal, puede que tenga efectos secundarios que perjudicarían aún más a la persona. El efecto de los antidepresivos hace que la persona vuelva a reintegrarse y funcionar como antes lo hacía, este trastorno hace que la sinapsis no contenga mayor número de neurotransmisores, por lo que la tarea del fármaco es poder elevar la cantidad y el aumento de estos, como también evitar que se destruyan a través de los inhibidores de la monoaminoxidasa o IMAOs y así con el tiempo todo este aumento ya no se necesitará más de este tipo de fármaco y el organismo regresa al estado de normalidad y funcionamiento; la duración que tiene el medicamento para que haga efecto es de dos semanas, pero hay casos donde puede pasar hasta 6 meses.
- Antidepresivos tricíclicos: estos obtienen el nombre por la manera química en que fueron hechas, tienen el objetivo de poder aumentar la actividad sináptica y de neurotransmisores, llegan a prescribirse a pacientes con depresión grave o moderada, como para otros síntomas que se presentan como la falta de apetito, enlentecimiento motor y problemas a la hora de

dormir, llegan a hacer efecto hasta las dos semanas y causan un resultado de relajación; estos tienen algunos efectos secundarios que pueden alterar al paciente, entre ellos están, visión borrosa, dificultades en la erección y eyaculación, taquicardia, boca seca, temblores en las manos y aumento de peso. Entre los fármacos más conocidos están: Tofranil, Anafranil, Tryptizol y Martimil.

- Inhibidores de la monoaminoxidasa o IMAOs: estos tipos de fármacos son utilizados sólo si los antidepresivos no tienen mayor efecto y que llegan a tener una depresión atípica o poco frecuente. Estos aumentan la cantidad de neurotransmisores en la sinapsis; durante la ingesta de este fármaco se llegan a prohibir ciertos alimentos que no contengan tiramina ya que debido a las sustancias no puede ser metabolizado, existen dos tipos los IMAOs tipos A y B.
- b) Psicoterapia: otro de los tratamientos más efectivos para la depresión es la terapia psicológica, ya que ésta a comparación de los fármacos no llega a tener los efectos secundarios, por lo cual se considera la mejor opción, pero en ciertas ocasiones donde el trastorno es grave se debe de acompañar de estas dos herramientas que siempre velan por el bienestar de la persona. Una de las complicaciones o desventajas que se puede ver en este tratamiento es la duración y el tiempo que tiene, ya que el paciente espera que tenga un alivio pronto, cosa que a veces no se logra en las primeras sesiones, debido a que se tiene que ver al individuo en totalidad, para después escoger la mejor corriente para buscar el bienestar. Entre las terapias utilizadas para la depresión están:
- Terapia cognitiva: se basa en la persona desde todos los procesos cognitivos que tiene, trabaja en los pensamientos y las percepciones del depresivo, para luego hacer una evaluación de cómo estos afectan los sentimientos y conductas, por lo que primero identifica los pensamientos negativos y luego se hace una reestructuración de los mismo para que poco a poco haya un cambio y así afecte el comportamiento y el manejo de lo que se siente.
 - Terapia conductual: esta no se llega a centrar en los pensamientos sino en la conducta, por lo cual en la depresión este tipo de terapia trata que el paciente mejore, pero desde los nuevos actos, para cambiar la rutina que se tiene en ese momento, saca a la persona de la zona de

confort, trata de mejorar los problemas de sueño y la gravedad de la sintomatología desde el actuar.

- Terapia cognitivo conductual: esta terapia une dos, ya que trabaja desde los pensamientos negativos que tiene la persona y desde la conducta, por eso es que a la hora de poder concentrarlas, se busca un cambio global de la persona deprimida; esta terapia habla que al paciente se le debe de poder ver desde todos los ángulos posibles, para que así haya una apreciación de lo que es y lo que hace, se toma en cuenta las cogniciones que están arraigadas al aprendizaje recibido por la familia, cultura y sociedad, mismas que desencadenan en comportamientos disfuncionales, por lo que el cambio se tiene que iniciar desde estas dos pautas, que es donde se gesta el todo del individuo.
- Terapia interpersonal: la persona deprimida se retrae de todo contacto del exterior, por eso es que en esta terapia se busca el apoyo que el paciente necesite a través de la familia y mejorar la comunicación con la misma, para una sana regulación de sentimientos, conducta y pensamientos. La forma de poder conectar con los demás genera conflicto, por la falta de no saber cómo relacionarse con amigos, parientes y sociedad, hay una reeducación en la manera de comunicarse, porque hará la diferencia para fortalecer las redes de apoyo, la escucha activa y el acompañamiento será otra clave para la buena intervención en este tipo de trastorno.

Por todo lo que se mencionó anteriormente, donde se habla primero de una de las psicoterapias con alto impacto y que toma auge después de la segunda guerra mundial, por una de las preguntas más frecuentes y que pocas veces se responde; el sentido de vida, no hay otra forma de encontrarlo sino por la búsqueda que se debe de hacer con los recursos que se tienen, aunque lleguen a ser pocos o no suficientes, por lo que se menciona una de las problemáticas más grandes que afecta a la sociedad en la actualidad: la depresión, es considerada una enfermedad que aflige al individuo, tiene alto impacto en todos los ámbitos en los que se desarrolla el ser humano, los aspectos sociales, familiares son afectados desde los pensamientos, sentimientos y la forma de actuar, por lo tanto se enfatiza como una enfermedad completa y se debe de poder tener una intervención adecuada y precisa.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Encontrar el sentido de la vida es la inminente búsqueda de la persona desde que es racional, como todo lo que hace es cuestionado y tiene comienzo desde el núcleo de la familia, donde se es enseñado a pensar, actuar y a sentir de cierta forma, pero esto no es suficiente porque desde la individualidad misma la persona busca darle valor a lo que crea y esto es uno de los principales objetivos de la logoterapia. La situación vivida no es lo que define, tampoco los recursos que se tienen ya que todo llega a tener un fin y una explicación, la libertad del hombre del poder aceptar o rechazar cierto suceso es lo que llega a dar sentido. Así mismo, también se habla de una problemática que es relevante darle importancia como la depresión, esta provoca en el hombre un estado de tristeza e infelicidad, donde varias áreas de la vida se ven afectadas significativamente, predomina un pensamiento distorsionado de sí mismo y una incapacidad de poder hacer las cosas, donde el nivel de funcionamiento puede llegar a ser nulo, aunque dependerá del grado o tipo de depresión manifestada en la persona.

La importancia del estudio radica en los sujetos que sufren depresión, que es una de las causas más grandes de enfermedad según la Organización Mundial de la Salud, esta limita a la persona sufriendo en ciertas áreas de la vida y se pretende encontrar como la logoterapia ha influido en la depresión desde la búsqueda del sentido mismo de la vida y el valor que se le da, donde el individuo a través de la libertad puede escoger entre la importancia que tienen las cosas y la determinación de la existencia. La depresión es uno de los trastornos frecuentes en la población según la Organización Panamericana de Salud y Guatemala puede estar incluido entre los mismos, ya que en este constituye el segundo lugar en posicionamiento de este trastorno del estado del ánimo y tanto hombres como mujeres se ven afectados, aunque a nivel latinoamericano es uno de los países con menos incidencia, sin embargo en los jóvenes se podrían manifestar ciertos síntomas de atención, como las conductas autolesivas, el bajo rendimiento escolar, la falta de metas e inclusive la inseguridad del poder pertenecer a algo y que poco a poco esto vaya en crecimiento y llegue a afectar no sólo al que lo padece sino a la familia.

El sentido es algo humano que está ahí pero que el propio ser tiene que descubrir conforme a las vivencias, en la realización misma de experimentar, poder aprender de lo que ha pasado y darle

un significado, la realización de amor, de las situaciones donde no se puede cambiar nada, de la posición de la persona frente a las cosas y la forma de como las percibe, por lo que la investigación pretende buscar esa eficacia que ha tenido la logoterapia en casos de depresión donde los jóvenes son los afectados y ver los cambios de logro de este enfoque psicoterapéutico. La adolescencia es una etapa donde hay mayor influencia por todo tipo de personas, situaciones y sucesos, los sueños empiezan a gestarse, las figuras de ejemplo tienen gran efecto, la vista en el futuro es predominante, pero en sujetos con depresión todo esto no lo viven de manera adecuada, ya que la realidad está distorsionada; por lo que la importancia de la realización de esta investigación es demostrar a través de la literatura científica como el significado de vida proveniente de la logoterapia es una vía fiable para el trastorno depresivo. Por todo lo anterior mencionado se plantea la siguiente pregunta: ¿Cuál es la efectividad reportada de la logoterapia en la depresión de adolescentes que cursan distintos niveles de secundaria?

2.1 Objetivos

2.1.1 Objetivo general

Establecer la efectividad reportada de la logoterapia en la depresión de adolescentes que cursan los distintos niveles de secundaria.

2.1.2 Objetivos específicos

- Analizar según la literatura el nivel de depresión en los adolescentes de distintos niveles de secundaria.
- Conocer según la literatura científica los síntomas más frecuentes de los adolescentes con depresión.
- Identificar en que género es más prevalente la depresión en los adolescentes según los documentos literarios.

2.2. Variables o elementos de estudio

- Logoterapia
- Depresión

2.2 Definición de variables

2.3.1 Definición conceptual de las variables o elementos de estudio

Logoterapia

Frankl (2018) define que la logoterapia está enfocada en poder hacer que el ser humano logre encontrar el sentido de vida y que lo haga consciente, ya que no es que la persona lo tenga dentro de sí, sino que debido a las situaciones poder darle significado a la existencia desde la introspección del sujeto; por eso es que en la terapia se habla acerca de temas como el vacío existencial, que siempre va estar presente en la vida, la frustración existencial que no es más que el hecho de no poder encontrar el sentido a todo lo que se hace. También habla que la logoterapia es vista desde una forma espiritual ya que el ser trasciende a la hora de poder encontrarse a sí mismo y logre tener una experiencia de relación.

Depresión

APA (2014) en el manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM V define que la depresión es un estado de ánimo en el individuo, que se caracteriza por una tristeza profunda acompañada de otros síntomas como el sentimiento de vacío profundo, que no permite a la persona tener una perspectiva clara de la vida, se manifiestan ideas suicidas, pérdida de interés por las actividades placenteras; esta es considerada como una enfermedad, por lo cual causa cambios químicos en el cerebro, especialmente en los neurotransmisores. La depresión llega a generar un sentimiento de falta de valía en el individuo, por lo que este trastorno llega a afectar a la persona de manera significativa y hay una disfuncionalidad en diferentes áreas.

2.4 Alcances y límites

La investigación busca primeramente encontrar documentos científicos donde se pueda obtener la suficiente información teórica sobre la eficacia de la logoterapia y el impacto que ha tenido en adolescentes que cursan los niveles de secundaria, estos con la característica del trastorno de depresión. La investigación toma únicamente a los jóvenes estudiantes y los medios de búsqueda serán todas aquellas fuentes donde la información adquirida sea confiable y verídica, la cual únicamente tendrá una antigüedad de 10 años.

2.5 Aporte

La logoterapia es encargada de poder brindarle sentido de vida a las personas y la manera de vivir sea con propósito para un mejor desarrollo y desenvolvimiento del ser. Por lo que esta investigación busca indagar como la logoterapia ha demostrado ser funcional para tratar trastornos como la depresión en adolescentes. A la población de Guatemala el aporte más importante es dar una nueva perspectiva y ampliar la teoría de las variables de estudio para poder entenderlas mejor, para los residentes de Quetzaltenango una herramienta de conocimiento sobre este trastorno y la influencia de la logoterapia en el mismo y así desde la teoría investigada haya un plan acción. A la universidad Rafael Landívar para que futuros estudios sean guiados con base al que se hizo y así haya mejores resultados, a la facultad de humanidades para darle una fuente fiable, ya que el estudio recopiló información de significancia. A los profesionales de la salud mental para que puedan ver los efectos y así sean motivados a buscar más herramientas para la depresión.

III. MATERIAL Y MÉTODO

3.1 Sujetos

Para efecto de la investigación se toma a personas que se encuentran en etapa de la adolescencia, entre las edades de 12 a 19 años, estos de ambos sexos, procedentes de diferentes centros educativos y niveles de secundaria, originarios de varios países de Latinoamérica y España, por lo que los sujetos son de distintas culturas y nivel socioeconómico.

3.2 Procedimiento

- Elección del tema: según intereses del investigador.
- Creación y aprobación del sumario: se enviaron dos para luego ser seleccionado uno.
- Aprobación del tema para la investigación: se crea un perfil de investigación para luego una aprobación por la persona correspondiente.
- Investigación de antecedentes: se busca revistas, tesis, boletines y utilización de internet para el mismo.
- Creación del índice: de las dos variables de investigación del tema de tesis.
- Elaboración del marco teórico: se utiliza y lee libros acerca de la variable a tratar.
- Planteamiento del problema: se focaliza por medio del marco teórico y la problemática que se observó.
- Elaboración del material y método: por medio del uso de herramientas de búsqueda adecuados al proceso que mejor se acopla a la investigación.
- Análisis de resultados: búsqueda de toda la literatura y la selección de la misma.
- Discusión: confrontación del marco teórico con la nueva literatura, para dar contestación a los objetivos.
- Conclusiones: se elaboraron conforme a los objetivos planteados.
- Referencias bibliográficas: por medio de los lineamientos de las normas APA donde se hará mención de los autores presentes en la investigación.
- Resumen: una síntesis de todo lo abarcado en la investigación.

3.3 Tipo de investigación, diseño y metodología

Hernández, Fernández y Baptista (2014) propone que el tipo exploratorio sirve para poder obtener mayor información sobre un determinado tema que llegue a estar relativamente estudiado, donde se busca nuevas problemáticas, encontrar nuevos conceptos, dejar huella para futuras investigaciones o llegar a confirmar fenómenos ya planteados. Por eso es que este tipo de investigación no pretende dar explicación a algo como tal, sino el poder recopilar información que aporte y demuestre aspectos relevantes, como señalar las tendencias y las relaciones que tiene una variable con la otra, para alcanzar una visión más general y haya una familiarización de la situación planteada.

Cardona, Higuera y Ríos (2015) plantea que la revisión sistemática hace una búsqueda de varios estudios con la característica del mismo tipo y objetivo que la investigación en curso, busca una reducción de la literatura a partir desde el desarrollo para lograr ver que estudios favorecen; es una búsqueda profunda y exhaustivo de documentos que logren aportar a los objetivos, por lo que se hace una clasificación de exclusión e inclusión, para que haya un mejor desenvolvimiento de lo que se quiere alcanzar, por lo que se debe analizar resultados antes planteados y comparar, combinar o añadir para que los hallazgos con el marco de referencia tenga un sustento de mayor confiabilidad.

Cruz, Olivares y González (2014) definen el tipo cuantitativo como un grupo de procesos secuenciales y que trata de poder comprobarlos, propone un plan para la resolución del fenómeno y se usan objetivos y preguntas para la solvencia del mismo, hay un marco teórico para una construcción fundamentada que través de fenómenos observables se da aclaración a lo que se quiere conocer, se usa herramientas adecuadas, así se logra comprobar y dar resultados de todo el trabajo hecho, para sí continuar con las conclusiones como parte final de la investigación.

- Temporalidad de ejecución: para efecto de la investigación se recopila documentos literarios, los cuales están basados en fundamentos científicos y comprobados por expertos en el tema; cuentan con una antigüedad de 10 años.

- Documentos: se utilizarán documentos que tienen como fuente tesis y artículos nacionales e internacionales sobre la temática de logoterapia y depresión así se obtenga la mayor información para la investigación.

IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación, se presenta dos esquemas que contienen la ruta de investigación de los documentos consultados sobre el estudio monográfico efectividad reportada de la logoterapia en la depresión de los adolescentes que cursan distintos niveles de secundaria: una revisión de literatura; por lo tanto, se grafica por medio de los siguientes esquemas la ruta en la cual se encontraron los documentos utilizados.

Figura núm. 1

Ruta de investigación de los documentos de la variable Logoterapia

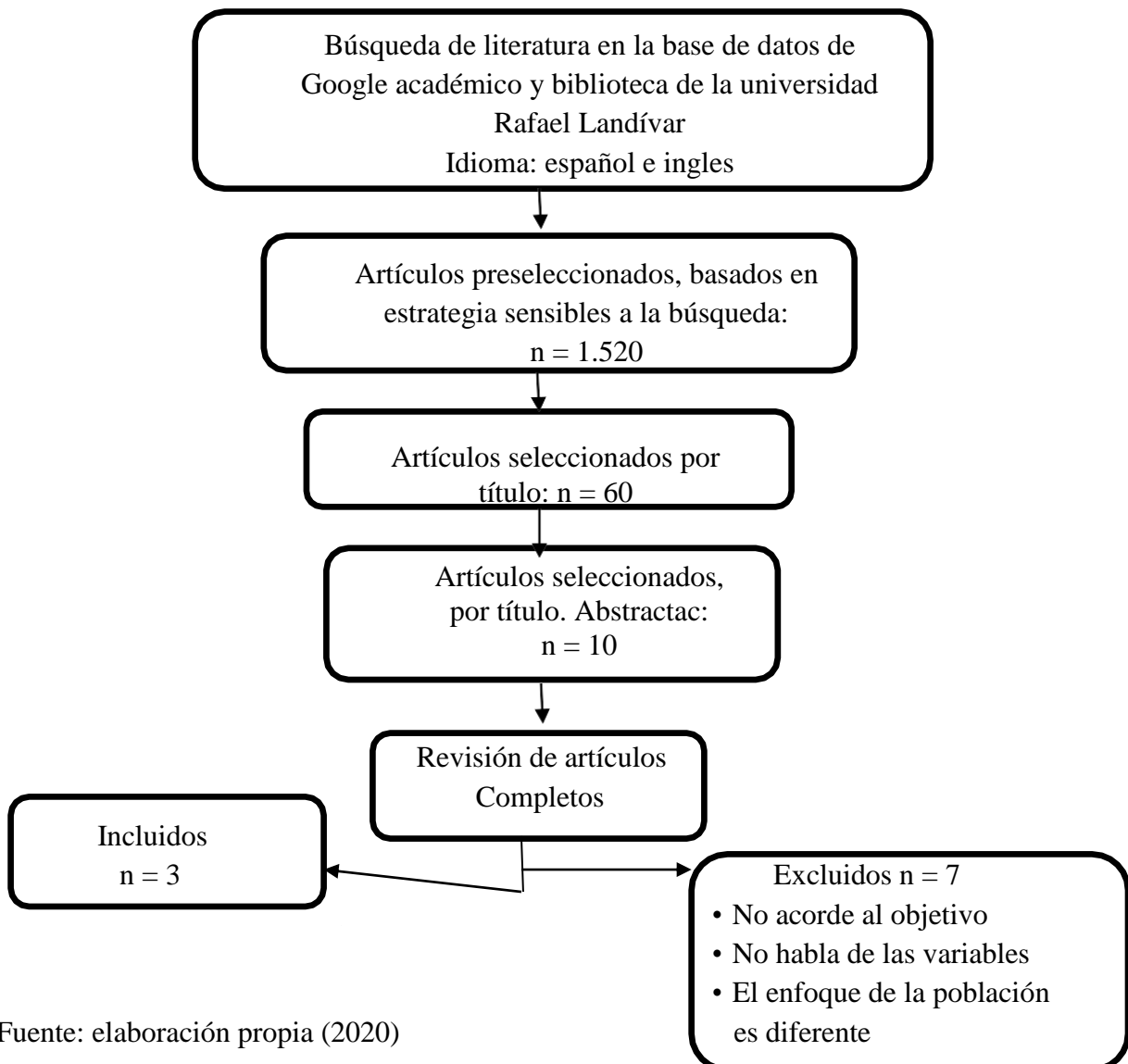
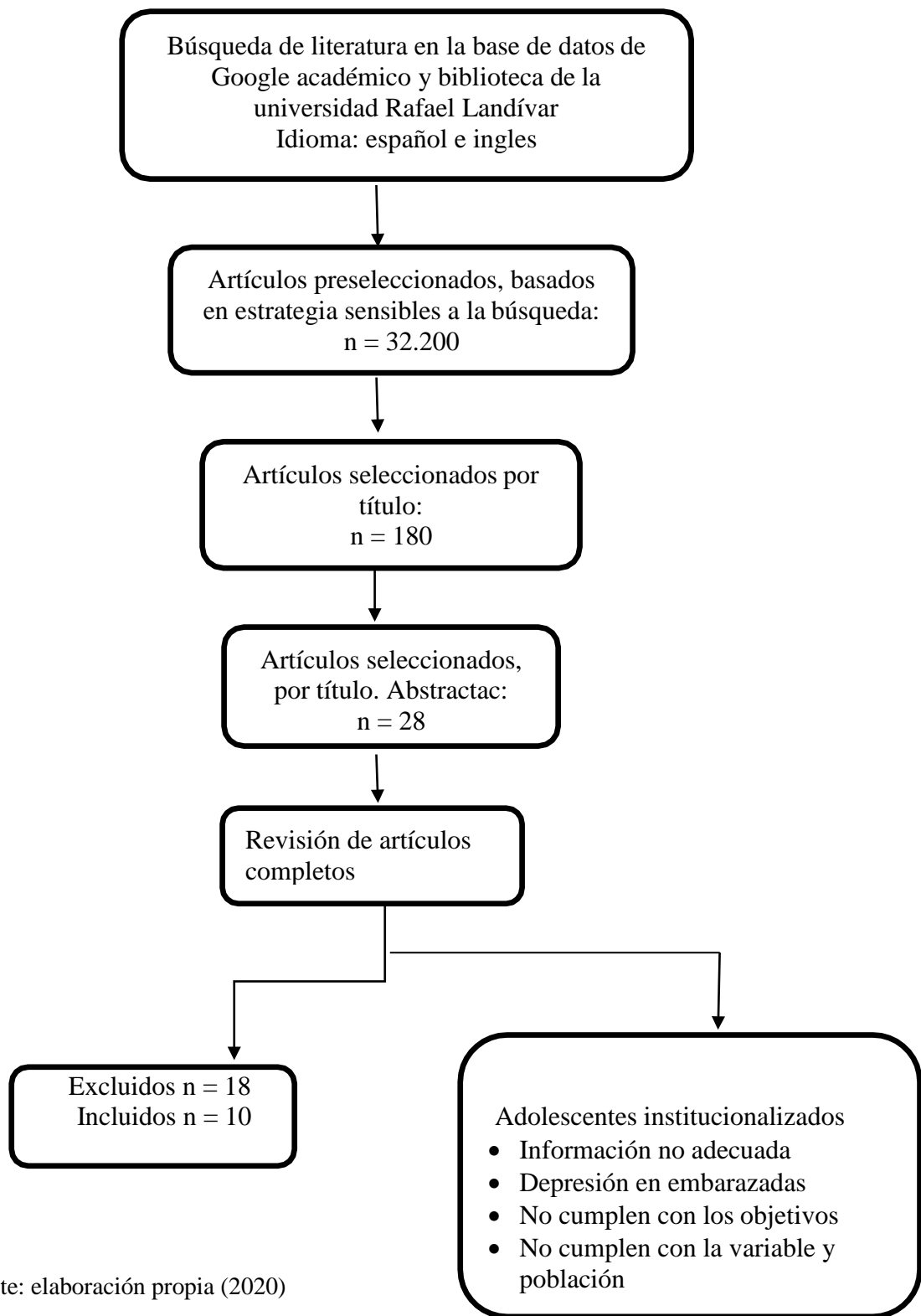


Figura núm. 2
Ruta de investigación de los documentos de la variable Depresión



Fuente: elaboración propia (2020)

V. DISCUSIÓN

La logoterapia es llamada como la tercera escuela de psicología y tiene un enfoque global en la persona, el creador Víctor Frankl integra temas de importancia para dar forma a la teoría, hace énfasis en la espiritualidad del ser humano y encontrar la voluntad del propósito en la existencia aun en medio del sufrimiento. ya que resalta la actitud frente a la circunstancia donde se pone en juego los valores intrínsecos que provienen desde los recursos psicológicos, donde se ve envuelto todo el entorno del individuo; así mismo, en esta psicoterapia es relevante la toma de decisiones de manera autónoma con la libertad de escoger el propio destino, para poseer una visión más positiva ante el mundo y las experiencias que se enfrentan cuando estas no son tan favorables, así como lo menciona Frankl (2012).

La depresión es un trastorno donde se ve implicado el estado de ánimo bajo, se experimenta una tristeza profunda, falta de energía, cambios en los estados del sueño, pérdida de peso, anhedonia y falta de motivación; lo que ocasiona que la persona que la experimenta tenga dificultad en las distintas áreas relacionales e individuales, por lo que se puede decir que esta enfermedad tiene un grado de impacto en el individuo y lo convierte vulnerable a vivir con mayor intensidad los eventos traumáticos y relevantes en la vida, donde se toma factores de atención tales como la edad, sexo, posición socioeconómica y proveniencia; una de las personas afectadas son los adolescentes ya que en la etapa en la que se encuentran viven cambios constantemente y la adaptación suele ser más lenta por la formación que se da en este periodo en la personalidad, tal y como apunta Rojas (2011).

Por lo que es importante establecer la efectividad reportada de la logoterapia en la depresión de adolescentes que cursan distintos niveles de secundaria, desde una revisión literaria por consiguiente Frankl (2019) habla sobre la logoterapia, la cual busca que la persona sea independiente a través del sentido de vida, para experimentar los recursos necesarios ante circunstancias que se presentan a lo largo de la existencia, las cuales ocasionan una falta de motivación y que provocan pensamientos negativos. La psicoterapia le permite al individuo encontrar un significado y compromiso para seguir adelante ante la angustia que se pueda

experimentar por la vivencia de algunos límites y la incertidumbre de lo que no se logra visualizar, de esta forma se crea resiliencia.

Así mismo Glender y Martínez (2016) fundamentan a través de la literatura, la respuesta del objetivo, donde presentan un modelo con fundamentos en la logoterapia y psicoterapia somático corporal y ambas muestran que la sintomatología depresiva debe ser abordada en varias formas de trabajo para brindar al sujeto los recursos personales, espirituales y emocionales que le permitan reformular el sistema de creencias y el compromiso por retomar el gusto a la vida, ya que este se ve afectado por la tristeza profunda y pensamientos distorsionados. Por lo cual en base a los dos autores anteriormente mencionados se evidencia que la logoterapia es una opción confiable ante los trastornos del estado del ánimo para que el ser en la totalidad logre encontrar significado desde los valores.

Para la continuidad Martínez (2014) explica que la logoterapia está centrada en que la persona comprenda desde el sentido, la necesidad de trascendencia sobre los límites que se puedan tener por experiencia, donde se vea implicado el sufrimiento; al mismo tiempo se aborda la autosuperación con un enfoque espiritual, esto para comprender la humanidad misma, por lo cual es imprescindible tomar en cuenta la voluntad de la libertad donde se plantea que es el hombre quien tiene que tomar una actitud de lección facultado por la esencia, personalidad y los valores personales.

Por lo que Almario (2014) habla sobre el vacío existencial y lo describe como esa falta de motivación del vivir que se hace grande en la etapa de la adolescencia, hay una demanda de la pregunta del sentido de vida, una búsqueda y significado constantemente a lo que se vive, hace y crea, pero ante la frustración del sin sentido surge una problemática llamada depresión, que repercute de manera significativa en todo el entorno, ya que en este período el trastorno es más significativo, por lo que se requiere una atención global; según los estudios que se han hecho a nivel mundial dictan que a la edad de 18 años hay un 15 o 20% de manifestaciones de episodios de esta enfermedad y que va en crecimiento desde los 13 años, por esto en esta etapa se debe de motivar a la persona a una realización, donde se puede desarrollar el deseo de vivir y dar importancia al ser, para lograrlo se puede empezar desde los colegios donde estos con los valores

logoterapéuticos den las herramientas para afrontar situaciones de impacto. Por lo que los autores proponen a la logoterapia como herramienta adecuada para que el sujeto pueda sobreponerse desde el significado ante los problemas y carencias de sentido de vida.

Así mismo Chávez y Tena (2018) hablan sobre los diferentes eventos que se consideran como estresores para el individuo, que desencadenan mayor manifestación de la sintomatología del trastorno del estado del ánimo, como la conexión que hay entre los parientes cercanos, ya que si este es malo, no habrá buenas redes de apoyo, lo cual es fundamental para este diagnóstico, por lo que se muestra una conducta de alejamiento de todo lo que antes se hacía, las relaciones sociales, familia y amigos se ven afectadas. El individuo con esta enfermedad vive desde un gris, ya que la manera de ver la vida ya no es favorable, por lo que el significado del existir y el valor a lo que se hace es nulo, como la esperanza al futuro tiende a decaer; por eso se menciona que el depresivo es afectado a nivel global.

En la secundaria según la necesidad que ha surgido por la prevalencia de la depresión, es imprescindible generar las herramientas adecuadas para un mayor potencial y rescatar los valores personales para lograr una superación, es por ello que Romero (2017) en el estudio de la relación de la depresión con el sentido de vida, habla de que el adolescente puede construir una solidez en la seguridad del actuar y un crecimiento en la identidad, para encontrar el propósito en la vida, ya que en esta etapa según análisis estadístico un 82% está en búsqueda del sentido y solo 1% tuvo alto el mismo. Es por esto que hay una asociación directa con la depresión ya que perjudica concretamente en la sintomatología que se desarrolla en este trastorno mental, al mismo tiempo están involucrados los niveles de desesperanza y significación por el existir, lo cual actúa como un factor de prevención ante el desánimo por la vida. Es por eso que las redes de apoyo ayudan a manejar los síntomas de la depresión.

Con lo antes expuesto se da respuesta al objetivo planteado, por lo que se evidencia la efectividad de la logoterapia en la depresión de adolescentes escolares, donde se muestran estudios en los que el sentido de vida que es parte fundamental de esta psicoterapia, hace que la persona tenga menos rango de episodios del trastorno del estado del ánimo, también se identifica que este tiene gran impacto, porque provoca cambios a nivel global, donde los valores permiten el crecimiento

personal. La etapa con más vulnerabilidad es la adolescencia, ya que son propensos al exterior que repercute en el interior, por eso es que los recursos existenciales con significado provocan bienestar para que haya un buen vivir y un desenvolvimiento de trascendencia.

Así mismo se menciona el objetivo, para conocer el nivel de depresión en los adolescentes de distintos niveles de secundaria donde Chávez y Tena (2018) hablan sobre la depresión como una enfermedad, que se ha visto presente desde hace ya varias décadas, por lo que ha repercutido en muchas personas de manera incontable y el nivel de riesgo es alto, para quien la padece; las causas de la aparición llegan a ser desconocidas, ya que se ven involucradas muchas áreas, con esto es posible mencionar que el trastorno del estado del ánimo afecta de manera holística, desde lo hereditario, químico, social y cultural, por esto es que se hace énfasis en la gravedad que este representa para el individuo.

Así mismo Ramírez (2018) muestra un estudio con la variable de depresión y habla sobre como los jóvenes llegan a ser un grupo vulnerable ante tantos cambios que experimentan. En dicha investigación, se mostró el nivel de depresión de los adolescentes de jornada matutina y vespertina, donde los de 14 años, muestran un nivel de depresión alto y desde el análisis de ANOVA, hay una diferenciación estadísticamente significativa del 0.05 del trastorno, este abarca los diferentes grupos de estudio, donde las mujeres dan una diferenciación superior que los hombres, al igual que el grupo de la jornada vespertina; se concluye que las diferentes horas de estudio si infieren en la gravedad de la depresión, pero este es menor de 0.05 de significancia. Por lo tanto, se demostró que en adolescentes de secundaria suele ser alto el nivel del trastorno, es por eso que la depresión muestra incidencia en los tiempos de estudio y en edad de los adolescentes, sin que la aparición sea con causas concretas.

Así mismo se menciona a Ceballos *et.al* (2014) donde presentan una investigación acerca de la relación de depresión con ideación suicida y autoestima, las cuales fueron medidas por las herramientas, para la fiabilidad de los resultados, por lo que se usó una población de 242 estudiantes entre 15 a 19 años de edad; a fin de la investigación, se toma el análisis estadístico de la primera variable, donde se conoce la incidencia de los niveles de depresión, donde el 41% de la muestra femenina no presenta el trastorno, el 2% arroja una repercusión leve, el 5% moderada y

un 2% grave, por lo que en los hombres el 2% es el mismo al resultado de grave y moderado y el 3% leve, por lo que el resto del 43% no presentan síntomas. Así mismo en toda la muestra que se trabajó se ve un índice de depresión del 16%, en lo cual se hace mención a la relación que tiene con la ideación suicida, el cual es síntoma de este trastorno que afecta el estado del ánimo, donde a mayor grado, más es el peligro que corre el individuo, de poder continuar con los deseos de atentar ante la vida. Por lo que se conoce que el nivel del trastorno en los adolescentes de secundaria es bajo y hay una relación con los pensamientos de poner fin a la vida.

Por lo tanto Garrido (2013) con la investigación donde se identificó el nivel de depresión de niños y adolescentes, según la muestra, en el cual el 100% es de 30 sujetos donde se dividió en 3 la gravedad encontrada; el resultado en percentilado de 0 a 25 que indica una depresión leve, de 26 a 75 moderada y de 76 a 99 grave, por lo que en porcentajes se deduce que el 16% muestra un grado grave del trastorno del estado del ánimo, 32% en promedio y el 52% en un estado leve; así mismo la división de las edades de 13 a 16 años arroja un resultado del 44.44% bajo, el 33.33% promedio y el 22.22 alto. Por lo tanto, se comprueba que la incidencia en la población es baja.

De tal manera se menciona que el objetivo específico planteado, donde se pregunta el nivel de depresión de los adolescentes y a través de la literatura encontrada; se observó en las poblaciones estudiadas, que la gravedad se daba en las minorías, pero que la incidencia estaba asociada con la ideación suicida, por lo cual se denota lo riesgoso que es para los individuos tener esta enfermedad, donde a pesar de los porcentajes bajos se necesita tener herramientas adecuadas para la intervención, ya que al hacerlo se valorará la integridad que representa el ser y poder rescatar a quien se encuentre en un trastorno como la depresión.

Al mismo tiempo, se habla sobre conocer la sintomatología de la depresión en los adolescentes como objetivo a través de la literatura, por lo que es importante tomar en cuenta a Molina (2010) que menciona que hay una sintomatología física, psicológica y relacionada al entorno del individuo, es por lo mismo que se aborda dentro de esto la tristeza, la cual es una emoción que imposibilita el experimentar felicidad, lo que a su vez lleva a una falta de explicación ante el miedo como frustración; la anhedonia representa el cambio visible a nivel de comportamiento del individuo, lo que provoca una pérdida por el placer ante lo que solía realizar y disfrutar con

anterioridad. Es de suma importancia tomar en cuenta la ansiedad y los impulsos suicidas ya que representan un peligro que agrava la situación y cronicidad de la depresión, lo que provoca a su vez un desequilibrio a nivel integral.

Así mismo Ospina *et.al* (2011) muestran un estudio donde el objetivo fue identificar la prevalencia de la ansiedad y depresión de los adolescentes escolares entre los 10 a 17 años de edad, donde se utilizó las escalas CDI y SCARED para un resultado confiable; la investigación enfatiza en la sintomatología que está influenciada por el estatus social y las formas de crianza, la cual con una muestra de 538 adolescentes donde el 40,5% que son 218 encuestados, mostraron ser positivos ante los síntomas de ansiedad o depresión y 59,5%, fueron negativos que representan los 320 restantes, también se observa que los hombres dan más señales de depresión y mixto; Así mismo hay una desvalorización de los cambios emocionales, comportamentales e ideación suicida. Por lo cual los síntomas depresivos tienen una manifestación moderada y poca gravedad en el entorno del individuo.

Por consiguiente Jaureguizar *et.al* (2015) en el estudio de los síntomas de la depresiva de adolescentes y las variables asociadas al contexto escolar y clínico, muestran un resultado para tomar en consideración acerca de la gravedad que estos sufren, los cuales con una población de 1,285 sujetos de 12 a 16 años de edad, donde a través de la prueba correspondiente arrojó, que el 3,8% resultó con sintomatología depresiva grave, al igual que en relación al género, las mujeres fueron más propensas que los varones y que esta variable estaba influenciada por el sentimiento de incapacidad, la negatividad hacia el colegio ligada a la autoestima, el estrés, ansiedad, locus de control externo y las relaciones con los padres. Por lo que se puede decir que la sintomatología de los cambios de humor y conducta de la depresión es leve.

En los resultados de los distintos autores los cuales dan un panorama más amplio sobre la sintomatología de la depresión en los adolescentes, permite dar contestación al objetivo, debido a que se conoce como la incidencia de este trastorno del estado del ánimo tiene variaciones por las distintas muestras en diferentes contextos, por lo que el conocimiento de los síntomas como la melancolía, cambios de conducta y humor, intención e ideación suicida, la influencia del estatus económico y las formas de crianza permiten una buena intervención para fortalecer las redes de

apoyo del individuo y dar una solución eficaz para mejora de las distintas áreas que se ven afectadas en este proceso.

Para la continuidad, se plantea el objetivo, el cual es identificar en que género es más prevalente la depresión en adolescentes, para esto Otero (2012) quien explica que la depresión tiene como origen varios factores, ya que se desarrolla según el ambiente y los recursos psicológicos que posea la persona, por lo cual no se le atribuye una sola causa; es importante identificar los antecedentes genéticos que puedan hacer que el individuo padezca dicho trastorno, así mismo elementos psicosociales y los valores intrínsecos que se puedan ver afectados; los jóvenes son los que se ven más vulnerables durante este proceso, porque no tienen el conocimiento y el apoyo necesario para enfrentar esta situación; otro factor determinante durante este estado mental es la relación entre el género, se recalca que son las mujeres las más propensas al padecimiento, porque son ellas quienes por lo roles culturales tienen la edificación familiar; así mismo la maternidad y los cambios hormonales tiene incidencia en la prevalencia.

Así mismo Hoyos, Lemos y Torres (2012) dan a conocer que la depresión tiene una prevalencia alta que va en aumento dentro de la población mundial, donde las mujeres, especialmente las adolescentes se ven más asociadas al trastorno, las edades de 15 a 17 años son las más frecuentes; el resultado de la investigación planteada por los autores mencionados, dicen que hay una diferencia significativa entre sexos, lo que indica que el género femenino tiene aspectos sociales de influencia para dicho resultado, donde los cambios rápidos se vuelven una problemática, junto a la distribución del tiempo libre, la calidad de relaciones interpersonales y consumo de alcohol. Ambos autores concuerdan en la incidencia y prevalencia de la depresión en las mujeres.

Por consiguiente Torrel y Delgado (2014) demuestran en la investigación realizada, donde se estableció una diferencia por género, la cual arroja como resultado a través de la estadística que son las mujeres adolescentes las que están más ligadas a la depresión, con un 60%, esto con un nivel moderado de la sintomatología, por encima del porcentaje que representa los varones que es del 40%; hacen mención que hay indicadores para el género femenino evidentes como, la tristeza, desánimos y llanto fácil, mientras que los hombres los aspectos emocionales son menos

evidentes, ya que la sociedad indica la necesidad de encubrir los sentimientos para no verse vulnerables.

Como se ha podido plantear a través de las distintas visiones propuesta en la literatura con anterioridad, se puede dar respuesta al objetivo, el cual es que las mujeres, son el género con mayor prevalencia y vulnerabilidad a sufrir depresión, al padecer los más altos niveles en la sintomatología; esto vinculado con los roles culturales que el sexo femenino tiene que enfrentar durante la vida, mientras que los hombres tienen como imposición, el poco reflejo de las emociones; es por eso que los factores psicosociales y culturales son determinantes a los resultados planteados.

Dentro de la revisión en la literatura, desde autores que han dado validez a lo planteado, se llega a comprobar sobre el estudio de la efectividad de la logoterapia en la depresión, la cual se centra en adolescentes, donde a través de recursos de búsqueda de sentido, los valores que definen y la integridad que esta terapia le da a la persona desde una forma holística, se logra una mejora significativa dentro de la sintomatología que el individuo puede experimentar; así mismo los jóvenes debido a la etapa donde se encuentran empiezan a manifestar cambios, por lo que generar propósito y significado hará diferencia ante la desmoralización de la vida. Por lo que es importante resaltar que la logoterapia da las herramientas para el trastorno del estado del ánimo.

VI. CONSLUSIONES

- A razón de la investigación se llega a concretar que la logoterapia muestra efectividad ante la depresión en adolescentes, a mayor sentido de vida, menos propensa será la persona a sufrir estados de ánimo bajos; ya que este permite un crecimiento personal en diferentes áreas del desarrollo del individuo, esto por la manera en cómo la corriente psicológica aborda este padecimiento, donde integra cada aspecto para la relevancia de significado personal y llegan a manifestar mejor bienestar y resolución los problemas existenciales.
- Por las diferentes fuentes bibliográficas se evidencio, el nivel de depresión en adolescentes de distintos niveles de secundaria, donde los estudios muestran que la mayoría tiene una incidencia baja y hay una minoría en el medio, esto debido a las diferentes horas de estudio, vespertina y matutina, como también la edad en la que se encuentra el adolescente; el trastorno depresivo está asociado a la ideación suicida, por lo que enmarca lo riesgoso que es y la importancia de poder intervenir a tiempo.
- Frente a la evidencia recaudada por los autores, se muestran los síntomas de la depresión en los adolescentes, como pueden ser los cambios de conducta y humor, intención e ideación suicida, los cuales, con una intensidad grave y moderada, ya que en este resultado intervienen los distintos tipos de sujetos tomados por los autores y su contexto social, como la posición económica y la forma de crianza.
- En conclusión, con la información investigada, se puede conocer que el género femenino es más propenso a la depresión, debido a que la sintomatología de tristeza, desanimo y llanto fácil se suelen desencadenar en la mujer con más facilidad, en los hombres por razón de los roles culturales, tienen menor tendencia a demostrar emociones y por lo general reprimen sentimientos.

VII. REFERENCIAS

- Almario, J (2014) *Una mirada existencial a la adolescencia*. Bogotá, Colombia, Editorial SAPS.
<https://docer.com.ar/doc/c5c01>.
- Asociación Americana de Psicología APA (2014) *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ta ed.). España: Editorial Médica Panamericana.
- Cardona, J. Higueta, L. Ríos, O (2016) *Revisiones sistemáticas de la literatura científica: la investigación teórica como principio para el desarrollo de la ciencia básica y aplicada*. Colombia, Fondo Editorial Universidad Cooperativa de Colombia. Recuperado de:
<https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/85301?prev=as>.
- Ceballos, G. Colorado, Y. Arregocés, J. Gamarra, L. González, K. Sotelo, A (2015) Ideación suicida, autoestima y depresión en adolescentes escolares de santa maría. *Revista Duazary*, vol. 12, núm. 3, pp. 15-22, enero-junio. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/305296574_Ideacion_suicida_depresion_y_a_utoestima_en_adolescentes_escolares_de_Santa_Marta.
- Chávez, K. Tena, E (2018) *Depresión: Manual de intervención grupal en habilidades sociales*. Ciudad de México, México, Editorial Manual Moderno.
<https://store.manualmoderno.com/depresion-manual-de-intervencion-grupal-en-habilidades-sociales-9786074487077-9786074487114.html>.
- Cotóm, M. (2019). *Logoterapia y motivación* en adolescentes entre 12 y 17 años (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, campus de Quetzaltenango, Guatemala. Recuperada de: <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/wevg/2020/05/42/Cotom-Maria.pdf>.
- Cruz, C, Olivares, S y González, M (2014) *Metodología de la investigación* México: Grupo editorial patria, S.A. <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/39410>.
- Cubaquil, L. (2018). *Ideas irracionales y depresión* (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Guatemala. Recuperada de:
<http://biblio3.url.edu.gt/publijrcifuentes/TESIS/2018/05/22/Rodas-Martha.pdf>.
- Egozcue, M (2014) *Primero auxilios psicológicos*. Ciudad de México, México, Editorial Paidós, S.A. <https://www.casadellibro.com/libro-primeros-auxilios-psicologicos/9789688535882/1084479>.

- Frankl, V (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia*. Barcelona, España, Herder Editoriales, S. L. Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/45704>.
- Frankl, V (2015). *El hombre en busca del sentido* (3ra ed.). Barcelona, España, Herder Editorial.
- Frankl, V (2016) *A pesar de todo, decir sí a la vida*. Barcelona, España, Editorial Plataforma. https://www.academia.edu/36633335/A_pesar_de_todo_decir_SI_a_la_vida_Frankl_V.
- Frankl, V (2018) *Logoterapia y análisis existencial: texto de seis décadas* (2da. Ed.). Barcelona, España, Editoriales Herder. <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/116924?page=3>.
- Frankl, V (2019). *En el principio era el sentido* (9na ed.). México, DF, Ediciones Culturales Paidós.
- Garrido, J (2013) *Nivel de depresión, según la prueba scd en niños y adolescentes entre los 8 y 16 años de edad, afecto a diabetes mellitus tipo1, que asisten a consulta en una clínica privada de la zona 10, ciudad capital*. (Tesis de licenciatura) Universidad Rafael Landívar, Campus Central, Guatemala. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/43/Garrido-Jessica.pdf>.
- Gengler, L. Martínez, A (2016) La depresión mirada desde el análisis existencial y la psicoterapia somática corporal neoreichoana. *Psiquiatria y salud mental*, núm. 3, pp. 178-185, enero-junio. Recuperado de: [http://www.schilesaludmental.cl/pdf/REVISTA%203-4%202016/\(11\)%20Depresio%CC%81n%20reactiva,%20logoterapia,%20psicoterapia%20soma%CC%81tico%20corporal%20178-185.pdf](http://www.schilesaludmental.cl/pdf/REVISTA%203-4%202016/(11)%20Depresio%CC%81n%20reactiva,%20logoterapia,%20psicoterapia%20soma%CC%81tico%20corporal%20178-185.pdf).
- González, L. Pineda, A. y Gaxiola, J. (2018). Depresión en adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector, Bogotá, Colombia. *Universitas psychologia*, vol. 17, núm. 3, pp. 1-11. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v17n3/1657-9267-rups-17-03-00063.pdf>.
- Hernández, R, Fernández, C y Baptista, M (2014) *Metodología de la investigación* (6ta ed.) México: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>.
- Hoyos, E. Lemos, M. Torres, Y (2012). Factores de riesgo y de protección de la depresión en los adolescentes de la ciudad de Medellín. *International Journal of Psychological Research*, vol. 5, núm. 1, pp. 109-121, febrero-mayo. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/237091799_Factores_de_Riesgo_y_de_Prote

ccion_de_la_Depresion_en_los_Adolescentes_de_la_Ciudad_de_Medellin.

<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>.

Jaureguizar, J. Bernaras, E. Soroa, M. Sarasa, M. Garaigordobil, M (2015). Sintomatología depresiva en adolescentes y variables asociadas al contexto escolar y clínico. *Psicología Conductual*, vol. 23, núm. 2, pp. 245-264, septiembre. Recuperado de: http://www.sc.ehu.es/ptwgalam/art_completo/2015/Depresion%2003.%20Jaureguizar%2023&2.pdf. julio-septiembre. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672018000300063&lang=es.

Lara, A. Moreno, V. Urchaga, J. y Sánchez, A (2015). Logoterapia y psicología positiva para mejorar el sentido vital en jóvenes. *Psicología (Trujillo)*, Vol. 17, Núm. 1, pp. 55- 65, enero-junio. Recuperado de: http://181.224.246.204/index.php/R_PSI/article/view/522.

Luna, J. (2011). *Logoterapia: un enfoque humanista existencial fenomenológico* (3ra ed.).

Bogotá, Colombia D.C editoriales SanPablo. <https://books.google.com.gt/books?hl=es&lr=&id=jqBhOETNpn8C&oi=fnd&pg=PA8&dq=logoterapia+un+enfoque+humanista+existencial+pdf&ots=8wm33029b1&sig=5140GnFhUxUR9LdmMqKZDD0InWU#v=onepage&q&f=false>.

Martínez, E (2011). *Las psicoterapias existenciales*. Bogotá, Colombia, Editorial Manual Moderno.

Martínez, E (2014) *Manual psicoterapeuta con enfoque logoterapéutico*. Colombia, Editorial Manual moderno. <https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/71157?prev=as>.

Martínez, H (2012) *Metodología de la investigación*. México, D.F, Cengage Learning Editores, S.A. <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/39957?prev=as&page=3>.

Molina, L (2010). *Comprender la depresión*. Barcelona, España, Editoriales Amat. https://play.google.com/books/reader?id=HJYHDDdw6L8C&hl=es_419&pg=GBS.PA.4.

Oblitas, L. (2013) *psicoterapias contemporáneas*. México, Compañía de Cengage Learning, Inc. Corporativo Santa Fe. https://kupdf.net/download/psicoterapias-contemporaneas-luis-oblitaspdf_5a3c708ce2b6f55e17084476_pdf.

- Ospina, F. Hinestrosa, M. Pared, M. Guzmán, Y. Granados, C (2011). Síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes escolarizados de 10 a 17 años en Chía, Colombia. *Revista de salud pública*, vol. 12, núm. 6, pp. 908-920, octubre. Recuperado de: <https://www.scielo.org/article/rsap/2011.v13n6/908-920/es/>.
- Otero, R (2012). *Depresión: ¿enfermedad o indolencia?* Argentina, Bubok Publishing. <https://books.google.com.gt/books?id=oLsjBQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>.
- Palacios, G. (2019). *Logoterapia y bienestar psicológico en estudiantes de 17 a 19 años de edad*. (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de: <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/jrcd/2019/5/42/Palacios-Gabriela.pdf>.
- Ramírez, B (2018) *Incidencia de depresión en adolescentes de 12 a 14 años de la escuela oficial urbana mixta no. 850. (propuesta de programa preventiva "crisálida")*. (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus Central, Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrcd/2018/05/42/Ramirez-Brenda.pdf>.
- Rendón, E. (2016). *La logoterapia. Un estudio sobre su eficacia para mejorar el autoconcepto en hombres consumidores de drogas y/o sustancias adictivas*. (Tesis de licenciatura). Universidad Mariano Gálvez, campus central; Guatemala. Recuperado de: <https://glifos.umg.edu.gt/digital/94149.pdf>.
- Rivera, R. Arias, W. Cahuana, M. (2018) Perfil familiar en adolescentes con sintomatología depresiva en la ciudad de Arequipa, Perú. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, vol. 56, núm. 2, junio. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272018000200117&lang=es.
- Rojas, E (2011). *Adiós, depresión*. Madrid, España, Ediciones Planeta Madrid. <https://books.google.com.gt/books?id=xmQ6JxTbvOoC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>.
- Romero, M (2017) *Relación entre depresión y autoestima con sentido de vida en adolescentes de 1, 2, y 3 de bachillerato en ciencias, del colegio nacional Jorge Álvarez del cantón píllaro, del periodo lectivo 2016-2017*. (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Ecuador Facultad de Medicina. Recuperado de: <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/13938>.

- Salinas, J. (2016). La convivencia escolar en nivel secundario a partir de la logoterapia de la ciudad de México. *Ra ximhai*, vol. 12, núm. 3, pp. 355-364, enero-junio. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46146811025>.
- Sandoval, R. Vilela, M. Mejía, C. y Alvarado, J. (2018). Riesgo suicida asociado a bullying y depresión en escolares de secundaria en la ciudad de Chile. *Revista chilena de pediatría*, vol.89,núm.2,abril.Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062018000200208&lang=es.
- Torrel, M. Delgado, M (2013). Funcionamiento familiar y depresión en adolescentes de la I.E. Zarumilla-Tumbes, 2013. *Ciencia y Desarrollo*, vol. 17, núm. 1, pp. 47-54, enero-junio.Recuperado de: <http://revistas.uap.edu.pe/ojs/index.php/CYD/article/viewFile/1102/1080>.
- Weissman, M (2010). *Afronta tu depresión: con psicoterapia interpersonal*. Bilbao, España, Editorial Descleé. <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/47922>.
- Zarragoitia, I (2011). *Depresión generalidades y particularidades*. La Habana, Cuba, Editorial Ciencias Médicas. http://newpsi.bvs-psi.org.br/ebooks2010/pt/Acervo_files/depresion-cuba.pdf.