

# **UBICACIÓN EXISTENCIAL DE LOS ADOLESCENTES PARA TOMAR CONCIENCIA SOBRE LA RESPUESTA DE SUS EMOCIONES. PAUTAS DE REFLEXIÓN Y CASOS**

Juan Bernardo Sahagún Michel

Licenciado en Filosofía y Pasante de Maestría en Filosofía y Ciencias Sociales. Maestro-técnico pedagógico de la Dirección de Educación en Valores de la SEJ. [juanber8@gmail.com](mailto:juanber8@gmail.com)

Recibido: 1 junio 2019.  
Aceptado: 15 enero 2020.

## Resumen

La adolescencia es una etapa marcada entre otras cosas por la experimentación de distintas emociones por lo que es importante la apropiación de éstas por el mismo adolescente para ubicarlas e integrarlas en su proyecto personal. Comprendiendo que la realidad del ser humano es un proceso dinámico la presente línea de investigación se apoya del método de la fenomenología, así como las reflexiones que se derivan de ella considerando especialmente el pensamiento del filósofo español Xavier Zubiri para describir algunos elementos importantes para apoyar o acompañar al adolescente en su ubicación existencial.

Palabras clave: Adolescencia, ubicación existencial, sentimientos, emociones.

## Abstract

Adolescence is a stage marked among other things by the experimentation of different emotions so it is important the appropriation of these by the same adolescent to locate them and integrate them into their personal project. Understanding that the reality of the human being is a dynamic process, the line of research is based on the method of phenomenology, as well as the reflections that derive from it, especially considering the thought of the Spanish philosopher Xavier Zubiri to describe some important elements to support or accompany the adolescent in his existential location.

Keywords: Adolescence, existential location, feelings, emotions.

### En qué consiste la ubicación existencial

El propósito de este estudio es mostrar cómo se puede apoyar al adolescente en su ubicación existencial a partir de los datos que proporcionan las emociones y sentimientos, para mejorar el manejo de las mismas. Se puede entender por ubicación existencial, como la comprensión del ser humano que se encuentra parado desde su propia experiencia para hacer frente a diferentes circunstancias, algunos estudiosos del tema como Andrés Gottfried<sup>1</sup>, retoman la propuesta de la logoterapia iniciada por Victor Frankl, para abordar el tema, llamándolo también como coaching ontológico, es decir, mirar al ser humano en su totalidad para ayudarlo a realizarse y llevar a cabo una existencia plena (Gottfried, 2018).

Reflexionar sobre la existencia nos lleva al punto de partida de algunos presupuestos sobre la comprensión del ser humano, la fundamentación teórica para abordar este punto y que el adolescente puede obtener información importante sobre sus emociones y darles el peso necesario para incorporarlas en su proyecto de vida parte de la fenomenología, especialmente de Zubiri. Dicho autor es clasificado en la historia de la filosofía como un autor realista a diferencia de otros autores considerados como existencialistas, por ejemplo Heidegger, sin embargo, su aporte a la comprensión del ser humano pueden tener puntos de convergencia y divergencia, que por motivos de extensión no pueden profundizarse en el presente estudio. Podría decirse que Heidegger pone el acento en la existencia temporal del hombre (Dasain), mientras que Zubiri lo pone en la realidad del hombre, considerando esto, la pregunta para un coaching ontológico desde el pensamiento de Zubiri más o menos podría quedar planteada así: ¿En qué realidad estoy parado?

Zubiri considera que la realidad tiene modos actualizados en el hombre, los cuáles son tres: el primero es cómo la realidad queda actualizada en la inteligencia, *verum* o verdad, el segundo cómo la realidad queda actualizada en la voluntad, *bonum* o bondad, y por último cómo la realidad queda actualizada en el sentimiento *pulchrum* o belleza. Todo sentimiento es un modo de actualidad de la realidad (Zubiri, Sobre el sentimiento y la volición, 1992: 339-340). Estas tres características consideradas como constitutivos ontológicos son ejes para la ubicación existencial.

Dicho autor considera que el ser humano fincado en su animalidad no se desentiende de ella, pero su proceso de evolución le permite salir del círculo de estímulo-respuesta animal y encontrar una existencia abierta, es decir no determinada, en la que su libertad para actuar en medio de tantos estímulos le permite apropiarse de ellos como realidad y responder de diferentes formas, permitiéndole encontrar opciones de respuesta. Estas opciones pueden ser ampliadas en el proceso de acompañamiento o ubicación existencial.

Zubiri considera que el hombre se enfrenta con todas las cosas como realidad; tiene esa habitud que llamamos enfrentamiento con la realidad. Y la habitud consiste en hacer que las cosas queden en cierta manera presentes al hombre. Recíprocamente, las cosas así presentes al hombre quedan en una cierta forma, según el modo de hacerlas presentes. Pues bien, a ese modo de quedar es justamente a lo que llamo “actualidad” (Zubiri, Sobre el sentimiento y la volición, 1992: 338).

En este estudio se comparten algunos principios, sobre el acompañamiento o ubicación existencial del adolescente llevado a cabo durante 4 meses en el ciclo escolar 2017-2018 en una secundaria mixta, del área metropolitana de Guadalajara, Municipio de Tlaquepaque, que por razones de confidencialidad se omite su nombre. En ella cabe destacar el papel de los agentes educativos que se encuentran en la escuela y que tienen contacto con ellos de manera cotidiana, como lo es el director, los maestros y la prefecta y prefecto, así como las herramientas con las que cuentan, por ejemplo, la bitácora personal para llevar un registro de la situación particular del alumnado, lo cual favorece la recabación de datos para ubicar existencialmente al adolescente y favorecer su crecimiento en libertad. “Vivir es poseerse, y la forma suprema de poseerse es estar apoderado de sí mismo en un acto de libertad” (Zubiri, Sobre el sentimiento y la volición, 1992: 153).

La ubicación existencial de parte del tutor o asesor requiere en primer lugar de la escucha activa, las preguntas que se hacen al adolescente tienen que ver en un primer momento con su estado actual, después situarlo en su contexto para que tome conciencia del origen de su estado anímico y

finalmente cuestionarlo sobre sus posibles respuestas para responsabilizarlo sobre su propio proyecto de vida, las preguntas detonantes pueden ser las siguientes:

- ¿Cómo estás? ¿Cómo te sientes?
- ¿Qué crees que origina esa emoción? ¿Qué situación familiar o social lo provoca?
- ¿Qué puedes hacer con esas emociones? ¿Qué está en tus manos? ¿Qué posibles respuestas puedes llevar a cabo? ¿Cómo te visualizas con la respuesta que eliges?

Una de las funciones de la educación, es la de facilitar los elementos que permitan a la persona la conquista de sí, herramientas que le permitan aprehender la realidad considerando la principal estructura con la que el hombre aprende la realidad, de “suscitación, afección y respuesta” permitiendo a la persona estar en ella de manera responsable.

El bien del hombre es justamente la plenitud formal e integral de su sustantividad. (Zubiri, Sobre el sentimiento y la volición, 1992: 252). El ser humano envuelto en muchas situaciones donde tiene que decidir para autotoposearse se enfrenta con la realidad como posibilitadora de su propia sustantividad así entonces afirma Zubiri: “Las cosas son de buena o de mala condición por la conformidad o disconformidad de su condición con lo que el el bonum de la sustantividad humana.”

Notas para el análisis existencial desde el pensamiento de Xavier Zubiri sobre la inteligencia sentiente.

Se ha entendido el sentir y el inteligir como dos facultades en la filosofía griega y medieval, Zubiri los analizará como actos, pero no tanto como los entendió Husserl en la que la intelección es acto de conciencia, es decir “darse cuenta” y por lo tanto todo de lo que me doy cuenta, es lo que está presente. Para Zubiri la cosa no está presente porque me doy cuenta, sino porque la cosa existe, me doy cuenta.

Esta existencia o estar de las cosas tienen un carácter físico. Físico es el vocablo originario y antiguo para designar algo que no es meramente conceptual sino real (Zubiri, 1984: 22).

Esto significa que la aprehensión se logra porque las cosas existen de manera real, lo cual da paso a reconocer la alteridad. Reconocer al alumno asesorado como otro distinto con su realidad es importante para realizar una tutoría existencial, ya que implica un respeto por su particularidad y

entender que el otro comprende su propia existencia distinta de otros, por lo que no se puede decir:

Tu problema es pequeñito comparado con el de otros.

Sus problemas tienen propiedad, son suyos y son importantes porque los entiende como problemas que parten de su peculiar existencia, por lo que es conveniente indagar que hace que los sienta como problemas, pero antes qué es este sentir.

El sentir como acto de aprehensión de la realidad

Sentir es un modo de inteligir la realidad, de captarla a través de los sentidos, los cuales nos dan nota de esa realidad.

Zubiri al igual que otros fenomenólogos compara al ser humano con su especie animal, en su obra de inteligencia sentiente nos explica el sentir como un proceso, que se da en tres momentos: el primero es el de la suscitación, que es lo que desencadena la acción, que implica al animal como un todo, atacar, huir, la pregunta que busca responder el proceso de suscitación, es: ¿qué es lo que provoca?. Suscitación es el exordio de proceso accional animal, sea cualquiera el modo en que esto acontezca. El segundo momento sería el de la modificación tónica, el animal tiene en todo momento un estado de tono vital que se ve modificado por la suscitación, ya el animal con su modificación tónica suscitada tendrá el tercer momento de la respuesta. Estos tres momentos no se dan en diferentes tiempos sino que se dan de manera unitaria (Zubiri: 28-29).

La aprehensión de lo suscitante nos lleva a cuestionarnos sobre cuál es la estructura formal de la aprehensión sensible o qué es el sentir en cuanto tal. La **aprehensión sensible** consiste formalmente en ser aprehensión impresiva, esta impresión tiene tres momentos.

El primer momento es el de la **afección** de parte del sentiente por lo sentido, el sentiente padece la imprehesión, en Grecia esto fue calificado como pathémata y en algún momento se buscaba un inteligir sin páthos, es decir, un inteligir impasible.

El segundo momento es el de **alteridad**, lo que sentimos es algo distinto de mí, pero se me presenta dando notas de algo, estas notas están presentes en mi impresión.

El tercer momento es en el que la nota presente se impone al sentiente con **fuerza de imposición**.

El modo como las notas quedan en la impresión, tienen cierta autonomía, así un mismo contenido puede tener distintas formas de quedar, a

esto se le conoce como formalidad. Comprender que para un asesorado un contenido puede tener distintas formas de quedar aprendidas es importante para cuestionarlo ante ciertos sucesos y preguntarle algo así: ¿Eso que tu comentas qué te hace sentir? ¿Cómo quedas al respecto? ¿Qué piensas de eso?

En este momento estamos tratando de que él mismo nos de su impresión de realidad. Para esto es importante que exista antes una descripción de hechos o sucesos relevantes.

#### Cuatro casos

Retomando la teoría de Zubiri quien describe que, a mayor formalización, mayor independencia de contenido, tendríamos que ayudar a que el asesorado descubra cómo la impresión afecta al sentiente en su proceso de suscitación, modificación tónica y respuesta, indagando en que momento se encuentra y qué relación hay entre estos momentos. Lo cuál le ayudará a tomar conciencia sobre su sentir, los porqués de su sentir y si la respuesta que está dando actualmente es la más correcta o la que le lleva al mejor fin. Como en el asesoramiento hecho en los siguientes casos:

#### Caso 1. Varón de 13 años. Pepe (2017).

- Siente que le falta atención en casa, sintiendo en un primer momento tristeza pero también enojo ante su mamá por la falta de atención y ante su papá por no encontrarse en casa.
- Sus padres se separan cuando él tiene 2 años de edad, regresan cuando tiene 10 años y en ese tiempo tienen a su hermano quien actualmente tiene 2 años. Su papá está en casa cada tercer día.
- Venir a la escuela sí están en sus manos y lograr la atención en su salón de forma adecuada.

Cabe mencionar que este adolescente tenía problemas de indisciplina y descubre que busca llamar la atención de sus maestros y compañeros. Termina reforzando que le gustaría que los compañeros y maestros lo recordaran de otras formas, comprometiéndose consigo mismo a lograrlo.

#### Caso 2. Mujer de 13 años. Mary (2017).

- Se siente impulsiva y no le gusta los problemas que eso le acarrea con sus compañeros, siente además que antes no era así de iracunda.

Siente rencor con su hermano por matar a su perrito. Tuvo problemas de cutting.

- Sus padres están separados en trámites de divorcio, ante lo cual ella decidió quedarse a vivir con su padre, generando distintas responsabilidades. Su mamá se fue de casa con su hermano, pero después regresó por estar cerca con su hija, su plan es irse con otra pareja, pero aún no está segura. Le han dicho que la van a meter a un internado.
- Se compromete a distinguir de donde viene esa ira y dar cauce correcto. Se le invita a tomar conciencia de que el problema de separación es de sus padres y ellos son responsables de esa decisión.

#### Caso 3. Mujer de 14 años. Susana (2017).

- Siente dolor por la dependencia a sustancias de su hermano y siente la necesidad de ayudarlo, pero también se siente frustrada por la reincidencia de su hermano, busca apoyo para ayudarlo.
- Su mamá y sus papás están separados, ella tiene un padrastro desde hace 5 años con el cual lleva una relación respetuosa, pero sus hermanos mayores de 21 y 19 años han dejado la casa, y tienen pareja e hijos por lo que ella también se siente tentada a hacerlo e irse a vivir con su papá, aunque no tiene claro el apoyo de este.
- Se le invita a preguntarse hasta dónde le corresponde ayudar a su hermano. Y pensar como le gustaría vivir su proyecto de vida, comparando las experiencias de sus hermanos que han dejado la casa.

#### Caso 4. Mujer de 13 años. Gaby (2017).

- Se siente en un constante conflicto con su mamá a tal punto que se quiere ir de casa, por lo que su novio, un exalumno que dejó la escuela por indisciplina le invita irse con ella y una semana lo hizo, pero su abuela fue por ella.
- Cree que el origen del conflicto es un carácter parecido al de su madre, siente la presencia de autoridad de parte de su abuela, quien se ha hecho cargo de ella al igual que otros primos. Existe aparente irresponsabilidad de la madre. Sus papás se encuentran separados.
- Se le invita a clarificar y negociar el conflicto explicándoles el cuadrante de la negociación para que en pro de su propio proyecto pueda llevar un acuerdo donde pueda ganar ella y su mamá, pero también aprendiendo a ceder cuando sea necesario.

## Conclusiones

En conclusión para lograr la ubicación existencial de la situación del adolescente es necesario tomar algunas notas que ayuden a retroalimentarlo, ubicando la situación actual, así como ayudarlo a contactar las emociones que originan ciertos comportamientos y validarlas procurando una mirada comprensiva despojándose de prejuicios, pues se trata de una situación que es importante para el adolescente, recordando que es su propio sentir y que éste sentir tiene sus propias formas de quedar aprendidas.

Los sentimientos son innumerables, y todos ellos pueden tener esa doble dimensión de gusto y de disgusto, de fruición y de no fruición, respecto de la realidad que en esos sentimientos se nos manifiesta. Los sentimientos nos presentan cada uno facetas distintas de la realidad, y todos ellos están calificados como sentimientos en fruición o en no-fruición (Zubiri, *Sobre el sentimiento y la volición*, 1992: 354).

Si el sentimiento proporciona un estado de gusto o disgusto de la realidad en el momento en que al asesorado contacta su sentir logra un modo de templarse en la realidad y esto además le favorece para que se proyecte con sus decisiones. Se le puede preguntar si le gusta o no el estado en el que se encuentra, y si puede hacer algo al respecto para mejorar.

## Bibliografía

- Blanco, I. (2006). *Padres comprometidos familias felices, el valor de una buena educación*. México: Norma.
- Gottfried, A. (2018). *Conferencias. Tutorías desde el análisis existencial*. (6 al 10 de Agosto). Guadalajara.
- Zubiri, X. (1981). *Inteligencia y Realidad*. Madrid: Alianza.
- (1982). *Inteligencia y logos*. Madrid: Alianza.
- (1984). *Inteligencia Sentiente*. Inteligencia y realidad. Madrid: Alianza.
- (1992). *Sobre el sentimiento y la volición*. Madrid: Alianza
- (2006). *El hombre y la verdad*. Madrid: Alianza.

## Nota

<sup>1</sup> Andrés Gottfried, licenciado en psicología por la (UDA), Maestro en análisis existencial (Universidad de Austria) y Doctor en psicología (UCA, Argentina).