

# Eigenmundo – Eigenwelt

Authored by  
**memjavad**

January 13, 2026

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Eigenmundo – Eigenwelt*. Spanish Psychological Databases. Retrieved from <https://spanish.arabpsychology.com/?p=8293>

## Eigenwelt

**Primary Disciplinary Field(s):** Fenomenología Existencial, Psicología Existencial, Filosofía

### 1. Definición Central

El concepto de **Eigenwelt**, término de origen alemán, se traduce literalmente como "mundo propio" o "ser-uno-mismo-mundo". Dentro del marco de la filosofía y la psicología existencial, específicamente en la [Daseinsanalyse](#) (Análisis del Ser) desarrollada por Ludwig Binswanger, el Eigenwelt representa una de las tres dimensiones fundamentales de la existencia humana, junto con el [Mitwelt](#) (mundo-con) y el [Umwelt](#) (mundo-alrededor). Esta dimensión encapsula la relación del individuo consigo mismo, siendo el espacio fenomenológico donde se experimentan la autoconciencia, la subjetividad, la identidad personal y la posibilidad de la **autenticidad**. Es el fundamento ontológico desde el cual el ser humano se apropia de su existencia y proyecta su ser en el mundo.

A diferencia del Umwelt, que se refiere al entorno biológico, físico y material que nos rodea, y del Mitwelt, que abarca las relaciones sociales, interpersonales y culturales, el Eigenwelt constituye la esfera más íntima, reflexiva e intransferible del ser. Es el modo en que el ser humano se relaciona consigo mismo no solo como un objeto biológico o social, sino como un sujeto que activamente elige, valora y se proyecta hacia el futuro. La salud existencial, según esta óptica, depende de la solidez y la accesibilidad de esta dimensión; un Eigenwelt empobrecido o negado lleva a la inautenticidad y a la alienación, donde el individuo vive primordialmente en función de las demandas externas del Umwelt o del Mitwelt, perdiendo el contacto con su propia voz y sus posibilidades genuinas.

Es crucial destacar que el **Eigenwelt** no es sinónimo de la introspección psicológica tradicional, que a menudo se centra en contenidos mentales internos aislados. Por el contrario, implica una comprensión profunda de cómo el individuo se sitúa en el mundo, cómo maneja su libertad y su responsabilidad, y cómo experimenta fenómenos límite como la angustia, la soledad radical y la muerte. Es el ámbito donde se realiza el proceso de individuación, donde el yo se constituye como una entidad singular y responsable, capaz de trascender lo meramente fáctico y asumir la autoría de su propia vida, lo cual es la definición misma de vivir de manera **auténtica**.

### 2. Etimología y Desarrollo Histórico

El término **Eigenwelt** surge de la conjunción de dos vocablos alemanes: *Eigen*, que denota "propio", "peculiar" o "de uno mismo", y *Welt*, que significa "mundo". Su formalización y sistematización dentro de la psiquiatría se atribuye fundamentalmente a Ludwig Binswanger, un psiquiatra suizo que aplicó los principios de la fenomenología existencial, particularmente la

ontología de [Martin Heidegger](#), al análisis de la psicopatología. Binswanger buscó un marco conceptual que permitiera comprender la experiencia del paciente más allá de las clasificaciones biológicas o mecanicistas de la psiquiatría decimonónica.

La génesis del concepto se encuentra en la obra magna de Heidegger, *Ser y Tiempo* (Sein und Zeit, 1927), donde el filósofo describe la estructura fundamental del [Dasein](#) (Ser-ahí) como un "ser-en-el-mundo" (In-der-Welt-sein). Heidegger ya había articulado la existencia humana como una totalidad que se relaciona consigo misma, con los otros y con los entes. Binswanger, sin embargo, desglosó esta unidad ontológica en las tres dimensiones (Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt) para hacerla operativa en el ámbito clínico. El **Eigenwelt** permitió a Binswanger describir los trastornos psiquiátricos no como meros déficits cerebrales, sino como modos fallidos, rígidos o empobrecidos de ser y de relacionarse con el propio mundo, por ejemplo, la esquizofrenia como una distorsión radical de la capacidad de ser-uno-mismo-mundo.

El desarrollo del análisis existencial, y con él la centralidad del Eigenwelt, representó una reacción humanista y filosófica contra el reduccionismo científico. Pensadores como Medard Boss y Rollo May continuaron el legado de Binswanger, utilizando el concepto para enfatizar que el ser humano es un ente que se comprende a sí mismo y que, por lo tanto, la enfermedad mental debe entenderse como una limitación en la capacidad de ser libre y de proyectar un mundo de posibilidades. Este marco histórico situó el **Eigenwelt** como el lugar de la libertad y la responsabilidad, esenciales para cualquier aproximación terapéutica que respete la integridad del sujeto.

### 3. Contexto Filosófico: Existencialismo y Fenomenología

La comprensión del **Eigenwelt** requiere su anclaje en las tradiciones filosóficas del [fenomenología](#) y el [existencialismo](#). Desde la fenomenología de Husserl, la atención se dirige a la estructura intencional de la conciencia, es decir, cómo los objetos se dan a la experiencia. El Eigenwelt aplica este principio al yo, enfocándose en cómo el individuo se experimenta a sí mismo. Es el proceso de la *Epoché* fenomenológica aplicado a la propia subjetividad, buscando describir la estructura del ser-propio antes de cualquier interpretación causal o naturalista.

Desde la óptica existencialista, el Eigenwelt es el escenario donde se dirige la cuestión de la existencia auténtica frente a la inauténtica. Filósofos como Jean-Paul Sartre, aunque no usó el término específico de Binswanger, describió la conciencia humana como la fuente de la nada (el vacío de ser), lo que implica una libertad absoluta. El **Eigenwelt** es la esfera donde esta libertad se ejerce, donde el individuo se enfrenta a la angustia de tener que definirse constantemente sin una esencia predeterminada. La autenticidad, meta existencial, se logra al asumir conscientemente esta libertad y la responsabilidad que conlleva, en lugar de refugiarse en roles sociales preestablecidos (Mitwelt).

El concepto de Eigenwelt es vital para superar la dicotomía cartesiana sujeto-objeto. En lugar de ver al yo como una mente aislada de un cuerpo o de un mundo, el Eigenwelt postula que el yo es inherentemente "ser-en-el-mundo". Mi mundo propio no es una posesión interna, sino la forma en que yo habito el mundo. La salud del **Eigenwelt** es, por lo tanto, la capacidad de mantener una relación dinámica y reflexiva con el mundo, permitiendo que las posibilidades existenciales se revelen y se realicen en la acción concreta.

#### 4. Características Clave del Eigenwelt

El Eigenwelt se manifiesta a través de un conjunto de características que definen la calidad y la profundidad de la relación del individuo consigo mismo, siendo estas las áreas cruciales de exploración en la terapia existencial.

**Temporalidad Existencial y Proyección:** El Eigenwelt es el lugar donde se estructura la experiencia del tiempo. Implica la capacidad de vincular conscientemente el pasado (memoria, culpa, fijeza) con el presente (acción, elección) y el futuro (proyectos, esperanza). Una restricción en el Eigenwelt a menudo se manifiesta como una incapacidad para proyectarse hacia el futuro o una fijación paralizante en el pasado, impidiendo la realización de un ser propio.

**El Cuerpo Vivido (Leib):** El cuerpo en el Eigenwelt no es la máquina biológica (*Körper*), sino la encarnación de la propia existencia, el *Leib*. Es a través del cuerpo vivido que experimentamos el dolor, el placer, y que actuamos intencionalmente en el mundo. La forma en que un individuo siente, cuida o incluso rechaza su cuerpo es una expresión directa de su **Eigenwelt**, revelando su autovaloración y su sentido de pertenencia a sí mismo.

**Valores y Compromiso:** El Eigenwelt es el origen de los valores fundamentales y del sistema de significados del individuo. Es el espacio donde se eligen los compromisos que dan forma a la vida. La confusión o la crisis existencial a menudo indican una pérdida de contacto con estos valores internos, llevando a la persona a actuar guiada por valores impuestos externamente (*Mitwelt*) o por la necesidad biológica (*Umwelt*).

**Soledad Radical:** El reconocimiento y la aceptación de la soledad esencial, el hecho de que nadie más puede vivir o morir por uno. Esta soledad, lejos de ser meramente aislamiento social, es la base de la autenticidad. El **Eigenwelt** es el lugar donde el individuo se encuentra solo con su ser, lo cual es doloroso pero indispensable para el ejercicio de la libertad.

#### 5. Relación con Mitwelt y Umwelt

La existencia humana es una unidad de las tres dimensiones, y la salud reside en su equilibrio dinámico. El **Eigenwelt** no es una esfera aislada, sino el centro organizador que modula las interacciones con el *Mitwelt* y el *Umwelt*.

El **Umwelt** (Mundo-alrededor) se refiere a todo lo no humano: el entorno físico, las herramientas,

las leyes naturales y las necesidades biológicas. El Eigenwelt interactúa con el Umwelt al darle significado. Por ejemplo, la necesidad de refugio (Umwelt) se transforma en la elección de un hogar (Eigenwelt) que refleja la identidad y los valores del individuo. La patología puede surgir cuando el Eigenwelt se somete totalmente al Umwelt, como en el caso de la adicción, donde las necesidades biológicas o materiales dictan completamente la existencia, anulando la capacidad de elección propia.

El **Mitwelt** (Mundo-con) es la dimensión de la intersubjetividad, donde se establecen las relaciones con otros seres humanos. El Eigenwelt es fundamental para que las relaciones en el Mitwelt sean auténticas. Si un individuo tiene un Eigenwelt débil o indefinido, buscará que el Mitwelt lo defina, resultando en relaciones de dependencia, codependencia o fusión. La genuina conexión solo es posible cuando el individuo se relaciona desde su propio mundo (Eigenwelt), reconociendo y respetando la autonomía del otro (el Eigenwelt del otro).

La desintegración existencial, según Binswanger, a menudo implica una falla en la articulación entre estas dimensiones. La persona que sufre de ansiedad social extrema, por ejemplo, puede haber permitido que las expectativas del Mitwelt invadan y paralicen su Eigenwelt. La tarea terapéutica consiste en reestablecer la primacía del **Eigenwelt** como el centro de la toma de decisiones, permitiendo que el individuo se relacione con el Umwelt y el Mitwelt desde una posición de solidez interna y responsabilidad personal.

## 6. Significado en el Análisis Existencial

En la metodología de la Daseinsanalyse, el **Eigenwelt** no es solo un concepto descriptivo, sino una herramienta diagnóstica y terapéutica esencial. El analista existencial busca comprender la "estructura de mundo" específica del paciente, identificando si existe una limitación, una rigidez o un colapso en la capacidad del paciente para habitar su mundo propio.

El análisis clínico se centra en cómo el paciente experimenta su ser-propio. Preguntas sobre cómo el paciente toma decisiones, si siente que su vida es el resultado de sus elecciones o de fuerzas externas, y cómo maneja la soledad, son cruciales para mapear el estado de su Eigenwelt. Un Eigenwelt sano se caracteriza por la fluidez, la capacidad de cambio y la apertura a nuevas posibilidades; un Eigenwelt patológico, como en el caso de ciertas formas de depresión o neurosis, es rígido, cerrado y dominado por la necesidad o la culpa.

El objetivo terapéutico primordial es facilitar la "apertura" del **Eigenwelt**, ayudando al paciente a confrontar las evasiones que utiliza para evitar la angustia inherente a la libertad. Al enfrentar la propia finitud y la responsabilidad de la elección, el individuo puede trascender los patrones inauténticos (como el "Se" de Heidegger, el *Das Man*) y comenzar a vivir de manera más propia. La curación no es la eliminación de la angustia, sino la capacidad de asumirla como parte integral de un ser auténtico y responsable.

## 7. Aplicaciones en Psicoterapia

El concepto de **Eigenwelt** informa profundamente la práctica de la psicoterapia existencial, proporcionando una base para la intervención que prioriza el significado y la existencia sobre el mero control de los síntomas. El terapeuta trabaja para crear un espacio donde el cliente pueda explorar sin juicio su modo de ser-uno-mismo-mundo.

Las aplicaciones prácticas incluyen técnicas centradas en la conciencia corporal, donde se invita al cliente a prestar atención al *Leib* para recuperar la sensación de estar encarnado y activo en el mundo. También se utiliza la clarificación de valores, ayudando al cliente a distinguir entre los valores que le son impuestos (Mitwelt) y aquellos que son genuinamente propios (Eigenwelt). La confrontación terapéutica, cuando se utiliza, se dirige a señalar las formas en que el cliente se evade de su propia libertad y responsabilidad.

En el tratamiento del trauma, el **Eigenwelt** es crucial. El trauma a menudo se siente como una invasión externa que destruye la agencia y el sentido de identidad personal. Al trabajar la dimensión del Eigenwelt, el terapeuta ayuda al cliente a reafirmar su soberanía sobre su experiencia y su capacidad de ser el autor de su futuro, incluso después de haber sido víctima de circunstancias incontrolables. La meta es la reintegración, donde el cliente asume su historia como parte de su ser-propio, sin permitir que el evento traumático defina la totalidad de su existencia.

## 8. Debates y Críticas

A pesar de su rica contribución a la comprensión de la subjetividad, el modelo existencial del mundo, y el Eigenwelt en particular, ha enfrentado críticas significativas, principalmente relacionadas con su naturaleza abstracta y su aplicabilidad universal.

Una crítica metodológica recurrente proviene del empirismo científico. Los críticos argumentan que el **Eigenwelt**, como concepto fenomenológico que reside en la experiencia subjetiva, es inherentemente difícil de medir y de someter a pruebas de falsabilidad. Esta falta de operacionalización rigurosa desafía los estándares de la psicología basada en la evidencia, llevando a algunos a considerar el análisis existencial como más filosófico que científico. El lenguaje especializado (Dasein, Eigenwelt) también puede ser visto como una barrera para la integración con otras corrientes terapéuticas.

Desde una perspectiva sociológica y post-estructuralista, se cuestiona la noción de un "mundo propio" preexistente y la búsqueda de la autenticidad. Teóricos críticos señalan que la identidad (el **Eigenwelt**) está inevitablemente mediada y construida por el lenguaje, el poder y las estructuras sociales (Mitwelt). Argumentan que la idea de una autonomía radical puede ser ingenua o privilegiada, ya que la libertad de definir el propio mundo es severamente limitada por el contexto socioeconómico y las dinámicas de opresión. Para estos críticos, el yo es

inherentemente relacional y fragmentado, no una entidad singular que espera ser "descubierta".

Finalmente, existe debate sobre la fidelidad conceptual a Heidegger. Algunos filósofos sostienen que Binswanger, al crear el esquema tripartito (Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt) para fines clínicos, reificó las categorías ontológicas de Heidegger, convirtiéndolas en compartimentos estáticos, lo cual podría contradecir la visión heideggeriana del Dasein como una unidad indivisible y dinámica. Este debate subraya la tensión constante entre la aplicación práctica de la filosofía y su rigor ontológico original.

## 9. Lecturas Adicionales

[Daseinsanalyse \(Wikipedia en español\)](#)

[Ludwig Binswanger \(Wikipedia en español\)](#)

[Existencialismo \(Wikipedia en español\)](#)

[Heidegger \(Stanford Encyclopedia of Philosophy, en inglés\)](#)

[Existential Psychotherapy \(American Psychologist, en inglés\)](#)