

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud
Maestría en Psicoterapia



Relatos en el proceso de psicoterapia de una consultante que transita de la adolescencia a la adultez

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el **GRADO** de
MAESTRA EN PSICOTERAPIA

Presenta: **MARÍA LORENA ALVAREZ VELÁZQUEZ**

Tutora **OLIVIA GUADALUPE PENILLA NÚÑEZ**

Tlaquepaque, Jalisco. octubre de 2024

Resumen

El contexto actual ha modificado la manera en la que los jóvenes transitan de la adolescencia a la adultez. En esta época posmoderna, la juventud carece de referentes estables que les ayuden a organizar las vivencias de transición, de manera que se alarga el tiempo permitido para completarla debido a las dificultades socio-económico-culturales. Desde la psicología del desarrollo, se plantea que los jóvenes deben alcanzar la adultez de acuerdo con ciertas etapas cronológicas, mientras que el psicoanálisis describe el desarrollo como un proceso progrediente y regrediente, nunca terminado. En la presente investigación se indagó en los relatos en el proceso de psicoterapia de una consultante que transita de la adolescencia a la adultez con el propósito de identificar los cambios de posición subjetiva que reflejan esta transición en su relato. Para esto, se utilizó una adaptación de la propuesta metodológica de Sánchez (2022) para el análisis narrativo siguiendo la teoría estructural del relato de Barthes y la teoría de las posiciones actanciales de Greimas, pues dicha propuesta ayuda a analizar los cambios narrativos de la posición psíquica del sujeto de investigación. Se tomaron seis sesiones del proceso psicoterapéutico de dicha consultante para contar con los relatos en diferentes momentos del proceso terapéutico desde su inicio hasta su cierre, tomando así dos sesiones de inicio, dos sesiones de la mitad del proceso y dos sesiones del final; esto con el objetivo de identificar si hay un cambio de posición actancial y una transformación en la narrativa durante el proceso de psicoterapia en esta joven en transición. Los resultados exponen que la posición actancial más común donde se coloca la voz narradora al inicio y a la mitad del proceso es como sujeto destinatario a quien ayudan actantes externos a conseguir su objeto de deseo, con oponentes internos que le impiden alcanzarlo. Se

observa en general un cambio de posición subjetiva, pues en las sesiones del final del proceso se coloca como destinadora y ayudante a ella misma y a actantes internos, aunque reconoce también que le falta seguir avanzando pues su objeto de deseo (la mejora y el bienestar) es un proceso que difícilmente se alcanza en su totalidad. Puede ser concluyente de que se identifica con una posición subjetiva más adolescente al principio del proceso y va avanzando poco a poco hacia la adultez, teniendo en cuenta que el desarrollo es dinámico y nunca terminado.

Palabras clave: adolescencia, adultez, transición, análisis de relatos, modelo actancial

Abstract

The way the youth transits from adolescence to adulthood has been modified by the current context. In this postmodernism period, the youth lacks from stable referents that could help them organize their transitional experiences, therefore the time permitted to complete this transition is elongated because of the sociocultural-economic difficulties. From the developmental psychology's point of view, it is suggested that the young people should reach adulthood following certain chronological stages, while psychoanalysis describes development with regressive and progressive forces, as a never finished process. In this research, the stories in the psychotherapy process of a patient who is in transition from adolescence to adulthood are studied to identify the subjective position changes that illustrate this transition in her stories. The analytical method selected for this was an adaptation of Sánchez's (2022) methodological approach for narrative analysis, following Barthes's Structural Analysis of Narrative and Greimas's Actantial Model. This approach helps analyze the narrative changes that show the psychic position of the investigation subject. Six sessions of the patient's psychotherapeutic process were

selected to have the stories from different moments of this process from the beginning until its completion, taking into account two sessions from the beginning, two from the middle of the process and two from the end. This was done to identify if there is a change in the actantial position and a transformation in the narrative during the psychotherapeutic process of this young in transition. The results show that the most common actantial position where the narrative voice places herself in the beginning and the middle of the process is as a receiver subject who is helped by external helpers to reach her object, with internal opponents who stop her from obtaining it. A change in the subjective position is observed, for in the ending sessions she places herself and internal actants as a sender and a helper, even though she also accepts that she needs to keep progressing since her object (improvement and wellness) is a process that is hardly completely obtained. It may be conclusive that she identifies herself more with an adolescent subjective position at the beginning of the therapeutic process and advances little by little to an adult one, having into account that the development is a never ending and dynamic process.

Key words: adolescence, adulthood, transition, narrative analysis, actantial model

Agradecimientos y dedicatoria

Agradezco a todos los actantes significativos en mi vida que me han ayudado en mi propio proceso de transición a la adultez: a mis papás Lorena y Arturo, a mi hermana Fátima, a mi novio Felipe, a mis terapeutas Lety, Ernesto, Adriana y Lucía, a mis profesores y profesoras de la maestría, a mi asesora Oli y mi compañero Oscar, a mis amigas y amigos, a mi familia, al ITESO, a la maestría, a mi propio bicho, a este trabajo de investigación, a mí misma.

Dedico este trabajo a todos los terapeutas que reconocen su propio proceso de desarrollo dinámico y nunca terminado, y que se animan a cuestionar su posición subjetiva en la vida.

Índice

Resumen	2
Abstract	3
Índice	6
Introducción	8
Descripción del problema y justificación	9
Pregunta de investigación	19
Objetivos	20
Objetivo general	20
Objetivos específicos	20
Fundamentación teórica	21
Psicología del desarrollo	23
<i>“Identidad vs confusión de roles” de Erikson</i>	23
<i>“Intimidad vs aislamiento” de Erikson</i>	25
<i>La década definitoria de Jay</i>	26
<i>Adultez emergente de Arnett</i>	28
<i>Criterios de adultez de Torres, Zacarés y García</i>	30
Psicoanálisis	32
<i>Desarrollo psicosexual de Freud</i>	32
<i>La adolescencia normal de Aberastury y Knobel</i>	38
<i>Adolescencia tardía de Blos</i>	40
<i>Adolescencia, identidad y funciones parentales de Frioni, Grassi y Córdova</i>	42
<i>La adolescencia y el capitalismo tardío de Barrionuevo</i>	45
Transición: De la adolescencia a la adultez	48
Fundamentación metodológica	51
Procedimiento de obtención de datos	52
Características del sujeto	54
Procedimiento de análisis	57
<i>Teoría estructural del relato de Barthes</i>	59
<i>Teoría de las posiciones actanciales de Greimas</i>	60
Resultados	63
Discusión y conclusiones	95
Referencias	108

Anexos	113
Anexo 1: Carta de consentimiento informado	113
Anexo 2: Relatos completos	114
<i>Relatos sesión 3</i>	114
<i>Relatos sesión 4</i>	115
<i>Relatos sesión 14</i>	117
<i>Relatos sesión 16</i>	118
<i>Relatos sesión 23</i>	121
<i>Relatos sesión 26</i>	121
Anexo 3: Análisis actancial (tablas completas)	125

Introducción

En este Trabajo de Obtención de Grado (TOG) se analizan los relatos en psicoterapia de una joven que transita de la adolescencia a la adultez por medio de un estudio de caso único. En el primer apartado referente a la descripción del problema de investigación, se plantea la dificultad de los jóvenes en la actualidad para asumir un rol de adultez, y las circunstancias sociales que han llevado a que se prolongue la etapa exploratoria de la adolescencia a periodos tardíos. Además, se incluye un breve estado de la cuestión donde se describen las investigaciones en psicoterapia relacionadas a esta etapa de transición de la adolescencia a la adultez, la justificación, las preguntas y los objetivos de investigación.

En el segundo apartado, se describen los conceptos teóricos principales en los que se basa la presente investigación: la adolescencia y la adultez, desde el punto de vista de diferentes autores psicoanalíticos y de la psicología del desarrollo. Además, se incluyen las reflexiones propias sobre esta etapa de transición de la adolescencia a la adultez y las vicisitudes que se presentan en la misma.

En el tercer apartado, se describe la metodología elegida: el análisis narrativo propuesto por Sánchez (2022), por medio del cual se identificarán los cambios de posición subjetiva en los relatos en psicoterapia de una consultante que transita de la adolescencia a la adultez.

En el último apartado, se presentan los resultados, el análisis de los datos, la discusión con las teorías anteriormente planteadas y las conclusiones, así como los límites del trabajo y nuevas líneas de investigación.

Descripción del problema y justificación

La juventud es una etapa muy valorada en el ciclo del desarrollo del ser humano. Deseada por los menores, añorada por los mayores, aprovechada por algunos de quienes la experimentan, sufrida por otros, pero siempre muy hablada y estudiada desde distintas perspectivas. En ocasiones llega a estar sobrevalorada por la cultura popular: los medios tienen esta apreciación casi obsesiva con esta etapa, pues inculcan a las masas a que los niños se vean más grandes, y a que los grandes se vean más jóvenes, todo para entrar dentro de la estética de los “veintitantos”, como si envejecer fuera un pecado (Jay, 2012).

No obstante, algo está pasando en la sociedad actualmente, pues a los jóvenes cada vez les cuesta más trabajo crecer y asumirse como adultos, y quedarse en los veintitantos hoy en día no implica lo mismo que hace algunas décadas. Anteriormente, los veintitantos implicaban estabilidad, matrimonio, familia, trabajo, vitalidad; actualmente, gracias a las sociedades industrializadas en las que estamos inmersos, éste se ha convertido más bien en un periodo de incertidumbre, de prolongación del permiso de seguir buscando en qué se quieren convertir, lo cual ha dado lugar a la postergación del matrimonio y la procreación, y a la extensión del tiempo de estudio (Arnett, 2000; Jay, 2012). Esto ha dado lugar a etapas de la adolescencia tardías, pues los jóvenes a pesar de haber cumplido cierta edad cronológica siguen resolviendo cuestiones psíquicas de exploración, autodescubrimiento y búsqueda de identidad, propias de fases anteriores del desarrollo psicoemocional.

Estas etapas han sido descritas de distintas formas y han recibido diferentes nombres. López Madrigal (2021) retoma el concepto del Dr. Dan Killey del “Síndrome de Peter Pan”

para describir a la juventud actual: estas personas que se resisten a asumir las obligaciones de la edad adulta, que no se enfrentan a los desafíos de su edad y les cuesta asumir responsabilidades; no desarrollan los roles que se esperan según el ciclo vital en el que se encuentran. Esto sucede debido a la influencia de los cambios socioculturales que han marcado a esta generación y que han hecho que la transición hacia la adultez sea cada vez más compleja y alargada, tales como la revolución digital, las crisis financieras y la pandemia del COVID19. Tales sucesos sociales modifican el paso de la adolescencia a la edad adulta, dejando de lado el modelo tradicional con estructuras normativas y roles claros, planteando un panorama posmoderno carente de referentes establecidos.

Es por esto por lo que en varios autores ha surgido el concepto de adolescencia tardía. Como refiere Korembit (2007), el uso de la palabra *tardía* deja implícito que algo debió ocurrir en algún momento en específico, de “manera adecuada” o “a tiempo”, pero no apareció, o sucedió en un momento fuera del esperado. Al estar asociado el concepto a una norma, a un parámetro ideal, causa ciertas implicaciones en los sujetos. Además, "lo que hoy consideramos adolescente [...] es una categoría conceptual que emerge en la época y la cultura que nos tocan vivir. Sabemos que cada época tiene sus propias y diversas definiciones y que éstas irán siempre cambiando" (Korembit, 2007, p. 278). De esta manera es importante tener presente el contexto en el que se quiere estudiar al joven.

Vázquez y Fernández (2016) explican que el cambio social que estamos presenciando afecta los modos de ser y estar en el mundo. Gracias a la globalización, las fronteras nacionales cada vez se ven más desdibujadas, por lo que los ciudadanos pierden el

sentido de pertenencia al Estado como orden simbólico articulador, y con ello las certezas que conllevaba pertenecer a un nosotros instituido. A este declive de las instituciones se le suma el avance del mercado, que, gracias a los avances tecnológicos y a los medios masivos de comunicación, ofrece propuestas innovadoras que crean nuevas necesidades que prometen felicidad eterna, convirtiendo de esta manera al consumir en un imperativo para la existencia, pues quien no consume, no es nombrado (y, por tanto, no existe). Esto además ha cambiado la lógica de la temporalidad, pues la subjetividad mercantil debe adaptarse a condiciones que varían permanentemente, donde la imagen es un factor determinante y la inmediatez es la modalidad en la que se vive.

Si consideramos que esta sociedad del capitalismo tardío, como la nombra Barrionuevo (2011), es la que moldeará la identidad de los jóvenes actuales, ¿qué tipos de jóvenes se estarán formando en este contexto socio-histórico-económico-político-cultural? Incluso Vázquez y Fernández (2016) llegan a cuestionarse si la adultez como se conocía anteriormente existe, pues como hoy en día ya no hay bases estables en la sociedad, ahora tienen más peso la fluidez, la liviandad, la flexibilidad y la capacidad de adaptación que el saber y la experiencia. Entonces si eso es lo que se esperaba anteriormente de un adulto, ¿cómo puede definirse en una constante incertidumbre? Y si no existe la adultez como aquella etapa fija o estable, ¿dónde queda la adolescencia?

Me parece que por eso justamente es que surge la necesidad de estudiar esta nueva etapa de transición, ante la dificultad de asumir un yo estable en un contexto que exige flexibilidad. Se describe como una etapa tardía porque, si bien ya pasó el desbalance hormonal puberal, no se asumen ciertos roles de la adultez ya que el joven no se siente preparado para ellos aún. Esto conlleva una problemática porque, como describe Arnett

(2000), es un periodo angustiante de crisis continua, de cuestionarse sobre las relaciones de pareja, el trabajo, la educación, las concepciones del mundo y la identidad propia, que se suele vivir en soledad en mayor frecuencia que en cualquier otra etapa de la vida.

Si bien no existe una edad cronológica como tal para definir esta etapa de transición a la edad adulta, algunos autores se esmeran por ubicarla entre los 18 y 25 años (Arnett, 2000; Blos, 1971, como se citó en Klein, 2020). Esta es una edad en la que se espera que los jóvenes transiten hacia la adultez, lo cual se evaluará con ciertos indicadores de rol que varían dependiendo de la cultura. Torres, Zacarés y García (2020) proponen que, en esta sociedad posmoderna, los caminos hacia la adultez son menos claros y están menos definidos por indicadores de rol tradicionales, por ejemplo, el matrimonio. Hoy en día, estos indicadores se basan más bien en aspectos relacionados con la “madurez personal”, los cuales incluyen “la aceptación de la propia responsabilidad, el decidir sobre los propios valores y creencias independientemente de los padres y otras influencias y el ser económicamente independiente” (p. 127), sumados al desarrollo de la identidad propia, y la sensación de independencia y autonomía.

Por su parte, se determinaron ciertos indicadores de adultez a partir de dos estudios donde se evaluó la pertinencia cultural y las características psicométricas del Inventario de Dimensiones de Adultez Emergente (IDEA) en población mexicana y española (Fierro Arias y Moreno Hernández, 2007) y chilena (Barrera-Herrera et al, 2020). Este inventario fue desarrollado por Arnett, Reifman y Colwell en 2007 para evaluar las cinco dimensiones teóricas de la Adultez Emergente en los jóvenes estadounidenses (Exploración de la identidad, Inestabilidad, Auto-centramiento, Sentirse en medio, Posibilidades y Centramiento en otros). Respecto a la validación de este instrumento en

México y España, se aplicó una adaptación del cuestionario a 720 jóvenes hombres y mujeres mexicanos y españoles entre 16 y 34 años, cuyo nivel educativo iba desde la educación media superior hasta programas de posgrado. Se concluyeron siete factores para las poblaciones estudiadas: Aplazamiento de la adultez, Inestabilidad, Autonomía, Exploraciones, Visión de futuro y posibilidades, Preocupaciones y Moratoria de Identidad (Fierro Arias y Moreno Hernández, 2007). Al replicar esta investigación en Chile, se incluyeron 25 ítems culturales además del IDEA para hacer la evaluación del cuestionario. Este estudio expone que en las distintas realidades culturales surgen estructuras factoriales diferentes respecto del instrumento original, pues la Adultez Emergente se vive de manera distinta en cada contexto. Se concluyó que se necesitaba adaptar el instrumento para la población chilena en la que fue estudiado, dejando seis indicadores en la versión IDEA – extendido para Chile: Apertura personal, Autosuficiencia, Construcción de la identidad, Relaciones interpersonales, Autonomía y Reflexión (Barrera-Herrera et al, 2020).

La falta de muchos de estos indicadores teóricos se ve demostrada en las estadísticas de nuestro país, dejando en evidencia que la transición a la adultez es una problemática actual en México. Hernández (2019) expone los avances de una investigación doctoral donde se analiza la transición a la vida adulta de miembros de dos generaciones de la Ciudad de México: por un lado, quienes efectuaron dicha transición entre los años 1960 y 1970, y por el otro lado, quienes lo hicieron entre los 1990 e inicios del 2000. Se contrastan los resultados en cuanto a lo encontrado en Ciudad de México y a nivel nacional. En general, se encontró que en los jóvenes que transitaron hacia la adultez entre los 1990 e inicios del 2000 hay una mayor permanencia en el sistema escolar, sobre

todo de las mujeres, y se ha retrasado la edad a la cual ambos, hombres y mujeres, consiguen su primer trabajo, lo cual supone una modificación en los patrones de emancipación económica y residencial, cambiando por tanto la manera en que se forman las familias y se deja de residir con la familia de origen.

De aquí parte la urgencia de estudiar en el contexto mexicano actual por qué se posterga el proceso de adultez, qué se puede hacer desde la psicoterapia para acompañar a estos jóvenes en su tránsito a la nueva etapa del ciclo vital y cómo se puede aliviar las problemáticas que se presentan en dicho periodo. Estudiar la psicoterapia en esta etapa de transición resulta interesante para ver qué se puede aportar desde esta disciplina. Además, es necesario plantearse de qué manera debe ser la psicoterapia con la población de esta etapa, la cual está presentando problemáticas particulares, tomando en cuenta que no es lo mismo atender adultos en sus diferentes etapas vitales; por ejemplo, la psicoterapia con adultos mayores no es igual a la psicoterapia con jóvenes en transición a la adultez. Las problemáticas con las que me encuentro en consulta en esta etapa de transición están relacionadas con conflictos familiares y de pareja, crisis de identidad, dificultad en la toma de decisiones, en el planteamiento del proyecto de vida, de inserción al mundo laboral, insatisfacción frente a las expectativas sociales y dificultad frente a la toma de compromisos, principalmente.

En lo que respecta a las investigaciones enfocadas en este periodo de transición, se ha estudiado a esta población desde diferentes perspectivas, principalmente sociales y psicológicas. En una investigación hecha en España (Tahull Fort, 2016) sobre la transición de los adolescentes hacia la vida adulta, se entrevistaron a estudiantes adolescentes, profesores y madres para comprender cómo se da esta transición en el periodo de la Posmodernidad, periodo que se caracteriza por la complejidad, el

individualismo, la fragmentación, el relativismo y una pérdida de referentes. Se les entrevista para visibilizar sus dificultades, preocupaciones y conflictos para adaptarse al entorno social que ellos no construyeron, mostrando que los adolescentes no son los responsables de las contradicciones encontradas en este contexto, sino que son las víctimas. Se encontró que los adultos perciben a los adolescentes como los culpables de los males de la sociedad y los adultos como los perjudicados, mientras que los adolescentes perciben al mundo y la realidad como hostil, amenazante, y a los adultos como lejanos, que no comprenden. Los docentes por su parte identifican que el origen de los conflictos de los adolescentes está en las familias, pues los padres no se ocupan suficientemente de sus hijos. Concluye este autor:

Las aportaciones de los informantes muestran una sociedad desordenada, fragmentada, caótica, dinámica, confusa... Todos los sujetos estamos incrustados en este contexto social y cultural y necesariamente nos determina. [...] El contexto social y cultural marca inexorablemente la vida de las personas, pero en el caso de los adolescentes, al estar en este momento de su vida, no reciben las pautas, conductas, hábitos y valores que les permitan adaptarse al nuevo estado. Esto hace que se sientan desorientados y confusos (Tahull Fort, 2016, p. 42).

Referente a las investigaciones en psicoterapia con poblaciones en transición de la adolescencia a la adultez, se encontró un estudio de caso de intervención terapéutica en Panamá donde se evaluó la efectividad de una intervención psicoterapéutica breve en forma grupal aplicada a diez adolescentes que residen en un Hogar Sustituto con el fin de facilitar o modificar la fase de individuación (Valverde Molina, 2004), la cual es una de las tareas fundamentales de la transición de la adolescencia a la adultez. Con esta

investigación cuasiexperimental se encontró que la psicoterapia breve grupal modificó la fase de individuación de las adolescentes, pues se demostró que se fortalecieron las funciones del yo, dándole más recursos a los adolescentes para afrontar esta etapa.

Por su parte, en una investigación realizada en Chile sobre el contexto, motivaciones y expectativas en la primera consulta de la psicoterapia con adolescentes, en la que participaron 10 adolescentes entre 14 y 18 años, se encontró que los adolescentes deciden consultar a un especialista en salud mental debido a varias causas complejas relacionadas con situaciones personales y sociales, las cuales les afectan causándoles sintomatología psíquica, somática, dificultades relacionales con sus pares y familia, disminución de rendimiento académico, dificultades para asumir responsabilidades y tareas propias de la edad (Bustos, 2017).

De manera similar, en una investigación realizada en México sobre la relación, el proceso psicoterapéutico y sus vicisitudes en el tratamiento psicoanalítico de un adolescente de dieciséis años, se expuso la importancia de la relación terapéutica en la psicoterapia con adolescentes, gracias a la cual se logró dar comprensión y sostén al joven en esta etapa vital (Pérez, 2019).

Semejantemente, en una investigación realizada en México (García Flores, 2021) se expuso el proceso psicoterapéutico de una joven de 17 años que cumplió 18 años durante éste para analizar el fortalecimiento de las funciones yoicas que favorecen el tránsito a la vida adulta. Se advirtió que las funciones yoicas con las que contaba la consultante estaban dirigidas al mundo exterior, a los otros y a aspectos de sí mismo, así como a neutralizar la ansiedad mediante un mecanismo de evitación. Asimismo, presentaba dificultad en las funciones integradoras, incapacidad de vivir en el aquí y ahora, dificultad para visualizarse en el futuro, inseguridad para tomar decisiones y observarse como un

adulto diferente a su madre. Las funciones yoicas que necesitaron fortalecerse fueron las que correspondían a un proceso de pensamiento y funcionamiento autónomo, así como la del funcionamiento defensivo para hacerla más adaptativa a la hora de lidiar con la ansiedad. Se concluyó que el fortalecimiento de las funciones yoicas básicas y defensivas

permitieron que la consultante pudiera transitar a la vida adulta al favorecer su toma de decisiones y afirmación de sus capacidades hacia una nueva etapa de vida que requerirá de una cognición, asertividad y adaptabilidad adecuadas para afrontar las exigencias de una vida adulta (García Flores, 2021, p. 91).

Por otro lado, en un estudio de caso clínico realizado en 2022 en México donde se describe el proceso psicoterapéutico con un adulto joven de 27 años, se indagó cómo es que la narrativa evoluciona en el desarrollo de un proceso terapéutico. Se realizó un análisis estructural del relato y se encontró que el consultante presentó una evolución en su relato con mejoras en puntos muy específicos: la identificación de sus emociones, la apertura a nuevas posibilidades en su relato, la identificación de su problema y lo que lo inició, y el reconocimiento de una red de apoyo, lo cual muestra que el consultante se acercó a la identificación de adulto joven tras el proceso psicoterapéutico (Rauda-Gaona, 2022).

Por otro lado, referente al método de análisis elegido para este trabajo, se encontró un análisis narrativo realizado en México donde se analizaron escenas de travestismo y los procesos de pensamiento de un consultante en psicoterapia para dar cuenta de los cambios en la posición psíquica del sujeto (Sánchez et al., 2022). Se concluyó que hubo una modificación en la narrativa y en la posición psíquica del narrador, pues “el yo se posiciona como sujeto-agente y no como objeto de padecimiento” (Sánchez et al., 2022)

al desentenderse del masoquismo sacrificial. Un criterio de logro de ese proceso psicoterapéutico fue que el consultante se asumía con mayor autonomía y distancia de sí mismo respecto a las imago parentales, es decir, se observa un mayor proceso de subjetivación.

Si bien las investigaciones anteriormente mencionadas refieren en su mayoría a etapas iniciales de la adolescencia, evidencian la necesidad de focalizar la investigación en psicoterapia a este proceso de transición de la adolescencia a la adultez, pues en este periodo los jóvenes presentan en algunas ocasiones características de la adolescencia, en otras tantas, de la adultez. Además, escasean los estudios donde se piense desde este marco socio-económico-cultural lo que implica el ser joven-adolescente-adulto en la actualidad. Esta fluidez entre etapas genera crisis y malestar en los sujetos, al no poder asumirse completamente como parte de una población ni de la otra, y debido a las exigencias socioculturales de avanzar hacia la adultez. Esto se puede observar en los relatos de los consultantes en psicoterapia, pues ocasionalmente es lo que los motiva a acudir a buscar un proceso terapéutico. Lo que se espera es que estos individuos transiten hacia la adultez, ya que es deseable que el nivel de desarrollo emocional empate con su edad cronológica para lograr una mejor adaptación al contexto social en el que están insertos; se espera que se realice este tránsito por medio de los procesos de cambio promovidos en psicoterapia.

Es por ello por lo que es oportuno explorar este periodo en específico, por lo cual la presente investigación se enfocará en lo que, después de retomar los conceptos de los diferentes autores, decido nombrar la transición de la adolescencia a la adultez. Descarto el término de adolescencia tardía porque la palabra “tardío” hace referencia a algo que

debió suceder y no lo hizo, y el de adultez emergente porque, aunque está emergiendo, no se queda de una vez y para siempre. Hago más bien énfasis en la transición, pues desde la teoría psicoanalítica este concepto permite comprender que el desarrollo es fluido de ida y de regreso, como se retomará más adelante en el apartado metodológico. Esto se realizará desde una línea específica de generación del conocimiento que se maneja en el ITESO: análisis de los relatos terapéuticos. Al plantearse como un estudio de caso único, permitirá entender las particularidades de la psicoterapia en la transición de la adolescencia a la adultez, y a partir de las singularidades de dicho caso, se comprenderán aspectos sobre este periodo desde una nueva mirada, lo cual hace que el trabajo sea relevante en el campo profesional y de conocimiento de la psicoterapia. No se pretende realizar una teoría acerca de esta etapa del desarrollo con este estudio, sino hacer un análisis de los datos obtenidos de un proceso de psicoterapia.

Pregunta de investigación

Debido a ello, surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo se modifican los relatos a lo largo de un proceso de psicoterapia de una consultante que transita de la adolescencia a la adultez?

La hipótesis teórica es que la adultez no se caracteriza por una edad, sino por una posición subjetiva (fluctuante, fluida). Tiene que ver más con la forma en la que el joven se relaciona con los otros significativos. Es por esto por lo que se busca analizar en el relato las posiciones subjetivas de la joven en proceso de transición de la adolescencia a la adultez.

Objetivos

Objetivo general

- Identificar los cambios de posición subjetiva que reflejan la transición de la adolescencia a la adultez en el relato de una consultante en proceso de psicoterapia.

Objetivos específicos

- Identificar la trama del relato de la consultante a partir de los micro relatos localizados (Barthes, 1970, como se citó en Sánchez, 2022).
- Analizar cómo se coloca la consultante en los tres diferentes momentos del proceso psicoterapéutico en su relato, con qué atributos, quiénes más participan y qué funciones desempeñan (Greimas, 1970, como se citó en Sánchez, 2022).
- Identificar si existe una transformación en el relato que dé cuenta del cambio de posición subjetiva en el proceso de transición de adolescencia a adultez, contrastando el análisis del relato con la teoría.

Fundamentación teórica

En el presente apartado, se describen los conceptos teóricos principales en los que se basa la presente investigación, a saber: adolescencia y adultez. Se revisarán desde dos perspectivas teóricas principales: por un lado, la teoría psicoanalítica clásica y contemporánea, y por el otro, algunas propuestas de la psicología del desarrollo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), la adolescencia es una etapa de crecimiento entre la niñez y la edad adulta, que se suele ubicar entre los 10 y 19 años. Es un periodo de desarrollo físico, cognitivo y psicosocial, que impacta en la manera en la que los adolescentes se sienten, piensan, se comportan, toman decisiones e interactúan con los demás.

Por otro lado, la Real Academia Española (RAE, 2023) define la adultez como el periodo de vida de una persona que ha alcanzado la plenitud de crecimiento o desarrollo. El artículo 646 del Código Civil Federal define que en México la mayoría de edad comienza a los dieciocho años cumplidos (Código Civil Federal, 2021).

No obstante, las definiciones y las edades anteriormente propuestas no nos dicen mucho para comprender la psicología de los jóvenes que transitan por dichas etapas. Es necesario ver el contexto en el que están creciendo las generaciones actuales para entender cómo éste impacta en su psiquismo. Explican Vázquez y Fernández (2016) que “en la sociedad actual ya no hay bases estables; las ideas, la fluidez; la liviandad, la delgadez, la flexibilidad y la capacidad de adaptación cotizan más alto que el saber y la experiencia” (p. 50). Los jóvenes actuales están inmersos en un contexto de inmediatez, se conectan al internet y todo lo obtienen ahí; son consumidores, ya no ciudadanos, y a la vez objeto de consumo, pues se “venden” en redes sociales, donde forman su identidad

líquida, narran su propia historia al crear sus perfiles, cuentan lo que les permite seguir perteneciendo al ser todo editable, se validan por medio de *likes* y su *nickname* es su nueva identidad. La realidad virtual es cada vez menos virtual y más realidad, sobre todo a partir de la pandemia por COVID19, donde se desdibujaron más aún las fronteras. Experimentan en el internet simultáneamente lo público y lo privado (Vázquez y Fernández, 2016).

Estos espacios líquidos, fluidos, virtuales y móviles generan efectos en lo psíquico, por lo que es necesario comprender a la juventud desde esta misma fluidez. La psicología del desarrollo queda corta en este sentido para explicar al joven en la sociedad actual, pues se espera que alcance ciertos hitos con el crecimiento cronológico y emocional. Por otro lado, el psicoanálisis permite comprender que no hay edades en el desarrollo psicosexual, sino que éste se entiende como un proceso. Plantea Freud (1905/1976a) que las mociones sexuales se van desarrollando en la infancia como oleadas hasta que sufren una sofocación (producida bien por la normalidad de las distintas etapas o por hechos concretos que perturban el mismo), de manera que el desarrollo sexual y del psiquismo se comprende como una vía oscilante, donde poco tiene que ver lo cronológico y más bien tienen que ver los hechos que suceden y la manera en la que se organizan las pulsiones en cada periodo. Es así como importa más la posición subjetiva, cómo el joven se relaciona con el mundo en esta transición fluida de ida y de regreso en sus distintos momentos del desarrollo.

Es por esto por lo que a continuación se citan las obras de distintos autores para profundizar desde sus diferentes enfoques en la comprensión de la adolescencia y la adultez, contrastando la manera en la que permiten comprender a los jóvenes en

transición. Además, tras realizar un recorrido por las diferentes teorías, se propone una perspectiva propia sobre esta etapa de transición.

Psicología del desarrollo

La psicología del desarrollo es una perspectiva teórica que permite comprender cómo evoluciona el ser humano en sus distintas etapas vitales. Propone que se deben alcanzar ciertos hitos con el crecimiento cronológico y emocional para pasar de una etapa a otra. A continuación, se hará un recorrido por las etapas de interés para la presente investigación (adolescencia y adultez), retomando las propuestas teóricas de diferentes autores.

“Identidad vs confusión de roles” de Erikson

Erikson (como se citó en Bordignon, 2005), desde una visión psicoanalítica psicosocial, reinterpretó las fases psicosexuales de Freud y enfatizó en los aspectos sociales de cada una de ellas para exponer una teoría psicosocial del desarrollo que no se centrara solamente en los niños, sino también en el desarrollo del adolescente y en el adulto. Si bien su influencia es psicoanalítica, lo ubico con los autores de la psicología del desarrollo debido a su postura que considera importantes las etapas cronológicas. Para fines de este trabajo, se retomarán el estadio 5 y 6 de dicha teoría, que corresponden a las edades aquí estudiadas: adolescencia y adultez joven.

La adolescencia según Erikson (como se citó en Bordignon, 2005), inicia con el periodo de pubertad, que se identifica fácilmente con el crecimiento rápido del cuerpo y la madurez psicosocial, el cual despierta en el adolescente un interés por la sexualidad. Este estadio, contemplado de los 12 a los 20 años, es llamado por el autor “identidad vs confusión de roles”, pues la tarea principal del adolescente es la integración psicosexual

y psicosocial para formar la identidad personal. Ésta es formada en los siguientes aspectos:

- A) Identidad psicosexual: ejercicio del sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor como compañeros de vida;
- B) Identificación ideológica: asunción de un conjunto de valores que se expresan en un sistema ideológico o político;
- C) Identidad psicosocial: inserción en movimientos o asociaciones de tipo social;
- D) Identidad profesional: selección de una profesión en la cual poder dedicar sus energías y capacidades de trabajo, para después poder crecer profesionalmente;
- E) Identidad cultural y religiosa: consolidación de su experiencia cultural y religiosa, además de fortalecimiento del sentido espiritual de la vida.

Describe Bordignon (2005) que Erikson aseveraba que en caso de no lograr lo anterior, el adolescente presentaría una confusión de identidad, de roles, inseguridad e incertidumbre. Me parece importante retomar este concepto de identidad para el caso estudiado en el presente trabajo, pues al fluctuar entre adultez y adolescencia, y no estar resuelta la identidad adolescente, pueden prolongarse estos síntomas de confusión, inseguridad e incertidumbre a esta nueva etapa de transición.

Según Erikson (como se citó en Bordignon, 2005), la manera en la que el adolescente logra esta consolidación de la identidad es a través de las relaciones sociales significativas con los grupos de iguales, pues en ellos buscan la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental para establecer relaciones autodefinitorias, superar la confusión de roles, establecer relaciones de confianza, estabilidad y fidelidad, consolidar sus ideologías y enfrentar la realidad juntos. Lo que resulta de estas relaciones

de pares, además de la construcción de la identidad, es la fidelidad como una fuerza que solidifica y permite asumir contenidos en el proceso de identidad, permitiéndole al adolescente decir “Yo soy el que puedo creer fielmente” (Bordignon, 2005, p. 56). Un equilibrio justo entre la formación de la identidad y la confusión de roles alimenta la búsqueda constante de estados de perfeccionamiento en cuanto a las relaciones significativas y el amor, la profesión y el proyecto de vida, la cultura e ideologías, la fe y la visión del mundo.

“Intimidad vs aislamiento” de Erikson

Desde esta teoría de Erikson (como se citó en Bordignon, 2005), la madurez psicosexual del adolescente culmina con la capacidad de desarrollar una relación sexual saludable con una pareja con quien compartir con confianza mutua la vida, el trabajo y el ocio, asegurando a la descendencia futura una mejor condición de vida y trabajo. Este estadio, contemplado de los 20 a los 30 años, es llamado por el autor “intimidad vs aislamiento”, pues la tarea principal del adulto es confiar en alguien como compañero en el amor y trabajo, integrarse en afiliaciones sociales concretas y desarrollar un compromiso o fuerza ética para ser fiel a esos lazos que implican en ocasiones sacrificios significativos. De no ser así, el aislamiento afectivo, el distanciamiento, el individualismo y el egocentrismo llevaría al adulto a un estado de exclusividad separado de los demás.

Describe Bordignon (2005) que, según la teoría de Erikson, el equilibrio justo entre la intimidad y el aislamiento fortalece en el adulto la capacidad de sentirse realizado en el amor y en el trabajo. Es por esto por lo que propone que el adulto joven se incluya en relaciones sociales de integración y compromisos en instituciones y asociaciones culturales, políticas, deportivas y religiosas, para que ahí desarrollen su capacidad de

amar y trabajar. Por lo tanto, se puede esperar que se presenten dificultades en lograr este equilibrio entre la intimidad y el aislamiento en los jóvenes en transición a la adultez.

La década definitoria de Jay

Según la psicóloga clínica Meg Jay (2012), especialista en psicología del desarrollo del adulto, la década de los “veintitantos” es la etapa del desarrollo más importante en la adultez, pues lo que el joven hace determinará en quién se convertirá. Cada decisión que tome tendrá consecuencias que influirán en su futuro. Sin embargo, los jóvenes tienden a desestimar la importancia de esta etapa, pues la cultura en la sociedad actual los ha orillado a pensar que estos años no son tan significativos. Las antiguas generaciones solían casarse, conseguir un trabajo estable, comprar una casa y tener hijos al comienzo de sus veintitantos (en ocasiones, motivados por los roces con sus padres que los llevaban a buscar un espacio propio, algo diferente, el comienzo de su vida independiente). El desarrollo socioeconómico ha orillado a que las juventudes actuales no tengan las mismas oportunidades laborales y de vivienda que sus antepasados; además, se ha aceptado socialmente que éste sea un periodo “desechable”, para que el joven vague (*meant for wandering*), en el que los padres permiten todo para que los hijos exploren y minimizan los roces con ellos, en un intento de calmar su crisis propia del “por qué me establecí tan pronto” (*settle down too soon*), permitiendo que ellos no lo hagan (o imposibilitándolo en ocasiones). Jay describe que los investigadores han apodado a estos jóvenes de distintas maneras: “niñultos”, “pre-adultos”, “adultescentes” y “*twixters*” (anglicismo que describe a los jóvenes adultos que viven con sus padres y no son independientes económicamente). Dice que algunos los describen en su adolescencia

extendida, mientras que otros los nombran en la adultez emergente, o los “todavía-no-adultos” (*not-quite adults*).

Jay (2012) describe el peligro de considerar esta etapa como no esencial, pues los jóvenes al experimentar, priorizar el placer inmediato, brincar de un trabajo a otro, buscar relaciones sentimentales no significativas y sin compromiso, regresar a vivir al hogar familiar en vez de buscar la propia independencia, endeudarse, y demás acciones características de esta nueva etapa de exploración, podrían estar perdiéndose de la toma de decisiones importantes para el resto de su vida adulta.

Además, Jay (2012) afirma que estos jóvenes presentan malestares específicos en su clínica, pues se describen sin rumbo, como si estuvieran nadando en medio del océano sin ninguna dirección y sin ver tierra firme, con malestar frecuente, llorando en el baño del trabajo a diario, con la necesidad de tener que seguir saliendo con más y más personas a ver si alguien se queda, con la sensación de que hay mucho que hacer y poco tiempo para hacerlo, con el miedo de estar solteros como sus pares, con la necesidad de liberarse de sus veintes y no seguir haciendo lo mismo en sus treintas, con la urgencia de al menos una certeza en su vida. Esta incertidumbre genera ansiedad en las personas, por lo que los jóvenes se ven tentados a distraerse, no resolver lo que les toca, y convertirse en estos *twixters* descritos anteriormente, posponiendo las decisiones importantes de su vida adulta. Además, son influenciados por los medios en posponer estas decisiones, pues las redes sociales, la música y la industria del momento mantiene a los jóvenes optimistas frente a la indecisión, mostrándoles alternativas de distracción. Es así como estos jóvenes adultos no toman decisiones, pero no decidir también es

decidir. Podría esperarse que en el caso estudiado se presenten algunas de estas problemáticas que Jay describe.

Adulthood emergente de Arnett

Jeffrey Arnett (2000) propuso en el marco de la psicología del desarrollo con un enfoque psicocultural una nueva concepción en las etapas del desarrollo: la adultez emergente, pues en sus investigaciones encontró que, entre los 18 y 25 años, los jóvenes no son ni adolescentes ni adultos, sino que pertenecen a esta diferente fase con características distintas a las del adolescente y las del adulto joven. Debido a que en las sociedades industrializadas se ha pospuesto el matrimonio y la procreación, y se ha prolongado el tiempo de estudio, se ha alargado el periodo de exploración y búsqueda de identidad de la adolescencia a la adultez emergente. Gracias a que se cuenta con una mayor independencia que en la niñez y adolescencia, y aún no se cuentan con las responsabilidades normativas de la adultez, se da la oportunidad de explorar diferentes direcciones en la vida respecto al amor, al trabajo y a la concepción del mundo.

Arnett (2000) consideró a esta etapa distinta demográficamente debido a que en esta transición, existe una gran variedad en cuanto al estatus demográfico de los adultos emergentes, debido a que no hay roles esperados específicos en esta etapa: algunos aún viven con sus padres, otros ya viven solos, otros viven en pareja; unos siguen estudiando, otros están trabajando; unos están viajando, otros tienen hijos; en fin, es una etapa impredecible demográficamente, con una diversidad que sustenta la idea de que es una etapa exploratoria distinta a la adolescencia y a la adultez temprana.

Por otro lado, la adultez emergente no solo es delimitada por la diversidad demográfica ni por las tareas que se deben cumplir en esta etapa: terminar de estudiar, establecerse

en una carrera, elección de una pareja estable y tener hijos, sino que, en esta etapa, los adultos emergentes no se conciben a sí mismos ni como adolescentes ya, ni como adultos todavía. Según la investigación de Arnett (2000), los adultos emergentes sienten que les faltan ciertas características individuales relacionadas con el carácter para poder considerarse a sí mismos como adultos: aceptar la responsabilidad de sí mismos, tomar decisiones independientes y ser económicamente independientes. De esta manera, se pone énfasis en la tarea principal del adulto emergente de convertirse en una persona autosuficiente. Solamente hasta que se alcanzan estas cualidades, se vive una experiencia subjetiva de desarrollo de carácter que logra hacer que el adulto emergente pueda identificarse como un adulto joven.

Arnett (2000) describe que, si bien esta etapa exploratoria puede estar llena de oportunidades, también puede ser muy angustiante. Es una etapa exploratoria distinta a la de la adolescencia, pues el adulto emergente al cuestionarse sobre el amor, explora el potencial de la conexión íntima y emocional, de las relaciones de pareja largas y profundas; al cuestionarse sobre el trabajo, lo hace de una manera más seria y enfocada en la preparación para el rol de trabajo de la adultez, buscando sentar las bases para la carrera que esperan desarrollar a lo largo de su vida; al cuestionarse sobre la educación, buscan prepararse y especializarse en temas que vayan de la mano con su carrera profesional, probablemente corrigiendo las decisiones tomadas en una etapa adolescente anterior con más enfoque; al cuestionarse sobre las concepciones del mundo, se cuestionan lo que aprendieron de chicos, lo que conocen ahora, sus creencias y valores, lo que es esencial para ellos, y reestructuran sus maneras de interpretar la realidad distinta a como su familia se la presentó. Entre tanto cuestionamiento, el adulto

emergente puede pasar un tiempo especialmente intenso y desagradable, debido a las desilusiones y decepciones con las que se encuentra al cuestionarse lo que creía cierto hasta aquel entonces. Del mismo modo, en ocasiones se presentarán sensaciones de fracaso, pues en las exploraciones no se encontrarán resultados satisfactorios en primera instancia. A su vez, el adulto emergente tiende a estar solo en esa etapa en una mayor frecuencia que en cualquier otra etapa de su vida, a ver el mundo de una manera más negativa, y tener una visión pesimista sobre el futuro de la sociedad. Dichas características descritas anteriormente se pueden presentar en el sujeto a estudiar en esta investigación.

Criterios de adultez de Torres, Zacarés y García

En la actualidad, la transición hacia la adultez es una etapa que se considera progresiva y multifacética. No se ubica de manera tan clara o definida como se hacía anteriormente con el matrimonio, por ejemplo. Torres, Zacarés y García (2020) proponen desde una perspectiva de la psicología del desarrollo ciertos indicadores de rol de adultez para identificar esta progresión en los jóvenes, los cuales se agrupan en cinco grandes categorías: los criterios biológicos (finalización definitiva de los cambios físicos), los cronológico-legales (la mayoría de edad legal, que en teoría faculta al joven para tomar decisiones que anteriormente no le eran permitidas), los socioeconómicos (relacionados con la independencia económica y la posibilidad de residir fuera del hogar familiar), los psicosociales (finalización del estudio y acceso al mundo laboral, casarse o convertirse en padre/madre), y los psicológicos (autopercepción de madurez, aceptación de la propia responsabilidad, decidir sobre los propios valores y creencias a pesar de las influencias

externas, logro de una identidad personal, autonomía emocional, intimidad, madurez cognitiva, experiencia subjetiva de sentirse adulto).

Este último criterio psicológico es al que dan un mayor peso los jóvenes en transición a la adultez, a diferencia de las generaciones anteriores que daban una mayor importancia a roles psicosociales como el matrimonio o la paternidad para considerarse adultos. Es por eso que los jóvenes priorizan los criterios individuales internos o de madurez personal a los otros en su autopercepción de adultez (Torres, Zacarés y García, 2020). Está por observarse cómo se presentan dichos criterios en el relato de la consultante aquí estudiado.

En síntesis, los diferentes autores de la psicología del desarrollo aquí presentados proponen que los hitos que debe de alcanzar el joven en transición son la formación de la identidad personal (Erikson, como se citó en Bordignon, 2005), la elección de una pareja, un trabajo y una sociedad con quienes comprometerse (Erikson, como se citó en Bordignon, 2005), la toma de decisiones definitivas (Jay, 2012), el convertirse en una persona autosuficiente (Arnett, 2000) y la autopercepción de adultez (Torres, Zacarés y García, 2020). Además, esta etapa implica en el joven que finalicen definitivamente los cambios físicos, que se puedan tomar decisiones legales de acuerdo con la mayoría de edad, que se termine el estudio, que se inserte al mundo laboral y establezca su carrera, que se logre la independencia económica y se resida fuera del hogar familiar, que se elija una pareja estable y se tengan hijos, que se acepten las responsabilidades propias, que se decidan sobre los valores y creencias propios, que se logre una identidad personal, una autonomía emocional, una intimidad, una madurez cognitiva y en general, una experiencia subjetiva de sentirse adulto (Erikson, como se citó en Bordignon, 2005; Jay, 2012; Arnett, 2000; Torres, Zacarés y García, 2020). Se retomarán estos hitos en la

discusión con los datos obtenidos para evaluar la posición subjetiva de la consultante y los cambios en su discurso.

Psicoanálisis

El psicoanálisis es una disciplina que se originó con el trabajo de Sigmund Freud y que luego fue desarrollada, ampliada y/o modificada por varios psicoanalistas posteriores. Centra su estudio en los procesos inconscientes que influyen en las personas, poniendo énfasis en la importancia de la vida emocional y de las experiencias tempranas en la formación de la personalidad. Propone que el desarrollo de ésta es un proceso dinámico que se construye y deconstruye a lo largo de la vida. A continuación, se hará un recorrido por algunas propuestas del psicoanálisis clásico y contemporáneo para comprender las etapas de interés de la presente investigación (adolescencia y adultez).

Desarrollo psicosexual de Freud

Sigmund Freud propone en su teoría del psicoanálisis clásico una visión del desarrollo enfocada en la sexualidad, pues creía que era una fuerza motivadora fundamental en la vida humana que impactaba en el desarrollo del psiquismo. No se considera a la sexualidad solamente como la genitalidad, como comúnmente podría confundirse, sino que abarca varios aspectos sobre la manera en la que la persona se desarrolla a lo largo de su vida. Es así como encuentra importante estudiar la sexualidad infantil, lo cual no se hacía en su época porque se asumía que los niños carecían de pulsión sexual; sin embargo, sí la tienen, pero gracias a la amnesia infantil, poco se recuerda acerca de estos primeros años de vida (normalmente se empieza a recordar desde los 6-8 años). De esta manera se vuelve difícil la investigación fuera del contexto clínico psicoanalítico o la observación directa de infantes. No obstante, estos primeros años de vida dejan “las

más profundas huellas en nuestra vida anímica” (Freud, 1905/1976a, p. 159) y se vuelven determinantes del desarrollo posterior, pues influyen en la forma en que las personas experimentan el mundo, cómo se forma su personalidad, cómo se relacionan con los demás y cómo resuelven sus problemas.

Freud (1905/1976a) describe el desarrollo de las mociones sexuales en la infancia, aseverando que éstas se van desarrollando hasta que sufren una progresiva sofocación, que “puede ser quebrada por oleadas regulares de avance del desarrollo sexual o suspendida por peculiaridades individuales” (p. 160). De esta manera, comprende el desarrollo sexual y del psiquismo como una vía oscilante, donde poco tiene que ver lo cronológico y más bien influyen los hechos que suceden y la manera en la que se organizan las pulsiones en cada período. Este concepto de la vía oscilante de desarrollo es fundamental para comprender la presente investigación, pues desde esta visión se entiende que los jóvenes transitan hacia la adultez, no tanto por lo cronológico, sino por lo que sucede en sus vidas en ese momento y la manera en la que organizan sus pulsiones, regresando a formas de relación de etapas de mayor confort ante hechos difíciles, que funciona como un lugar seguro tipo “*checkpoint*” para recargarse cuando la vida se pone difícil y seguir avanzando en su desarrollo.

Freud propone cuatro etapas del desarrollo psicosexual, interrumpidas por un periodo de latencia entre las tres etapas infantiles y la etapa final que se abre paso con la pubertad (Freud, 1905/1976a). Con fines de comprender la adolescencia y sus movimientos psíquicos que permiten que el joven transite hacia la adultez, se explicará de manera breve cada etapa, haciendo un énfasis principal en la última.

La primera organización sexual pregenital es la etapa oral, en la que los labios del bebé como zona erógena se ponen al servicio de la autoconservación. El bebé busca repetir la satisfacción que sentía al ser estimulado por la cálida leche materna. Esto lo logra por medio del chupeteo, donde elige una parte de su cuerpo (sus mismos labios, su lengua, un lugar de la piel que esté al alcance) para mamar/succionar de manera similar como lo hacía con el pecho materno. De esta manera, “la pulsión no está dirigida a otra persona; se satisface en el cuerpo propio, es autoerótica” (Freud, 1905/1976a, p. 164). Es así como la pulsión se logra independizar de la meta de la conservación de la vida y toma un carácter autoerótico al tornarse hacia sí mismo como un rechazo al medio externo que no puede controlar todavía. De esta manera nace el yo a partir del proceso conocido como el narcisismo primario (al poder considerarte a ti como objeto, aparece el yo y no yo), es decir, esa primera reserva de energía libidinal en el cuerpo propio del bebé.

A la etapa oral le sigue la etapa sádico-anal (segunda organización sexual pregenital). De manera similar a la primera etapa, la sexualidad se apuntala en otras funciones corporales, en este caso, el control de esfínteres. En esta etapa, el niño estimula la zona erógena anal reteniendo las heces hasta que su acumulación provoca contracciones musculares y al pasar por el ano ejercen un estímulo sobre la mucosa, produciéndose sensaciones tanto placenteras como dolorosas. Es así como descubren 1) el sadismo-masoquismo; 2) el control de su cuerpo y el primer intento de expresar una autonomía por medio de, ya sea la obediencia a sus figuras cuidadoras entregándoles el regalo que piden (heces), o el desafío, rehusándolo; y 3) la división en opuestos (aún no masculino y femenino, sino activo y pasivo) (Freud, 1905/1976a).

La siguiente es la etapa fálico-genital. Antes de pasar a la vida sexual “normal”, se activan las zonas erógenas relacionadas con la micción (niños: glande, niñas: clítoris), que a su vez coinciden con los genitales/el aparato sexual como tal. El niño busca repetir la satisfacción que obtenía al ser lactante cuando le lavaban o frotaban los genitales como parte del cuidado corporal, o con las secreciones que constantemente fluían por dichas zonas. De esta manera, el niño practica la masturbación infantil en su segunda fase (hacia el cuarto año de vida) hasta que la sofocación del periodo de latencia la detiene (Freud, 1905/1976a).

En esta etapa fálico-genital se desarrolla el conocido Complejo de Edipo¹, en el que el niño retiene el objeto conocido en las etapas anteriores de lactancia y crianza, es decir, la madre. Presenta fantasías respecto a ella y ve al padre como un rival a quien quiere eliminar y sustituir; descarga su excitación sexual por medio de la práctica del onanismo. Al ser ésta sofocada por las personas encargadas de la crianza, activa el complejo de castración, que en un principio el niño desestima, pero al encontrarse con el sexo opuesto y comprobar que la niña está castrada, la amenaza de castración se vuelve significativa y surge un interés narcisista hacia los genitales. De esta manera el niño renuncia al onanismo infantil gracias a este interés narcisista, siendo como resultado que la actitud / postura edípica se vaya al fundamento / inconsciente por medio de la represión, dando paso al período de latencia (Freud, 1925/1976c).

Por otro lado, en la niña este Complejo se desarrolla un tanto distinto al niño. Se presenta de igual manera el onanismo infantil al despertarse sensaciones en el clítoris como nueva

¹ El Complejo de Edipo ha sido estudiado por otros autores contemporáneos dándole una interpretación simbólica y no anatómica, donde se reconoce que ambos, hombres y mujeres, somos castrados, es decir, nos reconocemos en falta.

zona erógena de esta etapa fálico-genital. Su primer objeto es de igual forma la madre, sin embargo, en un momento la niña lo resigna y toma a cambio al padre como objeto, a partir de notar las diferencias anatómicas de los sexos. Al descubrir con sus hermanitos o compañeritos que los niños tienen un pene visible y de notable tamaño, superior a su propio órgano pequeño y escondido, surge la envidia del pene. Freud describe un largo proceso por el cual la niña resigna su objeto de deseo y toma a cambio al padre como tal, pues él le puede dar un pene (este deseo se transforma después en el deseo de un hijo cuando se desliza la libido de la niña). La madre pasa a ser objeto de los celos mientras que el padre se convierte en objeto de amor. El fin del complejo de Edipo en la niña se da gracias a una oleada de represión, puesto que la masturbación en el clítoris es una práctica masculina (activa) y debe ser femenina (pasiva) para recibir este pene / hijo del padre, de manera que suprime el onanismo oponiéndose al quehacer autoerótico activo para desplegar su feminidad, quedando todo esto reprimido y dando igualmente paso al período de latencia (Freud, 1925/1976c).²

Por su parte, en el período de latencia se edifican los poderes anímicos que se presentarán como inhibiciones sexuales/diques a lo largo del desarrollo (el asco, el sentimiento de vergüenza, los reclamos ideales en lo estético y en lo moral). En este período la energía es desviada del uso sexual y aplicada a otros fines (sublimación). La pulsión de saber se desarrolla en esta etapa, en la que los niños tienen curiosidad de investigar, principalmente sobre el origen de los bebés. Al no serles suficientes las

² Freud explicará más tarde que todo Complejo de Edipo es doble, se ama y odia a ambos progenitores, sin importar la anatomía; sin embargo, para mayor claridad expositiva, se presenta el Complejo de Edipo sencillo o simple.

explicaciones de los adultos y desconfiar de ellos, asumen su orientación autónoma en el mundo (Freud, 1905/1976a).

Por último, en la etapa genital se determina la conformación definitiva de la vida sexual (Freud, 1905/1976a). Ésta comienza con el estallido de la pubertad, que produce grandes cambios en los cuerpos de los adolescentes: el crecimiento de los genitales externos por un lado, y el desarrollo de los genitales internos por el otro, que ahora pueden ofrecer productos genésicos o recibirlos para la gestación de un nuevo ser, dejando listo un aparato que aguarda el momento en que se utilice. Freud explica que “la pulsión sexual era hasta entonces predominantemente autoerótica; ahora halla al objeto sexual” (1925/1976c, p. 189). Es así como todas las pulsiones parciales cooperan con la nueva meta sexual: la reproducción, y las zonas erógenas se subordinan al primado de la zona genital. En esta nueva meta sexual, los dos sexos tienen funciones muy diferentes: el hombre descarga los productos genésicos en la mujer, acompañado este acto de placer, puesto que la pulsión sexual se pone ahora al servicio de la función de reproducción.

La gran tarea en esta etapa es el proceso del hallazgo de objeto, que está prefigurado en la vida infantil. Estos indicios de elección de objeto e inclinación sexual del niño hacia sus padres sucedidos con el Complejo de Edipo son renovados en la pubertad. La barrera del incesto desvía a estas personas cuidadoras de ser objeto de amor, por lo que el adolescente ahora se orienta hacia sus semejantes para encontrar ahí un nuevo objeto (Freud, 1905/1976b). Es así como los afanes sexuales se dirigen a una persona única y en ella quieren alcanzar su meta. Se unifican las pulsiones parciales y se subordinan al primado de los genitales, los cuales se ponen al servicio de la reproducción (Freud, 1905/1976a).

Plantea Freud que “todo paso en esta larga vía de desarrollo puede convertirse en un lugar de fijación, y todo punto de articulación de esta complicada síntesis, en la ocasión de un proceso disociador de la pulsión sexual” (Freud, 1905/1976b, p. 215). De esta manera existen diferentes factores internos y externos que perturban el desarrollo, dando paso a la contracción de una neurosis.

Es así como se da el proceso de desarrollo, y el joven llega como puede a la adultez, con sus progresiones, fijaciones y regresiones. La cultura obliga a que se llegue a ese punto de desarrollo donde se elija un objeto único, con todo lo que se aprendió acerca de vincularse con el mundo y obtener placer. Al presentar dificultades a la hora de definir su nuevo objeto, los jóvenes avanzan y se regresan en esta vía de desarrollo, identificándose en algunas ocasiones como adolescentes y en otras, como adultos. Todos los registros de las etapas anteriores vuelven peculiar y única la manera que cada persona llega a la etapa genital, y cómo cada joven transita de la adolescencia a la adultez. Llegamos lo mejor que podemos con la historia que tenemos. Se observará en el caso estudiado cómo es que la joven llega a esta etapa con sus progresiones, fijaciones y regresiones.

La adolescencia normal de Aberastury y Knobel

Aberastury y Knobel (1988) describen desde la teoría psicoanalítica que la adolescencia, más que una etapa estabilizada donde deben esperarse o no ciertas conductas normales o patológicas, es un proceso en el desarrollo lleno de desequilibrios e inestabilidad extremas. Es por eso por lo que lo denominan como el “síndrome normal de la adolescencia” (p. 10), en el que el adolescente va a ir estableciendo su identidad, dejando poco a poco el mundo infantil e incorporándose al mundo de los adultos. De esta manera,

los adolescentes atraviesan tres duelos fundamentales: 1) el duelo por el cuerpo infantil perdido (por medio de la pubertad y los cambios hormonales, base biológica de la adolescencia); 2) el duelo por el rol y la identidad infantiles (implica renunciar a la dependencia y comenzar a adquirir responsabilidades); y 3) el duelo por los padres de la infancia (en quienes siguen buscando refugio y protección). Dichos duelos, combinados con las demás situaciones que viven en su día a día, llevan al adolescente a la inestabilidad que lo define.

La manera en la que el adolescente atraviesa estos duelos influye en cómo transita hacia la adultez. El duelo por el cuerpo infantil le permitirá apropiarse del nuevo cuerpo que ahora posee, el cual le recuerda su nuevo *status* en el mundo, pues sus roles cambian y ahora puede reproducirse. Esto lleva a un nuevo reto: la búsqueda de una nueva identidad ya no infantil (segundo duelo). Es complicado para el adolescente despegarse de los padres y adultos significativos para buscar su propia identidad y sus nuevos roles, por lo que en ocasiones termina siendo disruptivo y agresivo. Para los padres es difícil también asumir este nuevo rol de los hijos que van creciendo, y en ocasiones la incompreensión es vivida por los adolescentes como rechazo y abandono, lo cual los lleva al tercer duelo por los padres de la infancia. Estos padres cambian, ya no son los superhéroes que eran antes, ahora son reales, con defectos e imperfecciones. La dependencia que se tenía de ellos anteriormente se pone en riesgo, pues no pueden buscar el mismo refugio y protección en esos adultos que ahora no les comprenden. Ahora el adolescente debe ser independiente, responsabilizarse de sí mismo, hacerse sus ideas sobre el mundo y madurar biológica e intelectualmente para poder introducirse en la adultez. Esto implica la asunción de un sistema de valores e ideología propios, que

le permitan afrontar las situaciones de la vida que se le presenten (Aberastury y Knobel, 1988). Será importante revisar en este caso si se presentan las características de estos duelos enunciadas por los autores para comprender si la joven con quien se trabajó sigue en estos procesos propios del adolescente en transición a la adultez.

Adolescencia tardía de Blos

Peter Blos (1971) desde su enfoque psicoanalítico define la adolescencia como “la suma total de todos los intentos para ajustarse a la etapa de la pubertad, al nuevo grupo de condiciones internas y externas -endógenas y exógenas- que confronta el individuo” (p. 29). Tras la crisis de la pubertad, provocada por los cambios hormonales y pulsionales en el adolescente, es necesario recuperar un equilibrio psíquico, por lo cual el adolescente lucha de distintas maneras. Inconforme con las descripciones propuestas por otros teóricos sobre esta etapa, Blos propone distintas fases de la adolescencia, que, si bien nunca se siguen de manera lineal, pues es una etapa de “extraordinaria elasticidad de movimiento psicológico” (p. 82), sí existe una secuencia ordenada en el desarrollo psicológico. De esta manera, cada adolescente atravesará con distinta rapidez las diferentes fases, elaborando las tareas de cada una de ellas y alternando entre progresión, digresión y regresión. Dichas fases son: periodo de latencia (introducción), preadolescencia, adolescencia temprana, adolescencia propiamente como tal, adolescencia tardía y postadolescencia. En términos de la presente investigación, se profundizará en las últimas dos fases, pues coinciden con las características que presentan los jóvenes en transición a la adultez. No obstante, no se prefieren estos conceptos durante todo el documento pues, al utilizar palabras como “tardía” o “post”,

dejan en evidencia al joven y lo etiquetan como si estuviera desfasado de algo que debió suceder antes y apenas sucede después.

Según Blos (1971), la adolescencia tardía es una fase de consolidación, que implica la elaboración de:

- 1) un arreglo estable y altamente idiosincrásico de funciones e intereses del yo; 2) una extensión de la esfera libre de conflictos del yo (autonomía secundaria); 3) una posición sexual irreversible (constancia de identidad) resumida como primacía genital; 4) una catexis de representaciones del yo y del objeto, relativamente constante; y 5) la estabilización de aparatos mentales que automáticamente salvaguarden la identidad del mecanismo psíquico (p. 191).

En pocas palabras, en esta fase el adolescente debe elaborar un yo unificado con “expresiones estables a través del trabajo, el amor y la ideología, produciendo articulación social así como reconocimiento” (Blos, 1971, p. 193). Existen ciertos obstáculos que pueden dificultar dicha consolidación progresiva, “tales como fijaciones de instintos, discontinuidades en el desarrollo del yo, problemas de identificación y bisexualidad” (p. 194).

Por otra parte, la postadolescencia se refiere a la transición de la adolescencia a la edad adulta, a esta fase intermedia en la que al sujeto se le describe normalmente como adulto joven, donde la fijación que ha adquirido la estructura psíquica le “permite al postadolescente armonizar las partes componentes de la personalidad” (Blos, 1971, p. 219).

La integración va de la mano con la actividad del rol social, con el enamoramiento, el matrimonio, la paternidad y la maternidad. La apariencia del rol manifiesto del joven adulto -teniendo un empleo, preparándose para una carrera, estando casado, o teniendo un hijo- fácilmente empaña el estado incompleto de la formación de la personalidad (Blos, 1971).

Dado a que en esta etapa los impulsos y organizaciones yoicas se encuentran en armonía, los conflictos no resueltos se tornan específicos, dando espacio a resolver lo verdaderamente importante: la identidad (Blos, 1971).

Como bien se describe anteriormente, este proceso de desarrollo es dinámico, cada adolescente atraviesa las diferentes fases de distinta manera, elaborando las tareas de éstas no como algo que se alcanza de una vez por todas, sino como un proceso con regresiones que en ocasiones se pierde lo logrado para volver a reestructurarlo y seguir desarrollándose. Está por verse en el caso aquí estudiado cómo se atraviesan estas etapas de transición.

Adolescencia, identidad y funciones parentales de Frioni, Grassi y Córdova

Proponen Grassi y Córdova (2010) desde su perspectiva psicoanalítica contemporánea que lo que caracteriza a la adolescencia es el desorden, es la crisis de identidad, el duelo por el ser infantil, la urgencia de transformarse y de crearse, de desalienarse de los significantes parentales y comenzar a crear los propios, con ayuda del grupo de semejantes, para así autoafirmarse, autoorganizarse, ganar autonomía y subjetividad. En esta etapa es necesario un des-orden para dar lugar a un re-ordenamiento de la personalidad. Es un proceso de resignificación e historización, donde se da paso a la elección de objeto heterofamiliar y al reacomodo del sujeto en su nuevo lugar en la familia.

Estas palabras parentales que anteriormente eran suficientes y tranquilizadoras dejan de serlo en esta etapa en la que el sujeto busca autoafirmarse, autoorganizarse, ganar autonomía y producir subjetividad. He ahí la crisis de identidad, en la que el sujeto busca hacer caer las identificaciones inconscientes parentales infantiles, resignificar los referentes simbólicos propios y re-crearse por medio del vínculo de intersubjetividad que encuentra en las relaciones con sus pares (Grassi y Córdova, 2010). Será interesante observar si dichas crisis de identidad se presentan en los jóvenes en transición a la adultez, en específico en el caso aquí estudiado, pues según refieren los autores, el sujeto no se ha autoafirmado por completo pues sigue en proceso de despegarse de los ideales parentales.

Es por esto por lo que la relación con los pares es de gran importancia debido a que es “origen de nuevos ideales, de gratificaciones y de sostén narcisista. [...] El pertenecer a un grupo le da la posibilidad de establecer lazos de unión con todos o algunos de sus integrantes, asegurar su identidad y ser reconocido por sus iguales” (Frioni, 1993, p. 25). De esta manera, el adolescente con los otros crea sentidos que enriquecen al yo, en un juego de identificaciones-desidentificaciones (Grassi y Córdova, 2010).

Lo que busca igualmente el adolescente es darle sentido a ese cuerpo puberal, extraño, ajeno, cargado de libido genital, al que los límites se le borran y que parece en ocasiones un objeto externo al cual dirigir las pulsiones con sentimientos de odio y agresividad. El adolescente necesita apropiarse de ese cuerpo, lo cual comienza a darse a partir del encuentro con otros cuerpos nuevos: “lo propio no es sin la otredad” (Grassi y Córdova, 2010, p. 60). En ese interjuego social en el que se escribe lo propio en el otro y por el otro, se va creando el nuevo cuerpo genital, distinto a lo familiar, y va dando paso igualmente al hallazgo de objeto heterofamiliar. Para esto, el adolescente necesita el

tiempo y el espacio para el encuentro y las exploraciones con el otro, a lo cual la familia también debe responder cediendo su supremacía y dando lugar a la creación de estos espacios.

Este proceso de crecimiento implica sin duda actos y fantasías agresivos. El sujeto busca afirmarse a través de las modificaciones narcisistas y reestructuración psíquica. “La adolescencia es ruptura generacional, distanciamiento, rebeldía hacia los progenitores y autoridades y a veces ante el conjunto de la sociedad. La agresividad es inherente a esta actitud contestataria” (Frioni, 1993, p. 22). En esta agresividad vemos también el desorden del lenguaje del adulto, para poder despegarse de los significantes parentales infantiles y comenzar a hablar por sí mismo. Por eso se caricaturiza al adolescente como siempre rebelde y problemático, cuando lo único que está buscando es su nuevo lugar en el mundo, en su familia, en la posición generacional y en la sociedad en general. Se buscará en los relatos de la consultante si el joven en transición sigue usando el lenguaje agresivo y rebelde para diferenciarse de sus padres como el adolescente temprano, y se buscará cómo la elección de posturas políticas o religiosas, por ejemplo, marcan un distanciamiento de lo parental.

Si bien el adolescente necesita espacios para la no repetición de lo familiar conocido, de igual manera sigue necesitando un sostén o apoyo, el cual busca en ocasiones en la familia y en ocasiones en los amigos, compañeros, maestros, instituciones, etc.

Mencionan Grassi y Córdova:

El deambulador que en sus primeros pasos requiere para caminar tomarse de una mano familiar, luego se lanza a la búsqueda de otro sostén. Nótese la importancia que tiene el hecho de que primero camina agarrada para luego dar pasos sin el apoyo conservando el equilibrio y lanzarse hasta la próxima parada, en un objeto

sostén, no (hu)mano, no conocido, por fuera de lo ya re-presentado, hasta lograr ser su propio sostén (2010, p. 41).

Por eso lo ideal no es soltar al adolescente con libertad total, ya que esta situación puede ser vivida como abandono. El grupo familiar, principalmente los padres, deben jugar también a la proximidad y aislamiento, al soltar y sostener que el adolescente necesita en esta etapa de producción de subjetividad. Está por verse cómo el joven en transición a la adultez se apoya de su grupo familiar y cómo sus padres responden.

Así pues, adolescencia es más que crisis, ruptura, repetición, interrupción del equilibrio, problemáticas, presión, sufrimiento. Es autoafirmación, autoorganización, tendencia a la creatividad, modificaciones narcisistas, trabajo de simbolización, elaboración de lo puberal, adquisición de nuevos ideales, buscar lo diferente y lo nuevo, crear, encontrar (Grassi y Córdova, 2010; Frioni, 1993). Es un proceso completo, y sin lo primero disruptivo de etapas más tempranas de la adolescencia, no puede haber paso a lo segundo reestructural, en donde siguen resolviendo ciertas cuestiones los jóvenes en transición a la adultez. Esta reestructura llevará al adolescente a producir subjetividad, lo cual se estudia en la presente investigación.

La adolescencia y el capitalismo tardío de Barrionuevo

Barrionuevo (2011) propone desde su enfoque psicoanalítico contemporáneo que la adolescencia es difícil de leerse desde una perspectiva evolutiva como una etapa definida por la secuencia de movimientos esperables en la fase de desarrollo “normal” del sujeto que se acerque a la máxima plenitud de desarrollo, la adultez. Argumenta que no suele suceder así, pues la vida es más bien “como una sucesión de arranques y detenciones, como las estaciones de un subterráneo o de un tren, invariables y completamente

previsibles en su orden así como en cuanto a las características que las definen” (p. 36). Por eso más bien la define como un fuerte movimiento estructural, en el que el sujeto debe lograr la tarea fundamental (y trabajosa) de replantearse el sentimiento de sí, su propia identidad.

Desde esta perspectiva, no es tan importante el tiempo cronológico que define ciertas fases o características que se deben cumplir en la evolución del individuo, sino que Barrionuevo (2011) resalta la temporalidad lógica. Ésta considera los procesos de inscripción, transcripción, retranscripción y fijación (que describen cómo registramos lo que vivimos en la psique), así como sus movimientos progredientes y regredientes. De esta manera pierde importancia la linealidad de la temporalidad cronológica, y más bien se entiende que el sujeto va transitando por estas etapas logrando tareas, presentando algunas características que otros autores podrían considerar “tardías”. Este doble movimiento progrediente y regrediente reordena y reestructura el sentido, dándole nuevos significados y nuevas organizaciones a lo vivido, pues gracias a la regresión se reorganizará el “material psíquico desde modos anteriores de adjudicación de sentido, [...] y, a la inversa, cada nueva experiencia reordenará o reestructurará el sentido de los recuerdos o de la experiencia anterior por retroacción” (p. 42).

Barrionuevo (2011) hace una distinción entre pubertad y adolescencia, explicando la primera como las transformaciones corporales que se producen como consecuencia biológica del crecimiento, como esta “metamorfosis” que el individuo experimenta. Dichas transformaciones físicas tienen consecuencias psíquicas, pues producen este movimiento estructural al que se le denomina adolescencia. De esta manera define la adolescencia “como reposicionamiento del sujeto en relación a la estructura opositiva

falocastración” (p. 38), esto quiere decir, la manera en la que retoma lo consecuente del complejo de Edipo sobre lo que se puede y lo que no, lo que la ley determina, lo que se le exige, para cuestionarlo y reposicionarse ante esto, tomando una decisión más propia sobre lo que se permitirá desde entonces. En este orden de ideas, al adolescente le toca la tarea de descubrir cómo dar un nuevo orden ante estos desórdenes corporales de la pubertad, intentando ponerle palabras a los acontecimientos que se presentan desde lo real de las transformaciones del cuerpo y que cuesta representar psíquicamente, descubriendo su propio deseo y asumiendo así una posición subjetiva frente al mundo, deshaciéndose de lo que le fue impuesto y asumiendo una postura propia para afrontar la vida. Para lograrlo, es necesario que elabore procesos de identificación y desidentificación para lograr así un lugar simbólico propio, diferente al del niño que se encontraba pegado al deseo de los padres. En estos procesos toma pedacitos de los otros para construirse, pero no en el sentido de lo que le impusieron, sino de lo que decide mantener.

Este reposicionamiento subjetivo es el que se pretende estudiar en el presente trabajo, pues se quiere indagar cómo los jóvenes en transición a la adultez presentan dificultades para lograr un lugar simbólico propio diferente del deseo de los padres y de la sociedad y cuánto lo logran.

En síntesis, los diferentes autores psicoanalíticos aquí presentados coinciden en que no se llega a la adultez de una vez por todas como un estado de plenitud del desarrollo, sino que éste va y viene, de manera que la adultez tiene que ver más con la posición subjetiva que con lo cronológico. La adultez no se consigue, sino que es un proceso que se sigue construyendo hasta el día de la muerte.

La posición subjetiva está relacionada con el hallazgo de objeto heterofamiliar (Freud, 1905/1976b; Grassi y Córdova, 2010), con reapropiarse del nuevo cuerpo postpuberal y construir una nueva identidad ya no infantil, con roles distintos a los anteriores más independientes y responsabilizándose de sí mismos (Aberastury y Knobel, 1988); con la elaboración de un yo unificado y armonizado, con expresiones estables en el trabajo, amor e ideología (Blos, 1971); con el desorden que da paso un nuevo orden para resignificar los referentes simbólicos que vienen de los ideales parentales y adquirir así un nuevo lugar en la familia (Grassi y Córdova, 2010); con la ruptura generacional y distanciamiento de los padres por medio de la elección de posturas políticas y religiosas propias (Frioni, 1993); con asumir un deseo propio, diferente al de los padres, y reposicionarse frente a lo que está permitido y lo que no (Barrionuevo, 2011).

Transición: De la adolescencia a la adultez

Al revisar las distintas propuestas teóricas, se puede observar que los jóvenes en la actualidad presentan características de las etapas anteriormente descritas: adolescencia y adultez. No porque pertenezcan a ambas al mismo tiempo, o porque no pertenezcan a ninguna, sino porque se encuentran en este proceso de desarrollo en el que constantemente fluyen entre una y otra. Como un líquido sin molde que va de un lado al otro sin contención, presentando características de manera situacional según las circunstancias les permitan o a ellos les convenga. No porque esto implique una ganancia malintencionada para ellos, sino que la falta de referentes estables y de límites externos no les permite asumir una posición definitiva. ¿Qué tanto se le puede demandar a un joven en psicoterapia que haga todo esto que el contexto no le permite?

Coincido con Blanco et al. (2017) en que en estos tiempos del posmodernismo no contamos aún con reglas actuales para la conformación de estructuras individuales y colectivas, por lo que, en la formación de nuevas subjetividades, el ser humano tiende a la nada, al sinsentido, a la desnaturalización de lo humano característica de las reorganizaciones contemporáneas, resultado del poder cientificista-positivista de las generaciones anteriores. Es por eso por lo que las juventudes actuales se encuentran en un estado de confusión, en el que, al desarrollarse, no pertenecen ni a un grupo etario ni al otro, presentando características de ambos, sin poder identificarse con ninguno en su totalidad.

Desde mi posición como psicoterapeuta, esta fluidez genera un gran malestar en el joven, pues, aunque podría sonar ventajoso el tiempo extra que se le está siendo otorgado por parte de la sociedad para seguir explorando y definiéndose, el hecho de tener un sinfín de opciones es angustiante, y el doble mensaje de la sociedad capitalista de “no hay prisa, date chance de explorar” pero “ya haz algo con tu vida, debes producir” puede llevar al joven a altos niveles de ansiedad, estrés y malestar en general. Es por esto por lo que en la clínica se observan jóvenes aparentemente poco responsables, que no logran asumir los roles deseados de la adultez, pero si se observa a profundidad, son jóvenes con falta de límites, de referentes claros, de certezas, de herramientas que les ayuden a responder a las demandas de la cultura y la sociedad.

Además, al permitir la cultura esta nueva etapa de transición y prometer un falso alivio a estas angustias de incertidumbre con los múltiples medios de satisfacción inmediata y las inacabables distracciones de la posmodernidad, los jóvenes terminan posponiendo la toma de decisiones que puedan amenazar su comodidad, así como el asumir posturas

comprometedoras ante distintos temas o situaciones. Es así como los jóvenes viven en constante ambivalencia, con la incomodidad producida por la falta de claridad respecto a la identidad y de certezas con relación al proyecto de vida, pero con la comodidad de no sentirse exigidos (aunque sí presionados) por verdaderamente crecer.

De esta manera en este estudio de caso se analiza cómo específicamente en una consultante en proceso de transición de la adolescencia a la adultez se va modificando su posicionamiento a través de la psicoterapia, y de qué manera se ve reflejado en sus narrativas. Se eligió este término de joven en transición a la adultez puesto que, aunque los autores nombran a este periodo posterior a la adolescencia y previo a la adultez de diferentes formas: adultez juvenil, adultez emergente, adolescencia tardía, adolescencia prolongada, adultez temprana, síndrome de Peter Pan...; dichas etiquetas ubican a la persona en una etapa fija, estancada, alcanzada o asumida. Por su parte, el concepto de transición denota el movimiento, a veces progrediente y a veces regrediente, dentro de esta vía oscilante de desarrollo propuesta por la teoría psicoanalítica.

Fundamentación metodológica

La presente investigación se realiza desde un enfoque cualitativo (Sánchez et al, 2022) en tanto que pretende evidenciar el campo de significados narrados durante las sesiones de psicoterapia de una consultante que se encuentra en proceso de transición de la adolescencia a la adultez. Se estudia desde una mirada construccionista, pues desde esta perspectiva “el mundo y las realidades son múltiples, el significado no está en la mente sino en el interjuego que se da entre el investigador y el entrevistado, por lo que los relatos son construcciones sociales” (Sánchez, 2022, p. 60).

Se trata de un estudio de caso único, ya que este diseño es particularmente útil a la hora de buscar establecer un vínculo entre la investigación y la práctica clínica, pues permite sistematizar la información obtenida en el dispositivo psicoterapéutico sin necesidad de modificarlo para la investigación (Maldavsky, 2008; Roussos, 2007).

Según lo revisado en Wainer (2012), el estudio de caso único es una investigación sistemática no experimental, pues es un método que sigue una secuencia de pasos, define un objeto de estudio y sigue una serie de instrumentos de análisis. Esto busca una coherencia con el marco teórico, respetando y preservando a la vez lo específico de la disciplina. Es también un diseño observacional, pues no se pretende modificar el dispositivo terapéutico, sino encontrar criterios de evaluación formalizados para valorar lo que sucede en psicoterapia.

Se utilizará una adaptación de la propuesta metodológica de Sánchez (2022) para el análisis narrativo, quien siguiendo la teoría estructural del relato (Barthes, 1970, como se citó en Sánchez, 2022), la teoría de las posiciones actanciales (Greimas, 1970, como se citó en Sánchez, 2022) y los tipos de transformaciones narrativas propuestas por Ducrot

y Todorov (1982, como se citó en Sánchez, 2022), dicta una serie de pasos para realizar un análisis a profundidad del discurso producido en una entrevista psicológica hecho texto (transcripciones). Se eligió este método pues “es una de las formas privilegiadas para dar cuenta de cómo se va desplazando narrativamente la posición psíquica del sujeto” (Sánchez et al, 2022, p. 261). En el marco de la presente investigación, se tomará solamente la teoría estructural del relato (Barthes, 1970, como se citó en Sánchez, 2022) y la teoría de las posiciones actanciales (Greimas, 1970, como se citó en Sánchez, 2022) por cuestiones de tiempo que limitan el desarrollo del estudio, siendo estas propuestas de análisis suficientes para dar cuenta del movimiento narrativo de la posición subjetiva. Mi hipótesis teórica es que la consultante cada vez avanzará más hacia la subjetivación durante el proceso de psicoterapia, es decir, al cambio de posición de objeto de padecimiento a sujeto-agente (Sánchez et al, 2022), pues como se mencionó en el apartado teórico, asumirse como agente en vez de víctima, será lo que la haga transitar con mayor éxito a la adultez.

Procedimiento de obtención de datos

Para obtener la muestra, se consideraron a las dos consultantes que estaba atendiendo como psicoterapeuta en el momento de comenzar la presente investigación. A pesar de que las dos correspondían cronológicamente a la edad aquí estudiada, se eligió a esta consultante pues las problemáticas que refería concernían a la etapa de transición aquí descrita, a diferencia de las problemáticas de la otra que tenían que ver más con asuntos psiquiátricos. Dicha consultante estuvo en atención psicoterapéutica durante siete meses en un centro de servicios comunitarios atendido por psicoterapeutas en formación. Se le presentó una carta de consentimiento informado (copia del formato en Anexo 1), en la

cual se especifica que las sesiones serían videograbadas para estudio y producción de conocimiento. Se explicó que en todo momento se salvaguardaría su intimidad, no usando nombres propios ni ningún identificador personal o del lugar ni en las transcripciones ni en la investigación. Se le expuso que la firma de la carta es libre y que de cualquier manera recibiría la atención psicoterapéutica, asimismo podía pedir en cualquier momento que no se grabaran las sesiones, sin que esto afectara el servicio recibido.

Se centró la investigación en una consultante solamente para profundizar en el análisis de los relatos. Se tomaron seis sesiones del proceso psicoterapéutico de dicha consultante (las sesiones 3, 4, 14, 16, 23 y 26) para contar con los relatos en diferentes momentos del proceso terapéutico desde su inicio hasta su cierre, tomando así dos sesiones de inicio (no se contaba con la grabación de la primera sesión por fallas técnicas y a la segunda, la consultante faltó), dos sesiones de la mitad del proceso y dos sesiones del final; esto con el objetivo de identificar si hay un cambio de posición actancial y una transformación en la narrativa durante el proceso de psicoterapia en una joven en transición de la adolescencia a la adultez. Es importante señalar que, aunque se centró el análisis en las sesiones dichas, se tomó información del resto de las sesiones para precisar el contexto y características del caso. El abordaje terapéutico se llevó a cabo desde un enfoque narrativo; se usó la técnica de externalización del síntoma, pues al externalizar sus vivencias, los consultantes pueden separar lingüísticamente el problema de su identidad, y pueden ver de una manera distinta sus dificultades, generando así la posibilidad de crear nuevas historias y dar distintos significados de sus experiencias (Urrego et al, 2016). Con esta técnica, se introdujo el personaje “bicho” al discurso entre

la terapeuta y la consultante, para referirse a éste como el causante de sus síntomas depresivos.

Características de la consultante

“Emma” es una mujer de 22 años, es la segunda de tres hermanos. Vive con sus padres y sus dos hermanos (comparte habitación con sus dos hermanos), y ocasionalmente su abuela materna vive con ellos por temporadas de semanas, ya que se turnan entre los hijos para cuidarla. Estudió fisioterapia, terminó todas las materias, concluyó su servicio social al finalizar el proceso terapéutico, el cual realizó en un hospital durante seis meses, y se encontraba en proceso de titulación en la última sesión. Los fines de semana trabaja en un negocio familiar de venta de alimentos, y ocasionalmente pone uñas. Su estado civil es soltero, y su religión, católica.

Su papá es carpintero, trabaja en una obra fuera de la ciudad, por lo que lo ve solamente los fines de semana. Aunque su relación es buena, es un poco lejana debido a que no pasan tiempo de calidad juntos y no tiene tanta confianza con él pues no lo ve mucho por el trabajo. Su mamá es comerciante, tiene un negocio de venta de alimentos los fines de semana, con quien trabaja Emma; su relación es cercana y le cuenta cómo se siente. Describe que la relación entre sus papás es buena, de mucho respeto, aunque no son románticos. Con su hermano mayor, quien es contador, tiene una relación cercana, pero de muchos roces, pues refiere que es “muy enojón” (sic), y que su carácter es muy similar al de él. Describe que es muy independiente y trabajador, por lo cual lo admira, sin embargo, últimamente se compara mucho con él y se siente mal, pues él a su edad “ya había logrado más cosas” (sic). Su hermano menor acaba de terminar la secundaria, comenzó a trabajar porque no quiere estudiar; su relación es más cercana con él pues lo

ve más al estar más tiempo en casa, sin embargo, como es desordenado, distraído y brusco, tiene algunos roces donde lo regaña. Su abuela materna vive con ellos por temporadas, su abuelo materno falleció en agosto de 2020 tras enfermarse de COVID-19 y cáncer de estómago; refiere que fue un momento difícil en su vida porque nunca había perdido a alguien tan cercano (sus abuelos paternos habían fallecido cuando ella estaba más chiquita), fue complicado porque le ocultaron al abuelo que tenía cáncer, no le dijeron para protegerlo, pues un tío había fallecido de cáncer y temían que si le decían, su ánimo decaería y moriría más rápido. Su deterioro fue rápido y murió a los 5 meses del diagnóstico, un mes después de que le dio COVID-19 (agravó más rápido). Él era alegre, quien reunía a la familia. Fue un duelo complicado, y vivió “un bajón” en sus actividades alrededor de esos meses.

Tiene una relación de pareja desde hace casi dos años. Su novio es dos años menor que ella, estudia administración, lo conoció en un grupo de la iglesia al que asiste junto con su hermano mayor. Refiere que su relación es buena, que él es muy paciente y la apoya mucho. Hace unos meses falleció su papá, lo cual los acercó más. Le cuesta expresar sus sentimientos, es serio hacia con los demás, pero con ella es muy atento y divertido. Se encuentra también en un proceso de psicoterapia, dice que para estar mejor con él y poderla ayudar mejor a ella.

Refiere que sale poco con sus amigos, con los de la prepa ya no coinciden en tiempos, y con los de la carrera, su grupo se separó por algunos problemas. Suele salir principalmente con su novio, o con un par de amigos del grupo religioso. Sus días son tranquilos, no hace muchas actividades, lo cual la hace sentir con flojera. El último semestre realizó las prácticas profesionales en una clínica. Refiere que se sentía en

desventaja, que le faltaba saber cosas indispensables pues nunca había tenido oportunidad de practicar, ya que con la pandemia todas las clases las tomó en línea y no tuvo manera de aprender a realizar ciertos ejercicios que solamente viéndolos y haciéndolos de forma presencial, se aprenden adecuadamente. No obstante, las chicas que estaban encargadas de ella en las prácticas le enseñaron muchas cosas y fueron pacientes con ella, pues comprendieron la situación. Al finalizar el proceso terapéutico terminó su servicio social, el cual realizó en un hospital donde asistió todas las tardes durante seis meses. Se encontraba en el momento de terminar la terapia en proceso de titulación.

Es importante considerar que la pandemia interrumpió sus estudios de licenciatura a pocos meses de haber comenzado y cursó la mayor parte en línea. Es generación Z, tiene una relación estrecha con la tecnología, sus problemáticas están relacionadas con el uso de ésta (se compara con lo que ve en redes sociales y se siente mal).

Es la primera vez que acude a un proceso de psicoterapia, ella lo paga con su propio dinero. Comenzó en enero del 2023 con el motivo de baja autoestima e inseguridades, y terminó en agosto del mismo año, después de 26 sesiones, debido a que su mamá le sugirió ir con una psicóloga amiga suya y se ha sentido cómoda, por lo que decide no llevar dos procesos a la par y terminar éste.

Acude a psicoterapia porque aproximadamente seis meses antes de la primera sesión comenzó a compararse con las personas de su edad, con las fotos que ve en redes sociales de sus amigos, con su hermano, con sus compañeros de la escuela, y siente que no ha logrado nada. Piensa que, a pesar de que han tenido las mismas oportunidades, ella no pudo lograr lo mismo que los demás. Se siente con inseguridad,

baja autoestima, tímida, le cuesta trabajo memorizar cosas para la escuela (prácticas y servicio), duerme demasiado, se pone triste, siente que nada le sale bien, que no hace nada productivo.

Desde que comenzó la pandemia, ha dejado de disfrutar cosas que antes disfrutaba e incluso siente flojera de hacer lo que antes le gustaba (por ejemplo, poner uñas), no puede proponerse objetivos (por ejemplo, despertarse a cierta hora cuando no tiene nada que hacer de la escuela para hacer ejercicio o leer), deja las cosas a medias (lecturas, estudio individual, hobbies), le cuesta lograr algo, solo quiere dormir (para evitar pensar que no está haciendo nada y evitar compararse). Esto ha afectado sus relaciones, pues es menos paciente con las personas a su alrededor (hermanos, novio). Piensa que ella misma se “arroja a una vida de miseria” (sic). Se siente insegura, sobrepiensa, no se siente suficiente.

Lo que quiere lograr con este proceso terapéutico es sentirse bien consigo misma, ya no tener pensamientos de comparación, de sentirse fea, que no puede lograr nada. Quiere sentirse capaz, tener iniciativa, ser más segura y aumentar su autoestima, para ahora que comienza su servicio social, sentirse segura frente a los pacientes.

Procedimiento de análisis

Se analizaron los relatos de la consultante descrita anteriormente que se encuentra en proceso de transición de la adolescencia a la adultez para identificar cambios en las posiciones actanciales y transformaciones de la narrativa (se describen los procesos de análisis a detalle en la Tabla 1).

Tabla 1*Proceso de análisis*

Pasos	Procedimientos
Descriptivo	Transcribir las sesiones 3, 4, 14, 16, 23 y 26. Fragmentar el material y precisar los microrrelatos (Barthes, 1970, como se citó en Sánchez, 2022). Tematizar los relatos.
Explicativo semántico	Destacar las posiciones actanciales: atributos y funciones (Greimas, 1970, como se citó en Sánchez, 2022). Focalizar el análisis en los relatos cuyos temas reaparecen en diferentes momentos del proceso terapéutico. Analizar la posición actancial de la voz narradora, así como quiénes participan y de qué manera en sus relatos.
Interpretación psicológica	Discutir el dato empírico con la teoría de la transición de la adolescencia a la adultez (signos de adolescencia o adultez según autores psicoanalíticos o de la psicología del desarrollo). Hacer inferencias, interpretaciones y conclusiones desde la teoría psicoanalítica y del desarrollo (apartado de discusión y conclusiones).

El procedimiento de análisis comenzó con la transcripción de las sesiones psicoterapéuticas grabadas anteriormente. Describe Sánchez (2022) que al ser el material de análisis un discurso hecho texto, la evidencia recolectada está atravesada por el uso de la lengua, y el objeto de estudio se convierte en el texto (las transcripciones). Es así que “el dispositivo mismo de relación, entrevistador-entrevistado, preforma lo que

se dice y lo que se omite” (p. 62). De esta manera, la actitud del investigador debe ser abierta y dinámica, atenta a las repeticiones y a las diferencias, dando espacio a las narraciones, teniendo en cuenta que “el narrador es más que su relato” (p. 62).

Se continuó con fragmentar el material y precisar los microrrelatos, siguiendo la teoría de Barthes (1970, como se citó en Sánchez, 2022):

Teoría estructural del relato de Barthes

La teoría estructural del relato propuesta por Barthes (1970, como se citó en Sánchez, 2022) permite:

1. Localizar en el texto los micro relatos. Éstos se identifican cuando aparece una unidad mínima de sentido (isotopía), conformada por al menos un verbo, un sujeto y tres proposiciones que refieran a éste, cierta temporalidad lógica que configure un antes y un después, y que se cuente una historia o escena vivida ya sea por el narrador o por alguien más (Sánchez, 2022).
2. Identificar secuencias mayores de sentido, formadas por varios micro relatos incardinados unos a otros. De esta manera, cuando varios micro relatos hablan de lo mismo, cuentan una historia mayor: el relato (Sánchez, 2022).

Es así como se tematizaron los micro relatos según lo observado en los mismos y se armaron meso relatos por temáticas por sesión (se usa el término meso para diferenciarlo del macro relato, que sería el proceso de psicoterapia completo). Se seleccionaron los relatos de los temas que más aparecen en los diferentes momentos del proceso terapéutico (ver Tabla 2 en el apartado de resultados). Después, se destacaron las

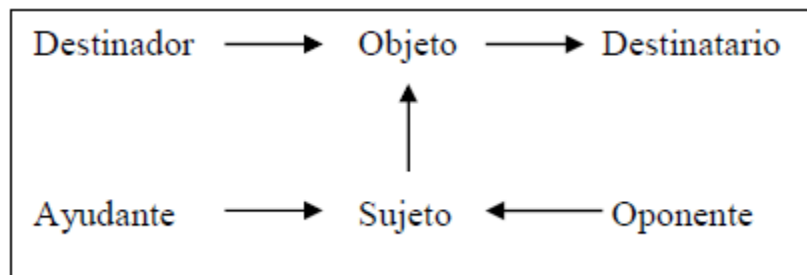
posiciones actanciales en dichos meso relatos siguiendo la teoría de Greimas (1970, como se citó en Sánchez, 2022):

Teoría de las posiciones actanciales de Greimas

El modelo actancial es una estructura que fue propuesta por Algirdas Julien Greimas³ para analizar semánticamente los relatos y las narraciones (García Contto, 2011). Su planteamiento surge como una simplificación de los roles propuestos por Vladimir Propp en su análisis del cuento maravilloso ruso. Este modelo se divide en tres ejes y seis actantes o roles actanciales. En la siguiente figura se expone la presentación clásica del modelo actancial:

Figura 1

Modelo actancial de Greimas (García Contto, 2011)



Existen actantes y predicados que articulan la narración. Los actantes son considerados autónomos, independientes, con capacidad de acción; es un rol o función de relato que tiene la característica de exponer un aspecto abstracto del discurso. Los predicados representan acciones o procesos, estados atribuibles a los actantes, subordinados, dependientes (García Contto, 2011).

³ el texto original donde hace esta propuesta es: Greimas, A. J. (1971). *Semántica Estructural. Investigación metodológica*. Editorial Gredos.

De esta manera, los roles actanciales sirven para analizar las historias y relatos, los textos o argumentos, bien sean reales o ficticios. Estos roles actanciales pueden aparecer repetidos y mezclados en un mismo personaje de una historia. Desde esta teoría, cuando se usa el término “sujeto”, no se habla de “humano”, sino que tiene un uso más simple y operativo. De manera similar, cuando se usa el término “actor”, no se habla de una persona, sino de un “personaje”, del individuo creado por el discurso, reduciéndolo únicamente a lo que está en el relato que se está estudiando. Es así como en el presente trabajo se toman como sinónimos sujeto, actor, consultante y voz narradora, para dar cuenta de “Emma”, nuestro sujeto de investigación.

1. El Eje del Deseo: Sujeto -> Objeto

Este eje es el más importante de cualquier relato para la teoría semiótica narrativa, pues no es posible un relato sin un personaje que busque o desee algo. Un Sujeto es alguien que busca (actante activo, agente del deseo); un Objeto es algo buscado (actante pasivo, objeto pasivo, paciente del deseo, actante deseado). El Objeto a su vez se divide en positivo y negativo: se busca acercarse al Objeto Positivo y se busca alejarse del Objeto Negativo. Lo central en los actantes Sujeto y Objeto es su relación que los define mutuamente. Esta relación está determinada por una intencionalidad, una proyección del Sujeto hacia el Objeto. Es posible que el mismo actante tenga dos roles actanciales: que sea Sujeto de su propio deseo hacia un Objeto y al mismo tiempo Objeto de deseo de otro Sujeto. “Cada actor puede “encarnar” tantos actantes o funciones como se los proporcione el discurso” (García Contto, 2011, p. 53). Así mismo, es importante considerar la perspectiva de la narrativa cuando se hace el análisis del relato, pues se

tendrán diferentes roles y funciones si se centra el análisis desde un actor u otro. En este caso, se centró el análisis en el actor “Emma”, nuestro sujeto de investigación.

2. Eje de la Comunicación: Destinator -> Objeto -> Destinatario

“Este eje pone énfasis en la circulación de un Objeto de naturaleza particular, se trata de objetos cognoscitivos: saberes, informaciones, secretos, datos, etc.” (García Contto, 2011, p. 56). Desde este eje se explican los fenómenos de comunicación que se producen entre los personajes de la historia o relato para posibilitar o imposibilitar estos objetos. Un error común en la aplicación de este eje es considerar a un personaje que le da a otro un Objeto de naturaleza pragmática un Destinator, lo cual corresponde al siguiente eje.

3. Eje del Poder/Participación/Circunstantes: Ayudante -> Sujeto <- Oponente

Este eje se trata de reconstruir las maneras en que un Sujeto recibe poder por el rol del Ayudante para alcanzar su Objeto de deseo. También explica cómo el Sujeto se encuentra con obstáculos o alguien se los pone (el rol de Oponente). Dichos roles no requieren de la intención, pero sí de la intencionalidad que los hace funcionar en este rol (García Contto, 2011).

Se presentan fragmentos del análisis actancial en el apartado de resultados. Para finalizar, dichos meso relatos y tablas del modelo actancial se discutieron con la teoría, se muestra en el apartado de discusión y conclusiones.

Resultados

Después de transcribir las seis sesiones del proceso psicoterapéutico seleccionadas estratégicamente para contar con los relatos de la consultante en tres momentos diferentes del proceso desde el inicio hasta su cierre (dos del inicio, dos de en medio y dos del final), se fragmentó el material de acuerdo con la teoría del relato de Barthes (1970, como se citó en Sánchez, 2022) y se precisaron microrrelatos. Después, estos fueron tematizados y se construyeron meso relatos con los microrrelatos cuyos temas eran el mismo. De esos meso relatos se destacaron las posiciones actanciales siguiendo la teoría de Greimas (1970, como se citó en Sánchez, 2022; García Conto, 2011).

Se identificaron 33 temáticas diferentes a lo largo de los meso relatos de las seis sesiones: 16 temas en las sesiones de inicio, 12 temas en las sesiones de en medio y 13 temas en las sesiones finales (Tabla 2). Se señalan con negritas los temas que se repiten en 3 diferentes momentos del proceso, con cursivas los que se repiten en las dos sesiones de ese momento del proceso y con asterisco los que aparecen en una sola sesión de las dos tomadas de ese momento del proceso.

Tabla 2

Temáticas identificadas en los relatos en cada momento del proceso

Momento del proceso	Temáticas
Inicio	Servicio , escuela*, pandemia*, abuelito*, día cotidiano* (productividad), ambivalencia mejora , síntomas* (desinterés), bicho , enfermedades*,

	compromisos*, buscar trabajo* , impuntualidad*, logros* , hermanos y cuarto*, novio* , red de apoyo*
Medio	Ambivalencia avances , preocupaciones* (quejas/miedos), deseos*, compararse*, <i>amiga</i> y contexto*, <i>autoestima</i> , competitividad prepa*, elección de carrera*, servicio* , boda <i>amiga*</i> , novio* , decisiones*
Final	<i>Fiesta*</i> , me ven triste*, me siento mal y me afecta*, recaída*, tratamiento psiquiátrico*, logros , obstáculos para terapia*, servicio* , buscar trabajo* , ambivalencia avances* , constelaciones*, bicho* , agradecimientos*

De estas temáticas, cuatro se presentaron de manera insistente en los relatos, mas no en los tres diferentes momentos del proceso, sino que aparecen en uno y en los demás aparecieron como un actante más (temáticas señaladas con cursiva en la Tabla 2). Por ejemplo, *autoestima* se repite en las sesiones de en medio, pero en las sesiones de inicio y fin aparece solamente como actante; de manera similar sucede con los temas *amiga*, *boda* y *fiesta*. Las temáticas que sí se repiten y aparecen de manera consistente en los tres momentos del proceso fueron seis: *bicho*, *buscar trabajo*, *logros*, *novio*, *servicio* y

ambivalencia en la mejora (temáticas señaladas con negritas en la Tabla 2). A continuación, se describirá el análisis de las posiciones actanciales de los relatos de dichas temáticas repetitivas, ejemplificándolo con algunos fragmentos de relatos y ejemplos de análisis actancial. Para ver los relatos completos a los que se hace alusión, ver anexo 2, y para ver las tablas completas del análisis actancial de las cuales se extraen los fragmentos, ver anexo 3.

Como se describe en el apartado metodológico, el primer eje del análisis actancial, el eje del deseo, describe el objeto que busca el sujeto (objeto positivo) y del que busca alejarse (objeto negativo) (García Conto, 2011). En general, se observa que Emma desea alcanzar el bienestar, el crecimiento, la mejora, la productividad, vivir en el presente, tener un empleo, mejorar sus relaciones interpersonales (familia y amigos; una relación de pareja con un novio atento y caballeroso, con quien comparta costumbres), ser más paciente, solucionar los problemas, sentirse realizada y centrada, comprarse sus propias cosas, ser autosuficiente (poder hacer lo que quiere sola, sin ayuda de los demás), tener seguridad y autoestima. Se advierte que en ocasiones desea en negativo: en vez de ubicar como objeto de deseo algo a lo que quiere llegar, desea ya no estar en una situación o no tener algún atributo. Se nota que en algunas ocasiones en su relato consigue más fácilmente al objeto negativo que al positivo.

Por otro lado, el segundo eje del análisis actancial, el eje de la comunicación, describe cómo circula la información entre los actantes: el destinador le da información al destinatario (García Conto, 2011). Emma se suele colocar como destinatario la mayor parte del tiempo. En las sesiones correspondientes al inicio del proceso, ubica a destinadores externos, como compañeros del servicio, mamá, novio, terapeuta, bicho,

redes sociales. En algunas ocasiones, en las sesiones de en medio y el final del proceso coloca a la terapeuta como destinatario y a ella como destinador. En las últimas sesiones se coloca como destinadora a ella misma, como si se dijera cosas a sí misma. En las sesiones del medio y del final también le dice cosas al novio.

Por su parte, el tercer eje del análisis actancial, el eje del poder, describe cómo el sujeto recibe poder del ayudante para alcanzar el objeto de deseo, así como los obstáculos que le pone el oponente (García Conto, 2011). La mayor parte de las veces Emma se coloca como sujeto a ella misma. En las sesiones iniciales, coloca como ayudantes a servicio, ejercicio, terapeuta, mamá y novio, y como oponentes al tiempo, ella misma, el bicho y sus síntomas (desinterés, inseguridades, miedo, preocupaciones, dejar a medias las cosas, baja autoestima). En algunas ocasiones no encuentra ayudantes en las sesiones de en medio, y en otras ubica como tales al servicio, estar ocupada, el ejercicio de pensamientos alternativos propuesto en terapia, al novio, al bicho y a ella misma. Por otro lado, ubica como oponentes en las sesiones de en medio a ella misma, sus emociones (tensión, enojo, desesperación, soledad), sus pensamientos (sobre el futuro, sobrepensar, no encontrar pensamientos alternativos), al bicho, al novio y a la impuntualidad. En las sesiones del final, se ubica con mayor frecuencia como ayudante a ella misma y a sus atributos (comunicación, forma de pensar y ser diferente), a la terapia y sus ejercicios, y al bicho; mientras que ubica como oponentes al bicho y a sus síntomas (pensar sobre el estrés, compararse, estar sin estar, sobrepensar, distraerse, irritabilidad, vergüenza, pensamientos). Se observa entonces que al principio los ayudantes son externos y los oponentes internos, al medio hay muchos oponentes y pocos ayudantes, y al final los ayudantes son internos y los oponentes igualmente internos.

Respecto al tema *bicho*, personaje construido por la terapeuta y la consultante por medio de la técnica narrativa de externalización del síntoma (Urrego et al, 2016), en las primeras sesiones la voz narradora coloca al actante bicho como su oponente al dificultarle alcanzar el objeto de deseo que es solucionar los problemas: “[...] He intentado solucionarlo, pero no puedo. Ese bicho no me deja. Me es muy difícil [...]” (relato *bicho* sesión 3); y a la terapeuta como su ayudante al facilitarle información/técnicas que le ayuden a atacar al bicho:

Ese bicho que me dices que llegó y me está atacando [...] No sé si pensaba o pienso que yo era el problema. Ahorita que mencionas el bicho, es cierto. Yo no he sido así siempre, entonces se trata de ese bicho que llegó. [...] Me siento más tranquila [...] (relato *bicho* sesión 3).

Tabla 3

Fragmento del análisis actancial del relato bicho sesión 3

Modelo actancial: relato <i>bicho</i> sesión 3			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Problemas	Emma	Solucionar
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta	Bicho llegó y te está atacando	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Saber que no es ella	Emma	Bicho
	Terapeuta		

En este ejemplo se observa de igual manera a la terapeuta facilitándole información: “En la semana estuve observando lo que me dijiste. Me di cuenta de que el bicho me ataca más cuando [...]” (relato *el bicho ataca* sesión 4)

Tabla 4

Fragmento del análisis actancial relato el bicho ataca sesión 4

Modelo actancial: relato <i>el bicho ataca</i> sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Síntomas	Emma	Bienestar
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta	Observar al bicho	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Terapeuta	Emma	Bicho

Al final del proceso, la voz narradora coloca al bicho no solo como oponente, sino también como ayudante:

[...] aunque tuve episodios muy feos con el bicho, siento que también fue un proceso en el que me ha estado ayudando a mejorar. Si no hubiera estado presente el bicho, nunca hubiera tenido estos procesos, y no sé dónde estaría en este momento [...] (relato *bicho* sesión 26).

Tabla 5

Fragmento del análisis actancial del relato bicho sesión 26

Modelo actancial: relato <i>bicho</i> sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Seguir igual	Emma	Mejorar
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Si no hubiera estado presente el bicho, nunca hubiera tenido estos procesos, y no sé dónde estaría en este momento	Terapeuta Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Bicho	Emma	Bicho

De esta manera, se observa una transformación en su relato, pues pasa de ubicar al bicho como oponente en las sesiones iniciales a ubicarlo también como un ayudante en las sesiones finales. Además, ya no es solo la terapeuta la que le da información sobre el bicho, como en las sesiones iniciales, sino que ella se dice a sí misma y le dice a la terapeuta que el bicho también ha ayudado en las sesiones finales.

Por otro lado, respecto al tema *buscar trabajo*, al inicio del proceso Emma se coloca como oponente de su propio deseo y a su mamá como ayudante: “[...] Sí quería, pero no me animé a preguntar ni nada. Mi mamá preguntó por mí [...]” (relato *buscando trabajo* sesión 4).

Tabla 6

Fragmento del análisis actancial del relato buscando trabajo sesión 4

Modelo actancial: relato <i>buscando trabajo</i> sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Desempleo	Emma	Trabajo
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Mamá	Trabajo	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Mamá	Emma	Emma

Al final del proceso, se coloca a sí misma como ayudante: “[...] Sé que tengo que conseguir un trabajo, y ya lo estoy buscando, estoy haciendo mi currículum [...]” (relato *búsqueda de trabajo* sesión 26). Coloca al bicho como oponente.

Tabla 7

Fragmento del análisis actancial del relato búsqueda de trabajo sesión 26

Modelo actancial: relato búsqueda de trabajo sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Solo tener el trabajo de los fines de semana	Emma	Conseguir un trabajo
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	No me puedo adelantar a cosas que todavía no pasan	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma haciendo currículum, buscando trabajo, centrada en el presente	Emma	Bicho

Se observa un cambio en su relato, pues en las sesiones finales se hace responsable de lo que debe hacer para encontrar un trabajo, no lo deja todo en manos de su mamá como ayudante como al inicio del proceso, sino que ella se ayuda a sí misma, ni se espera a que su mamá le diga sobre opciones de trabajo para calmarla respecto a lo que quiere,

sino que al final ella misma se calma diciéndose “[...] No me puedo adelantar a cosas que todavía no pasan [...]” (relato *búsqueda de trabajo*, sesión 26).

Por su parte, respecto al tema *logros*, al principio del proceso Emma se coloca al mismo tiempo como oponente y como ayudante: primero como oponente cuando ubica a la terapeuta como ayudante al decirle que identifique sus logros pequeños y no puede: “[...] me cuesta mucho trabajo pensar mis logros [...]. Pienso que no lo merezco porque no sé muchas cosas o no estoy preparada [...]” (relato *logros* sesión 4), y después como ayudante cuando posiciona a los síntomas como oponente: “[...] Llevaba tiempo sintiéndome así, no estaba haciendo nada al respecto. Ya empezar a querer mejorarlo, cambiarlo, solucionarlo, es un logro también. Otro logro en las últimas semanas es venir aquí también [...]” (relato *logros* sesión 4).

Tabla 8

Fragmento del análisis actancial del relato logros sesión 4

Modelo actancial: relato logros sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Sentir que no avanza	Emma	Identificar logros
	Sentirse mal	Emma	Mejorar, cambiar, solucionarlo, ir a terapia
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta	Identificar pequeños logros	Emma

	Emma	No merezco porque no sé muchas cosas o no estoy preparada	Emma
	Emma	Me siento orgullosa, pero a la vez no lo merezco	Terapeuta
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Terapeuta	Emma	Emma
	Emma	Emma	Síntomas

Al final del proceso vuelve a colocarse a ella misma como ayudante con el oponente vergüenza:

[...] Siempre íbamos al gimnasio mi novio y yo, y cuando vamos juntos, siempre le pido que le pregunte a las personas si están necesitando las mancuernas. Ayer fui al gimnasio sola y ya lo hice por mí. Me daba vergüenza decirle a las personas que si podíamos alternar, o que me vieran hacer ejercicio. Pero sí fui, hice toda mi rutina. Fue un buen logro [...] (relato *logros* sesión 23).

Tabla 9

Fragmento del análisis actancial del relato logros sesión 23

Modelo actancial: relato logros sesión 23			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	No poder ir al gimnasio sola	Emma	Ir al gimnasio sola
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Pregúntale a las personas si están necesitando las mancuernas	Novio
	Emma	¿Están usando las mancuernas?	Personas en el gimnasio
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma	Emma	Vergüenza

Además, en otro relato ubica a la terapia también como ayudante, al tiempo que sus pensamientos y el bicho eran oponentes:

[...] Me ayudó a ver las cosas desde otra perspectiva. También con los ejercicios que hemos estado haciendo: el darme cuenta de que es un bicho y que está bien sentirlo, identificar las cosas que me hacen sentir bien, trabajarlas, la tabla de mis objetivos. El estar simplemente contigo platicando y recibiendo consejos de alguien que sabe, ayuda mucho [...] (relato *logros* sesión 26).

Tabla 10

Fragmento del análisis actancial del relato logros sesión 26

Modelo actancial: relato logros sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Sentirse inútil para hacer cosas, alejada de amigos, lejos a todas las personas, irritada, impaciente, revuelta, sin concentrarse en tareas, sin vivir momentos bonitos, sin autoestima	Emma	El enredo ha estado tomando su lugar
	Estar sola y pensar, desconfiar de sí misma	Emma	Seguir trabajando seguridad y autoestima
	Inseguridad	Emma	Cambiar pensamientos
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta (alguien que sabe)	Consejos	Emma

	Terapeuta	Otras perspectivas	Emma
	Emma	¿Por qué no lo veía así desde un principio?	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Terapia, ejercicios (darme cuenta de que es un bicho y está bien sentirlo, identificar las cosas que me hacen sentir bien, trabajarlas, tabla de objetivos), estar con terapeuta platicando	Emma (ver las cosas desde otra perspectiva)	Bicho
	Seguir trabajando en ella misma	Emma	Pensamientos

De esta manera se puede ver que pasa de ubicarse como oponente de su deseo en las primeras sesiones a ayudante para alcanzarlo. Siguen el bicho, los síntomas y pensamientos como oponentes, pero al colocarse a ella como ayudante, se percibe más capaz de luchar contra éstos. Además, al colocar a la terapia como ayudante, se observa que percibe que el proceso terapéutico ha sido beneficioso para alcanzar lo que ella

quería. Sin embargo, aunque le ayuda la terapia, no es ella la ayudante, no se responsabiliza del proceso, sino que lo sigue dejando en lo externo.

Por lo que se refiere al tema *novio*, en las primeras sesiones se le observa ambivalente respecto al objeto positivo y negativo: que esté novio y que no esté novio: “[...] quiero que esté ahí, pero no quiero que esté ahí [...]” (relato *novio* sesión 4). Es difícil identificar oponentes y ayudantes de la voz narradora cuando es tan ambivalente el objeto, es así que Emma y bicho son oponentes de que esté ahí pero ayudantes de que no esté ahí: “[...] yo lo que espero es alejarlo [...]”; “[...] [el bicho] me hace pensar que si no estoy bien, no merezco que las personas estén cerca de mí [...]” (relato *novio* sesión 4), mientras que novio es ayudante de que esté pero oponente de que no esté: “[...] él es muy paciente y me dice que está bien, que me tome mi tiempo [...]” (relato *novio* sesión 4).

Tabla 11

Fragmento del análisis actancial del relato novio sesión 4

Modelo actancial: relato <i>novio</i> sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Que no esté novio	Emma	Que esté novio
	Que esté novio	Emma	Que no esté novio
	Que se quede novio	Emma	Alejar a novio
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Bicho	Si no estás bien, no mereces que las	Emma

		personas estén cerca	
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Novio	Emma	Emma
			Bicho
	Emma	Emma	Novio
	Bicho		

En las sesiones de la mitad del proceso se le sigue observando ambivalente respecto al objeto positivo y negativo: no tener a novio y tener a novio. De esta manera coloca a novio como oponente cuando su deseo es no tenerlo, pues él se esfuerza por quedarse, y su enojo por sus actitudes le ayudan a alejarlo:

[...] El lunes le dije que terminábamos, a pesar de que él me decía que no quería terminar [...] él aún sigue insistiendo en que no [terminemos], pero yo sigo tomando esa decisión. También me hizo una carta y me mandó flores. No quisiera tenerlo, pero a la vez sí, y no sé (relato *novio* sesión 16).

Tabla 12

Fragmento del análisis actancial del relato novio sesión 16

Modelo actancial: relato <i>novio</i> sesión 16			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Tener a novio	Emma	No tener a novio
	No tener a novio	Emma	Tener a novio

Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Terminamos (lunes)	Novio
	Novio	No quiero terminar	Emma
	Novio	Carta, flores	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Enojo, tristeza	Emma	Novio

Asimismo, en otro relato de las sesiones de en medio con el mismo tema, se sigue mostrando ambivalente respecto a su deseo del novio, es más, le cuesta identificar siquiera qué es lo que quiere, o si lo quiere ella o el bicho, por lo que el bicho se ubica como oponente del deseo de Emma de saber qué quiere y a ella como ayudante cuando se detiene a pensar:

No sé identificarlo (cuestionar qué quiero yo, no el bicho), y sí intento hacerlo pero es como si me ganara el bicho, porque es como si en ese momento sí fuera el bicho [el que me hace cortar con él], pero después me pongo a pensar y reflexionar ya más a detalle, más tranquila, y ya razonando sobre qué estoy haciendo es cuando pienso en si sí hago lo correcto o no hago lo correcto, si está bien terminar. Porque ese tipo de situaciones son las que a veces no me gustan de él [...] (relato *cortar con novio* sesión 16).

Tabla 13

Fragmento del análisis actancial del relato cortar con novio sesión 16

Modelo actancial: relato cortar con novio sesión 16			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	No diferenciar si es ella o el bicho hablando	Emma	Cuestionar qué quiere ella y qué quiere el bicho
	No tener a novio	Emma	Tener a novio
	Tener a novio	Emma	No tener a novio
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	No sé identificar qué quiero	Terapeuta
	Bicho	Corta con tu novio	Emma
	Emma	¿Hago lo correcto?	Emma
	Emma	Eso es lo que no me gusta de él	Terapeuta
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma	Emma	Bicho

En general se observa en esta parte de en medio del proceso una ambivalencia muy grande respecto a estar con novio, aunque la mayor parte del tiempo su relato se observa más bien como una queja de todo lo que él hace y es, queja que comunica a la terapeuta. Da indicios de que no quiere seguir con él y lo coloca como objeto negativo, pero tras ser

cuestionada si es lo que verdaderamente quiere, le echa la culpa al bicho para no responsabilizarse de su decisión.

Al final del proceso no aparece *novio* como temática, no obstante, aparece como actante en la temática *logros* de las sesiones finales, pues es destinatario y relata cómo logra ser autónoma de él en el gimnasio:

[...] Siempre íbamos al gimnasio mi novio y yo, y cuando vamos juntos, siempre le pido que le pregunte a las personas si están necesitando las mancuernas. Ayer fui al gimnasio sola y ya lo hice por mí [...] (relato *logros* sesión 23).

Tabla 14

Fragmento del análisis actancial del relato logros sesión 23

Modelo actancial: relato <i>logros</i> sesión 23			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	No poder ir al gimnasio sola	Emma	Ir al gimnasio sola
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma antes	Pedir que pregunte si están usando las mancuernas	Novio
	Emma ahora	Preguntar si están usando las mancuernas	Personas en el gimnasio

Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma	Emma	Vergüenza

También aparece novio como actante en la temática *ambivalencia en la mejora/proceso*, en el eje de deseo como objeto positivo (ya decidió que quiere seguir con él y tener una mejor relación con él), y en el eje de comunicación como destinatario (ya no es ella que recibe información sino que ella ya le comunica cosas), y refiere en general una mejor relación con él:

[...] Ya no estoy tan irritable con las personas: con mi novio, mis papás y mis hermanos. [...] He tenido una mejor relación con mi novio, he sido más paciente y más comprensible, mi forma de ser ha sido mejor. No me he estado enojando por todo, he puesto de mi parte, por ejemplo, antes me decía algo y a mí me molestaba, ahora lo he tomado de una manera más tranquila, intento responderle de buena forma, no como lo hacía antes; o también en darle un detalle o decirle lo que siento. Estarle comunicando que a veces no me siento bien ayuda a mejorar la relación. Veo que mi novio se siente más cómodo y más a gusto. Antes me decía que no pasaba nada, pero notaba que se desesperaba o no sabía qué hacer. Siento que ahorita está más tranquilo. [...] Me falta mejorar, pero me siento mucho mejor. (relato *proceso / avances / mejoras* sesión 26).

Tabla 15

Fragmento del análisis actancial del relato proceso / avances / mejoras sesión 26

Modelo actancial: relato proceso / avances / mejoras sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Estar irritable con novio, papás y hermanos, enojarse por todo	Emma	Ser paciente
	Enojarse por todo	Emma	Mejor relación con novio (más paciente y comprensible, poner de su parte, tomárselo tranquila, responder de buena forma, darle un detalle, decirle lo que siente)
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	A veces no me siento bien	Novio

	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
Eje 3: poder	Emma cambiando forma de pensar y ser	Emma	Bicho
	Comunicación	Relación de pareja	Irritabilidad del bicho

Esto deja ver un cambio de posición subjetiva en los tres ejes: en el eje 1 del deseo, en las primeras sesiones se muestra indecisa y ambivalente y coloca a novio como objeto negativo y positivo al mismo tiempo, en las de en medio comenzaba a decidirse por cortar con novio y lo ubicaba como objeto negativo, y en las sesiones del final tiene una mejor relación con él y es un objeto positivo. Nos hace pensar, o bien que cambió su deseo y se decidió al final por continuar su relación con él, o que obtuvo el objeto negativo y a pesar de terminar su relación en la sesión 16 y ya no querer estar con él, volver a su relación por no poder encontrar otro deseo o sostener su decisión. Por su parte, en el eje 2 de la comunicación pasa de ubicarse como destinatario a ubicarse como destinadora, a decirse cosas a ella misma y a novio para obtener su deseo y mejorar su relación. Finalmente, en el eje 3 se coloca como ayudante de ella misma desde las sesiones de en medio cuando se detiene a pensar qué quiere y en las sesiones finales con los atributos que tiene (comunicación).

Con relación al tema *servicio*, comienza en las primeras sesiones ubicándolo como un ayudante de su objeto de deseo (aprendizaje), y aparecen como oponentes el tiempo y el desinterés:

Ya empecé el servicio. [...] Voy a aprender mucho porque es paciente tras paciente. No hay mucho tiempo para leer su historia clínica, entonces va a ser de rápido [...] En lo único que encuentro un poquito de motivación es en mi servicio. Pienso que es mi paciente y tengo que dar lo mejor de mí porque es la vida de una persona. Entonces por ese lado empiezo a prestar interés por los pacientes (relato *servicio* sesión 3).

Tabla 16

Fragmento del análisis actancial del relato servicio sesión 3

Modelo actancial: relato <i>servicio</i> sesión 3			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Falta de experiencia	Emma	Aprendizaje
	Dar un mal servicio a los pacientes	Emma	Dar lo mejor de sí misma a los pacientes
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Los que estaban haciendo el servicio el semestre pasado	Capacitación (confirmar cita, reglamento, temas, pacientes frecuentes)	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Servicio	Emma	Tiempo

			Desinterés
--	--	--	------------

Al avanzar, a la mitad del proceso ubica al hospital donde hizo el servicio como ayudante y a sus inseguridades, miedos y preocupaciones como oponente.

Ya llevo tres meses en el servicio, se me pasó bien rápido. A veces pienso que debería de sentirme muy orgullosa porque fuimos varios graduados y yo estoy en el Hospital X y es como lo más grande, a lo que todos queríamos entrar porque era lo mejor que había. Pero otras cosas no me lo permiten creerlo (relato *servicio* sesión 14).

Tabla 17

Fragmento del análisis actancial del relato servicio sesión 14

Modelo actancial: relato <i>servicio</i> sesión 14			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Hacer el servicio en otro lugar	Egresados fisioterapeutas	Hacer el servicio en el Hospital X
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Debería sentirme orgullosa	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Hospital X deseado	Emma orgullosa	Inseguridades, miedos y preocupaciones

El final del proceso coincide con el final de su servicio, por lo cual se ubica a ella como ayudante de ella misma y al bicho como un oponente.

[...] El bicho me hacía pensar "es que no estás haciendo nada". Pero reflexioné "Pues es que sí estoy haciendo algo, ya terminé la carrera, ya terminé mi servicio, y todo tiene un proceso" [...] (relato *servicio* sesión 26).

Tabla 18

Fragmento del análisis actancial del relato servicio sesión 26

Modelo actancial: relato <i>servicio</i> sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Solamente pensar qué hacer después del servicio	Emma	Hacer algo por controlar al bicho (proceso de titulación, llevar papelas, recolectar firmas)
	No hacer nada	Emma	Terminar carrera y servicio
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Bueno, terminé, ¿ahora qué tengo que hacer?	Emma

	Bicho	No estás haciendo nada	Emma
	Emma	Sí estoy haciendo algo, ya terminé la carrera, terminé mi servicio, todo tiene un proceso	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma	Emma	Bicho

Esto deja ver que durante todo el proceso el servicio fue algo que motivó a Emma. Al principio y en medio lo colocaba como ayudante, y al final se colocó a ella como ayudante gracias a las reflexiones que se decía a sí misma sobre terminar el servicio.

Para terminar, con lo que se refiere al tema de *ambivalencia en la mejora* (el tema más consistente y repetitivo a lo largo de todas las sesiones), expresa en su relato en las diferentes sesiones que le cuesta trabajo avanzar, pues en ocasiones “[...] lo intento pero lo dejo a medias” (relato *intentos de mejora* sesión 3).

Tabla 19

Fragmento del análisis actancial del relato intentos de mejora sesión 3

Modelo actancial: relato <i>intentos de mejora</i> sesión 3			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Empeorar	Emma	Mejorar (despertar más temprano, hacer lo que le toca, quehacer, ejercicio, estudiar, leer)
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Libros / documentos	Estudio / información sobre su carrera	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Servicio	Emma	Dejar a medias lo que quiere hacer (estudio, ejercicio)

También refiere en las sesiones de en medio “Unos días estoy bien y otros días, no tanto [...]” (relato *ambivalencia avances* sesión 14).

Tabla 20

Fragmento del análisis actancial del relato ambivalencia avances sesión 14

Modelo actancial: relato ambivalencia avances sesión 14			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Estar sola sobrepensando y sintiéndose triste	Emma	Estar ocupada haciendo sus cosas
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	El ejercicio de la tarea de terapia me pone triste	Terapeuta
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Servicio / ocupaciones	Emma	Soledad / sobrepensar
	Ejercicio de buscar pensamientos alternativos	Emma	No encontrar solución / pensamientos alternativos

Asimismo, comenta “La primer semana me sentí [...] muy bien [...]. Esta segunda semana también iba bien, pero el fin de semana me sentí muy mal otra vez [...], me sentí muy triste todo el día, otra vez estuve pensando en mi futuro [...]” (relato *avances frustrados / ambivalencia: iba bien pero ya voy mal* sesión 16).

Tabla 21

Fragmento del análisis actancial del relato avances frustrados / ambivalencia sesión 16

Modelo actancial: relato avances frustrados / ambivalencia: iba bien pero ya voy mal sesión 16			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Sentirse triste	Emma	Sentirse bien
	Pensar en el futuro	Emma	Vivir en el presente y sentirse bien
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	El fin de semana me sentí muy mal otra vez	Terapeuta
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma constante en el gym	Emma	Desesperación
	Novio	Emma	Desesperación
	?	Emma	Pensar en el futuro

De igual manera, menciona en las sesiones del final del proceso “Últimamente me ha dado mucho sentimiento volverme a sentir así, pero más fuerte, como al inicio. [...] A veces soy muy débil. Siento que caigo muy rápido en los pensamientos, pero pues sí se puede.” (relato *recaída* sesión 23)

Tabla 22

Fragmento del análisis actancial del relato recaída sesión 23

Modelo actancial: relato <i>recaída</i> sesión 23			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Volverse a sentir como al inicio	Emma	Sentirse mejor
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Soy muy débil	Terapeuta
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma que se siente débil y preocupada por la responsabilidad (me preocupa que está en mí)	Emma	Pensamientos

De manera similar, dice al final “[...] Cambiar mi forma de pensar me ayudó. [...] Me falta mejorar, pero me siento mucho mejor” (relato *proceso / avance / mejoras* sesión 26).

Tabla 23

Fragmento del análisis actancial del relato proceso / avance / mejoras sesión 26

Modelo actancial: relato proceso / avance / mejoras sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Malestar (desempleo, desconcentrada, irritable, desesperada, impaciente)	Emma	Bienestar (laboral, espiritual, relacional); mejorar
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Reflexionar	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma cambiando forma de pensar y ser	Emma	Bicho

Se observa que le cuesta trabajo alcanzar lo que desea (mejorar), que lo intenta, pero siente que los oponentes (síntomas, pensamientos, bicho) no la dejan. Al principio del proceso, los ayudantes y destinadores son externos, a la mitad le comunica a la terapeuta que le sirvió y no le sirvió el ejercicio sugerido, y le cuesta identificar ayudantes, y al final del proceso ella misma se coloca como destinadora y como ayudante de sí misma.

Se observa una transformación en el relato pues, aunque durante todo el proceso se muestra ambivalente sobre sus avances y cambios, y le cuesta identificarlos, al final se posiciona a ella misma como ayudante, y al reflexionar más sobre lo que le pasa, se convence a sí misma de que sí va avanzando. Reconoce también que le falta mejorar, lo cual es favorable pues identifica que es un proceso y que sigue en construcción.

Estos resultados nos hacen notar que la posición actancial más común donde se coloca la voz narradora normalmente es como sujeto destinatario a quien ayudan actantes externos a conseguir su objeto de deseo, con oponentes internos como sus síntomas o el bicho (aunque como personaje es la externalización de sus síntomas, es interno porque está en ella). Se observa en general un cambio de posición subjetiva pues en las sesiones del final del proceso se coloca como destinadora y ayudante a ella misma y a actantes internos, aunque reconoce también que le falta seguir avanzando pues su objeto de deseo (la mejora y el bienestar) es un proceso que difícilmente se alcanza en su totalidad. Puede ser concluyente de que se identifica con una posición subjetiva más adolescente al principio del proceso y va avanzando poco a poco hacia la adultez, teniendo en cuenta que el desarrollo es dinámico y nunca terminado, lo cual puede ponerse a discutir con lo propuesto en el marco teórico respecto de esta etapa transitoria.

Discusión y conclusiones

En este apartado se relacionarán los resultados obtenidos del análisis de datos con lo propuesto en el marco teórico desde la perspectiva de la psicología del desarrollo y el psicoanálisis. Se revisarán a detalle las propuestas de los autores y los resultados del análisis del caso aquí estudiado.

Recordemos que según Erikson (como se citó en Bordignon, 2005), el adolescente debe lograr una identidad en 5 diferentes aspectos: psicosexual, ideológica, psicosocial, profesional y cultural/religiosa. Se observa que lo que desea Emma está ligado principalmente a la identidad psicosexual (buena relación con novio y autoestima), la identidad ideológica (tener seguridad, vivir en el presente), la identidad psicosocial (mejorar sus relaciones interpersonales) y la identidad profesional (tener un empleo, ser productiva y autosuficiente).

Por su parte, Erikson describe que, en la etapa de adultez, el sujeto debe confiar en alguien como compañero de amor y trabajo y desarrollar un compromiso en dichas áreas para sentirse realizado, logrando un equilibrio entre intimidad y aislamiento. Esta es una problemática cada vez más observada en la sociedad actual, pues el posmodernismo ha orillado a los adultos a vivir cada vez más ensimismados, además de que la pandemia y el aislamiento social impuesto seguramente influyó en la manera de desarrollarse de los adultos jóvenes. Emma presenta mayores problemáticas con estos temas, pues en la temática *novio* se le observa ambivalente (Tablas 11, 12 y 13) y en las sesiones de en medio decide terminar su relación (Tablas 12 y 13), para regresar con él al final del proceso (Tabla 15), mientras que en la temática *búsqueda de trabajo* espera que le ayuden externamente a encontrarlo (Tabla 6) y al final del proceso se da cuenta de que

ella misma debe hacer un esfuerzo por tenerlo (Tabla 7). Esto puede ser conclusivo de que se encuentra en transición entre estas etapas, pues sigue resolviendo cuestiones que Erikson describe como adolescentes y le cuesta trabajo hacerse cargo de las adultas.

Por su parte, Jay (2012) describe las dificultades con las que se encuentra un joven en la década de los veintes, como la libertad para experimentar, la ansiedad por tener que hacer mucho y tener poco tiempo para hacerlo, la urgencia de certezas, la incertidumbre de la sociedad actual y la postergación de la búsqueda de la propia independencia. Éstas se pueden observar en las temáticas de los relatos de Emma, y resalta principalmente el deseo de productividad y crecimiento que ella tiene, al mismo tiempo que se muestra pasiva para alcanzarlos. Además, dice desear ser autosuficiente, pero lo posterga al ubicar como ayudantes a actantes externos y necesitar información y poder de ellos para alcanzar sus objetos positivos.

Por otro lado, Arnett (2000) propone que el adulto emergente siente que le faltan ciertas características individuales para poderse sentir como adulto: aceptar la responsabilidad de sí mismo, tomar decisiones independientes y ser económicamente independiente. Se relaciona con lo que Emma desea respecto a su autosuficiencia, a comprarse sus propias cosas y solucionar sus problemas ella misma. Se observa en la Tabla 7 que al final del proceso, ella toma responsabilidad de sí misma para buscar trabajo; en la Tabla 9 se observa asimismo que al final del proceso resuelve sus problemas por sí sola y se posiciona como ayudante de ella misma; y en otro relato con el tema *logros* (ver anexo 2 sesión 23) refiere cómo se compra sus propias cosas. Desde la propuesta de Arnett (2000) podría concluirse que Emma se está acercando favorablemente a una percepción de sí misma como adulta joven.

Asimismo, se observan en Emma tres de los cuatro cuestionamientos que Arnett (2000) propone: sobre el amor, cuando se cuestiona en las sesiones de inicio y en medio si quiere continuar con su relación de pareja; sobre el trabajo, cuando se enfoca en buscar un trabajo al finalizar el servicio; sobre la educación, cuando busca crecimiento y aprendizaje en su servicio; y sobre las concepciones del mundo no aparece en los relatos seleccionados para el análisis de datos, sin embargo, se presenta la temática en otros relatos y sesiones no seleccionados. Arnett (2000) propone que estos cuestionamientos generan malestar en los jóvenes, lo cual coincide con los síntomas descritos por Emma en sus entrevistas iniciales y motivo de consulta.

Por otra parte, los deseos de Emma pueden relacionarse con los criterios socioeconómicos, psicosociales y psicológicos de adultez que proponen Torres, Zacarés y García (2020). El empleo tras terminar el servicio, la autosuficiencia, la relación de pareja y la productividad tienen que ver con los criterios socioeconómicos y psicosociales de adultez, mientras que el bienestar, el crecimiento, la mejora, vivir en el presente, ser más paciente, solucionar los problemas, sentirse realizada y centrada, tener seguridad y autoestima tienen que ver con los criterios psicológicos de adultez. Torres, Zacarés y García (2020) describen que son los criterios a los que los jóvenes actuales les dan más peso, a diferencia de los criterios socioeconómicos que anteriormente eran más importantes. Se puede concluir que Emma sigue en este proceso de autopercepción de adultez, pues en las sesiones finales refiere “me falta mejorar, pero me siento mucho mejor” (relato *proceso / avance / mejoras* sesión 26).

En otro orden de ideas, respecto a la teoría psicoanalítica, Freud (1905/1976a) propone que el desarrollo del psiquismo es dinámico, y tras pasar por las etapas del desarrollo

psicosexual infantiles, la pubertad abre paso a la etapa final del desarrollo: la genital. Esta etapa no se alcanza de una vez y para siempre, sino que el sujeto regresa según necesite a organizaciones de etapas anteriores en las que encuentra un mayor confort ante hechos difíciles.

La mayor tarea de la etapa genital es el proceso del hallazgo de objeto, que está apuntalado en la vida infantil. En Emma se observan dificultades para lograrlo, pues al principio y a la mitad del proceso se muestra ambivalente respecto a su objeto de deseo, sobre todo cuando se habla del tema novio (Tablas 11, 12 y 13). Al final parece haberse resignado con un objeto (quedarse con novio), sin embargo, era el objeto del cual antes deseaba alejarse. En estas dificultades oscila entre las demás etapas anteriores, pues es narcisista/egoísta/caprichoso querer que novio sea como ella imaginó y no considerarlo como otro (etapa oral), se muestra pasiva al querer que los demás le resuelvan / colocar como ayudantes y destinadores a agentes externos a ella misma (etapa anal), y acepta su castración en las sesiones del final del proceso cuando se da cuenta de que no puede tener el mismo trabajo de sus amigas, sino que cada una tiene su proceso y ella debe buscar su propio trabajo (etapa fálica).

Por su parte, las tablas 6, 7, 9, 10, 19, 20, 21 y 22 dejan ver que Emma está atravesando el duelo por el rol y la identidad infantiles descritos por Aberastury y Knobel (1988) como parte del proceso de adolescencia normal, el cual implica renunciar a la dependencia y comenzar a adquirir responsabilidades. Coincide con el deseo de Emma de ser autosuficiente, y se ven dificultades al buscar que los demás le ayuden al inicio y a la mitad del proceso. No obstante, al final del proceso comienza a hacerse responsable de su bienestar y de su búsqueda de trabajo, lo cual implicaría una posición más adulta

según estos autores. Pareciera entonces que hubo un cambio de posición subjetiva y un progreso hacia la adultez.

Por otro lado, respecto a lo que Blos (1971), refiere sobre la postadolescencia, Emma se encuentra en proceso de integración / armonización de las partes componentes de la personalidad, pues esto se nota en su relación de pareja, en la búsqueda de empleo, en la preparación para una carrera por medio de su servicio y las cuestiones identitarias, todas estas relacionadas con los objetos positivos de Emma.

Por otra parte, el desorden que describen Grassi y Córdova (2010) de los adolescentes se observa en Emma, pues ellos sugieren que los adolescentes son caracterizados por el desorden, la crisis de identidad, la urgencia de transformarse y desalienarse de los significantes parentales y comenzar a crear los propios para autoafirmarse, autoorganizarse, ganar autonomía y subjetividad. Esto sucedió en Emma, pues al principio del proceso está más identificada con lo que su mamá le dice (ver Tabla 6) y después se enfoca en buscar el trabajo que ella quiere. No obstante, ella decide terminar el proceso terapéutico por ir con una psicóloga que su mamá le surigirió. Esto podría indicar un retroceso en Emma hacia la identificación con los significantes parentales en esa dificultad para dar un nuevo orden a su personalidad. En su proceso terapéutico estaba resignificando y rehistorizando, pero ella misma lo interrumpe bajo influencias de su madre, dejando de lado la elección de objeto heterofamiliar (terapia propia) y volviendo a lo endogámico (psicóloga sugerida por mamá). También se observa la dificultad para re-crearse en las relaciones con sus pares, pues se muestra ambivalente ante la presencia de novio, quien no es como ella desea (familiar), sino que tiene características que no le gustan. No obstante, sigue con él a pesar de identificar que no quiere

(identificaciones-desidentificaciones). Además, Frioni (1993) describe que los actos y fantasías agresivos de los adolescentes les ayudan a autoafirmarse a través de las modificaciones narcisistas y reestructuración psíquica. No obstante, se observa a Emma pasiva al colocarse como sujeto que necesita ayuda e información de actantes externos, le falta conectar con esa agresividad y distanciamiento para la no repetición de lo familiar conocido.

Para finalizar, Barrionuevo (2011) propone que la adolescencia es una sucesión de arranques y detenciones, de movimientos progredientes y regredientes, de reordenamiento y reestructuración de sentido, de identificación y desidentificación. Este reposicionamiento subjetivo es el que sucede con Emma en todo el proceso psicoterapéutico.

En síntesis, recordemos que, según la psicología del desarrollo, los sujetos deben alcanzar ciertos hitos con el crecimiento cronológico y emocional para pasar de una etapa a otra, mientras que el psicoanálisis propone que el desarrollo se entiende como un proceso fluido y dinámico en el que poco importa lo cronológico, sino que tienen más peso los sucesos que pasan y la manera en la que el sujeto los organiza (Freud, 1905/1976a; Barrionuevo, 2011).

En Emma se observa que el objeto positivo, es decir, lo que deseaba y buscaba alcanzar u obtener (García Contó, 2011) era el bienestar, el crecimiento, la mejora, la productividad, vivir en el presente, tener un empleo, mejorar sus relaciones interpersonales (familia, amigos y pareja), ser más paciente, solucionar los problemas, sentirse realizada y centrada, comprarse sus propias cosas, ser autosuficiente, tener

seguridad y autoestima. Esto coincide con lo que los autores proponen tanto para la adolescencia como para la adultez.

Respecto a sus deseos de tener un empleo, ser productiva, comprarse sus propias cosas y ser autosuficiente, los autores de la psicología del desarrollo ubican estas situaciones como logros de la adultez (Bordignon, 2005; Jay, 2012; Arnett, 2000; Torres, Zacarés y García, 2020). Se observa que, al principio del proceso, a Emma le costaba buscar trabajo ella misma y era su mamá quien la ayudaba con eso (ver Tabla 6). Al final del proceso, ella misma se ayudó al hacer su currículum (ver Tabla 7). Además, ubica dentro del tema *logros* al final del proceso que puede ser un poco más autosuficiente que antes (ver Tabla 9). Este cambio en su relato denotaría un acercamiento hacia la adultez según los autores de la psicología del desarrollo.

Por su parte, sus deseos de bienestar, crecimiento, mejora, vivir en el presente, sentirse realizada y centrada, tener seguridad y autoestima coinciden con lo propuesto por los autores de la psicología del desarrollo sobre la sensación de adultez (Arnett, 2000; Torres, Zacarés y García, 2020) y con lo que plantean los psicoanalistas sobre la nueva identidad del adolescente con responsabilidades sobre sí mismos (Aberastury y Knobel, 1988; Blos, 1971; Grassi y Córdova, 2010). Se observa en el discurso de Emma que es algo con lo que batalla constantemente, pues quiere sentirse bien, pero el bicho no la deja (ver Tabla 4) y siente desesperación por pensar en el futuro (ver Tabla 21); quiere mejorar, pero deja las cosas a medias (ver Tabla 19) y sus pensamientos la hacen recaer (ver Tabla 22). A pesar de que ubica varios oponentes, principalmente internos, al final del proceso terapéutico se observa un cambio en el discurso y logra colocarse como ayudante para mejorar y alcanzar el bienestar al cambiar su forma de pensar y de ser

(ver Tabla 23). Desde el principio del proceso se encontró que el servicio motivaba a Emma y era un ayudante para alcanzar aprendizaje y crecimiento (ver Tabla 19). No se podría concluir una sensación de adultez total, pues se muestra ambivalente en todas las sesiones respecto de sus logros, pero sí se observa un avance progresivo hacia esta sensación por los cambios en su discurso. Esto apunta más bien a una construcción en proceso de una nueva identidad un poco más responsable que antes.

Por otro lado, desea mejorar sus relaciones interpersonales (familia, amigos y pareja), lo cual tiene que ver con lo propuesto por autores tanto del desarrollo como psicoanalistas, pues ambos le dan importancia a la capacidad de formar una pareja (Bordignon, 2005; Arnett, 2000; Torres, Zacarés y García, 2020; Freud, 1925/1976a; 1925/1976b, 1925/1976c; Blos, 1971; Grassi y Córdova, 2010), relacionarse con sus pares (Bordignon, 2005; Grassi y Córdova, 2010; Frioni, 1993) y despegarse de las opiniones de los padres (Arnett, 2000; Torres, Zacarés y García, 2020; Aberastury y Knobel, 1988; Grassi y Córdova, 2010; Frioni, 1993; Barrionuevo, 2011).

Respecto al tema de la pareja, se le observa ambivalente sobre su relación actual al principio y a la mitad del proceso (ver Tabla 11, Tabla 12 y Tabla 13), termina su relación a la mitad del proceso (ver Tabla 12 y Tabla 13) y regresa con él para el final del proceso y mejora su relación (ver Tabla 15). Su indecisión sobre querer y no querer estar con su novio podría corresponder a lo que propone Arnett (2000) sobre esta etapa en la que el joven se cuestiona acerca del amor. El cambio que se observa en su discurso cuando al final del proceso se coloca como ayudante y decide mejorar su relación podría relacionarse con ese hallazgo de objeto del que hablan los autores psicoanalíticos (Freud, 1925/1976a; 1925/1976b, 1925/1976c; Blos, 1971; Grassi y Córdova, 2010). En lo que

concierno a las relaciones con sus pares, no se muestran datos en los relatos aquí analizados pues el tema no fue consistente en las sesiones seleccionadas, sin embargo, sí estuvo presente (ver Tabla 2).

Con relación al tema de despegarse de las opiniones de sus padres y relacionarse de una manera distinta con ellos, se observa en el eje de la comunicación y del poder que su mamá sigue siendo un actante importante en las sesiones iniciales (ver Tabla 6). Además, como se mencionó en la descripción del caso en el apartado metodológico, terminó el proceso terapéutico porque su mamá le sugirió ir con una psicóloga amiga suya. Esto podría ser concluyente de que le ha costado trabajo desalienarse de los significantes parentales y comenzar a crear los propios (Grassi y Córdova, 2010; Frioni, 1993), por lo que este reposicionamiento subjetivo que propone Barrionuevo (2011) sigue en proceso.

Por otra parte, respecto a sus deseos de solucionar los problemas y ser autosuficiente, se puede observar en el eje del poder que los ayudantes son externos al inicio y a la mitad del proceso (servicio, ejercicio, terapeuta, mamá, novio y terapia). Desde la mitad del proceso comienza a colocarse como ayudante a ella misma y al final del proceso resalta sus atributos como ayudantes (comunicación, forma de pensar y ser diferente), al mismo tiempo que mantiene a la terapia como tal e identifica ahora al bicho como ayudante también. Esto podría ser concluyente de una mayor capacidad para resolver los problemas y autosuficiencia, que están relacionados con la responsabilidad de sí que proponen tanto los autores del desarrollo como los psicoanalistas (Arnett, 2000; Torres, Zacarés y García, 2020; Aberastury y Knobel, 1988; Blos, 1971; Grassi y Córdova, 2010).

De esta manera se observa que los relatos de la consultante se fueron modificando a lo largo del proceso de psicoterapia, dejando claro que no es una adulta solamente por la mayoría de edad alcanzada, sino por lo anteriormente descrito en la discusión respecto de su posición subjetiva. Podría concluirse que las tramas del relato de Emma dan cuenta de este proceso de transición de la adolescencia a la adultez. Además, se advirtió que se colocaba de diferentes maneras a lo largo del proceso terapéutico, y el hecho de que al final se colocara a ella misma como destinatario y como ayudante de sí misma hace pensar que sí hubo un cambio de posición subjetiva acercándose más a la adultez, pues Emma se responsabilizó de sus avances. No obstante, se dejó influenciar por su mamá para cambiar de terapeuta, por lo que hasta el último momento del proceso se demostró la idea de que el desarrollo es fluctuante, y aunque en algunas situaciones y temáticas se haya acercado más a una posición adulta, en otras sigue mostrándose más adolescente.

El presente estudio no incluyó el análisis de las intervenciones de la terapeuta, pero mientras avanzaba me fui dando cuenta de varias situaciones que describiré a continuación que considero importantes **aprendizajes** resultantes de esta investigación.

Uno de mis mayores aprendizajes fue el darme cuenta de la importancia de la posición del terapeuta en el proceso de psicoterapia. Al observar a la terapeuta como destinataria de sus quejas (ver Tabla 8, Tabla 13, Tabla 20, Tabla 21, Tabla 22), me hace pensar si suele colocar a las personas en ese rol constantemente, lo cual me hace cuestionarme sobre cómo respondemos todos ante sus quejas. En este caso, como terapeuta la alenté y motivé, y le ayudé a quitarse la responsabilidad de su malestar atribuyéndosela al bicho, en vez de ayudarle a cuestionar lo que verdaderamente quería y a responsabilizarse por

su deseo. Me pregunto si los actantes significativos solían responder de la misma manera ante sus quejas y por eso le costaba avanzar y moverse.

Siguiendo este orden de ideas, me di cuenta de que me posicioné como ayudante y destinataria, donde ella me puso. Se quejaba y victimizaba como buena adolescente y yo le compraba su discurso, procediendo a ayudarla convenciéndola de que ella no estaba mal, sino que era “el bicho” que la ponía triste y no la dejaba hacer cosas. Le quité responsabilidad y me enfoqué en convencerla de que se sintiera mejor y creciera, pero no funcionó. Llegué a la conclusión de que yo como terapeuta debo de posicionarme diferente también, no seguir el juego de víctima y ayudante, sino que descolocarme de ahí para ayudar a que los consultantes se repositionen y puedan pasar de la victimización a la responsabilización. De esta manera, el trabajo terapéutico consistiría en ayudarle a hacerse preguntas para que pueda posicionarse distinto.

Esto deja ver la importancia de la transferencia y contratransferencia como herramienta para el proceso psicoterapéutico, lo cual podría retomarse en futuras investigaciones ligándolo al análisis del discurso.

También observé en otro relato no analizado a profundidad aquí, porque el tema no fue repetitivo entre las sesiones (relato autoestima sesión 16, ver en Anexo 2) que la frustración la hizo moverse: como se sintió frustrada respecto de su autoestima, se inscribió al gimnasio inmediatamente después de haberlo postergado tanto tiempo. Me di cuenta de que varias de mis intervenciones fueron para calmar la queja y convencerla de que se sintiera mejor en vez de encaminarla a moverse aunque eso la frustrara. Esto me hace de nuevo cuestionarme si los demás actantes (novio y familia) respondían del mismo modo tranquilizante, y si entre todos solamente queríamos calmar los síntomas y

protegerla. Además, me hace cuestionar la pertinencia de la técnica de externalización del síntoma, pues, aunque al principio del proceso sirvió para des-identificarse de los síntomas depresivos, alargar el uso de la técnica y quedarse en la parte de externalizar el síntoma, sin buscar influencias de la consultante sobre el problema para trazar agencia personal, perjudicó al instalar al actante bicho como responsable de lo que le pasaba en vez de ayudarla a responsabilizarse a ella misma sobre lo que sentía, pensaba y quería. Desde estas observaciones pueden resultar interesantes nuevas investigaciones que retomen cómo las intervenciones terapéuticas fomentan o no el cambio del discurso.

Al pensar todo lo relativo con el posicionamiento del terapeuta en el proceso de psicoterapia e insistiendo en el tema contratransferencial, me cuestioné si influye la manera en la que el terapeuta se posiciona en su vida personal según sus vivencias de adolescente o adulto. Me considero a mí misma en transición de la adolescencia a la adultez, pues en ocasiones siento que tengo una posición subjetiva propia y un sentido de responsabilidad más logrado, pero en otras tantas me siento regresiva y adolescente. Esto hizo que la realización del presente trabajo fuera en ocasiones difícil para mí de manera personal, pues no podía dejar de sentirme proyectada en lo que describía en mi marco teórico. Esto me hizo preguntarme sobre mis intervenciones, si estaba protegiendo a Emma de responsabilizarse porque yo estoy igual en ocasiones, y sería cómodo para mí misma que alguien más lo hiciera por mí. De esta manera llego a la conclusión de que es verdaderamente importante el proceso psicoterapéutico personal y la supervisión de casos para una práctica terapéutica responsable, para evitar este tipo de puntos ciegos y haciéndolos conscientes, intervenir según lo que el consultante necesite, no según lo que el terapeuta necesite para sí mismo en proyección en el consultante. Llegué también

a la conclusión en mi proceso personal de que, si hablo de mí en mi investigación, ¿qué tiene!? Incluso llegó a ser enriquecedor este proceso de investigación en mi proceso personal, y creo que resalta aún más la importancia de seguir investigando sobre estos temas contratransferenciales. Me di cuenta de que fui la mejor terapeuta que pude ser en ese momento, y seguir en terapia en mi proceso personal me ayuda a poder ver otras cosas de mí y por consecuencia de mis pacientes, para posicionarme diferente para que ellos también puedan hacerlo.

Para terminar, quiero reconocer que tener estas reflexiones en este proceso formativo en el que estoy me hizo crecer como terapeuta, y creo que es algo que se debe seguir propiciando en este programa. Si bien ya se hace, es muy importante insistir en que los terapeutas lleven su propio proceso de terapia personal. En cuanto a la supervisión de casos, las clases que se ofrecen en la maestría son muy valiosas pues invitan al análisis, y considero importante que los supervisores tengan presente el llevar a los estudiantes a pensar sobre sus maneras de intervenir, no tanto en sí de las técnicas que utilizan o las teorías con las cuales hacen hipótesis, sino la manera en la que se posicionan como terapeutas, lo relacionado con la transferencia y la contratransferencia, y cómo el trabajo psicoterapéutico impacta en la vida personal y viceversa.

Referencias

- Aberastury, A. y Knobel, M. (1988). *La adolescencia normal: un enfoque psicoanalítico*. Paidós.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood, a theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Barrera-Herrera, A., Vinet, E. V. y Ortiz, M. S. (2020). Evaluación de la adultez emergente en Chile: validación del IDEA – extendido en universitarios chilenos. *Terapia psicológica*, 38(1), 47-61. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v38n1/0718-4808-terpsicol-38-01-0047.pdf>
- Barrionuevo, J. (2011). *Adolescencia y juventud, consideraciones desde el psicoanálisis*. Eudeba.
- Blanco, R., Alquicira, Y., Granados, O. y Robles, P. (2017). Posmodernidad, psicoanálisis, hermenéutica. Aproximación al estudio y tratamiento de las nuevas subjetividades. (Capítulo 15). En Primero Rivas, L. E. Y Biagini Alarcón, M. (Coordinadores). *La nueva epistemología y la salud mental en México*. Horizontes educativos.
- Blos, P. (1971). *Psicoanálisis de la adolescencia*. Editorial Joaquín Mortiz.
- Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2(2), 50-63.
- Código Civil Federal, [C.C.F.], Digitalizado, Diario Oficial de la Federación, 11 de enero de 2021, (México).

Duero, D. G. (2010). Coherencia y composición en el relato autobiográfico: estrategias para su análisis e implicancias para la psicoterapia. *Revista CES Psicología*, 3(2), 18-47.

Fierro Arias, D. y Moreno Hernández, A. (2007). Emerging Adulthood in Mexican and Spanish Youth. Theories and Realities. *Journal of Adolescent Research*, 22(5), 476-503.

https://www.researchgate.net/publication/247721446_Emerging_Adulthood_in_Mexican_and_Spanish_Youth

Freud, S. (1976a). Tres ensayos de teoría sexual. II. La sexualidad infantil (J. L. Etcheverry, Trad.). En *Obras completas* (Vol. VII, pp. 157-188). Amorrortu Editores. (Obra original publicada en 1905).

Freud, S. (1976b). Tres ensayos de teoría sexual. III. Las metamorfosis de la pubertad (J. L. Etcheverry, Trad.). En *Obras completas* (Vol. VII, pp. 157-188). Amorrortu Editores. (Obra original publicada en 1905).

Freud, S. (1976c). Algunas consecuencias psíquicas de la diferencia anatómica de los sexos. (J. L. Etcheverry, Trad.). En *Obras completas* (Vol. XIX, pp. 259-276). Amorrortu Editores. (Obra original publicada en 1925).

Froni, M. (1993) Adolescencia, identidad, crisis. *Revista de la Asociación de Psiquiatría y Psicopatología de la Infancia y Adolescencia*, 11(1-2), 22-26. Recuperado de <http://www.bvpspsi.org.uy/local/TextosCompletos/appia/079737211993111-204.pdf>

García Contto, J. D. (2011). *Manual de semiótica. Semiótica narrativa, con aplicaciones de análisis en comunicaciones*. Universidad de Lima.

García Flores, N. (2021). Fortalecimiento yoico en una adolescente que transita a la adultez. Caso Fanny. *Universidad Iberoamericana León*.
<https://repositorio.iberoleon.mx/server/api/core/bitstreams/81cd69f0-1eb9-4812-9a3e-c83208368415/content>

Grassi, A. y Córdova, N.C. (2010). Entre niños, adolescentes y funciones parentales: psicoanálisis e interdisciplina. Buenos Aires: Editorial Entreideas.

Hernández, G. D. (2019). Transiciones a la adultez en la Ciudad de México. En M. Paredes y L. Monteiro, *Desde la niñez a la vejez: nuevos desafíos para la comprensión de la sociología de las edades* (83-100). Teseo.

Jay, M. (2012) *The defining decade. Why your twenties matter- and how to make the most of them now*. Twelve.

Klein, A. (2020). Concepción de la adolescencia en Peter Blos: la ardua tarea de ser adolescente. *Revista de psicología*, 19(2), 53-64.

Korembliit, M. (2007). ...¿Termina la adolescencia?... Algunas consideraciones teóricas acerca del final de la adolescencia y la caducidad del saber. *Psicoanálisis*, 24(2), 277-296.

López Madrigal, C. (2021). *La transición a la vida adulta: ¿es la juventud de hoy un colectivo "Peter Pan"?* Instituto Cultura y Sociedad de la Universidad de Navarra
<https://www.unav.edu/documents/2832169/32451080/transicion-vida-adulta.pdf/>

Maldavsky, D. (2008). Sobre las investigaciones de caso único y las combinaciones entre ellas, con especial referencia a la perspectiva de la intersubjetividad. *Clínica e investigación relacional*, 2(1), 185-219.

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2023). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Pérez Ayala, C. O. (2019). Relación, proceso psicoterapéutico y sus vicisitudes en el tratamiento psicoanalítico de un adolescente. *Universidad Marista de Mérida*.

Rauda-Gaona, A. (2022). *Adulthood joven, identidad y evolución del relato psicoterapéutico: estudio de caso clínico*. ITESO.

Real Academia Española (RAE) (2023). *Adulto*. <https://dle.rae.es/adulto>

Roussos, A. J. (2007). El diseño de caso único en investigación en psicología clínica. Un vínculo entre la investigación y la práctica clínica. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 16(3), 261-270.

Sánchez Antillón, A. (2022). Teoría y aplicación del análisis narrativo en material transcrito: actantes, atributos y transformaciones. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 28(55), 57-83.

Sánchez Antillón, A., Roque Tovar, B.E., Casillas Arista, C.C., Zohn Muldoon, T.C. (2022). Análisis narrativo de escenas de travestismo y su procesamiento en psicoterapia: posiciones psíquicas del relator. *Clínica e Investigación Relacional*, 16 (1): 258-281. DOI: 10.211110/19882939.2021.160113

- Tahull Fort, J. (2016). La compleja transición de los adolescentes hacia la vida adulta. *Revista de antropología experimental*, (16), 27-44.
- Torres, F., Zacarés, J. J. y García, O. F. (2020). Convertirse en adulto hoy: la transición interminable (Cap. 5). En Sandoval-Obando, E., Serra, E. y García, O. F. (2020). *Nuevas miradas en psicología del ciclo vital*. RiL editores.
- Urrego, D., Jaramillo, G. A., Rodríguez, J. C. y Cardona, J. P. (2016). Sentidos de la externalización del problema en la terapia narrativa. *Revista Fundación Universitaria Luis Amigó*, 3(1), 68-80.
<https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/RFunlam/article/view/1895/1512>
- Vázquez, C. y Fernández Mouján, J. F. (2016). Adolescencia y sociedad. La construcción de la identidad en tiempos de inmediatez. *Psocial*, 2(1), 38-55.
- Valdés, N., Tomacic, A., Pérez, J. C. y Krauze, M. (2010). Sistema de Codificación de la Actividad Terapéutica (scat-1.0): Dimensiones y categorías de las acciones comunicacionales de pacientes y psicoterapeutas. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 19(2), 117-130.
- Valverde Molina, A. I. (2004). *Psicoterapia breve para facilitar o modificar la fase de individuación en un grupo de adolescentes que residen en un hogar sustituto*. Universidad de Panamá.
- Wainer, A. (2012). Estudios de caso único en el campo de la investigación actual en psicología clínica. *Subjetividad y procesos cognitivos*, 16(2), 214-222.

Anexos

Anexo 1: Carta de consentimiento informado



ITESO, Universidad
Jesuita de Guadalajara

MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA PROYECTO PRESENCIA CARTA DE CONSENTIMIENTO

Tlaquepaque; Jalisco a ____ de _____ de 20__.

PRESENTE

Por medio de la presente, en términos del artículo 24 y 31 del Código Civil del Estado de Jalisco, así como en términos del artículo 87 de la Ley Federal del Derecho de Autor, en pleno uso de mis facultades, otorgo mi consentimiento expreso por tiempo indefinido, a título gratuito, para autorizar que se capture por medio de fotografía, voz, imagen, texto y videograbación el contenido de las sesiones de psicoterapia, así como para que este sea utilizado para ser visto, escuchado, leído, y comentado con las y los profesores y sus compañeros(as) de clases dentro de la Maestría en Psicoterapia, siempre y cuando la información que permita que mi persona sea identificable sea debidamente protegida.

Entiendo y manifiesto conocer que quien me atenderá en terapia es estudiante de la Maestría en Psicoterapia y que puede llegar a tener formación académica distinta a la psicología, por lo que, si requiero de algún reporte, dictamen o similar, daré previo aviso a los coordinadores del Proyecto Presencia, para que me canalicen con quien pueda dar esta atención y emitir el documento requerido. Mi propósito de compartir esta información es la mejora continua de la atención brindada y además que el estudiante pueda recibir sugerencias que le ayuden a aprender y a avanzar en su formación como psicoterapeuta.

Entiendo y manifiesto también, que la información sobre mis sesiones será tratada con respeto y en un marco de anonimato y confidencialidad, esto es, mis datos personales de identificación como son mi nombre, así como apellidos serán omitidos al usarse los contenidos de las sesiones de psicoterapia, apegándose así el contenido de las sesiones al proceso de formación e investigación y que tanto sus profesores(as) como los compañeros(as) de clase asumen también este compromiso.

Estoy informada(o) de que en cualquier momento puedo modificar esta decisión y notificársela. Y, en ese caso, el Terapeuta que me sea asignado podrá utilizar los datos únicamente con fines educativos o de investigación, dentro de clases que le favorezcan en su proceso formativo, siempre y cuando se respete mi anonimato.

Tanto mi nombre, imagen como el contenido de las sesiones no tiene mi autorización para ser utilizado en la promoción comercial, o no comercial inclusive, del servicio que otorga el Proyecto Presencia a la comunidad ITESO o externos.

Atentamente,

Nombre completo del
Consultante

Fecha

Firma

Respecto al tratamiento de mis datos personales, el Aviso de Privacidad Integral relacionado con el Proyecto Presencia está disponible para el Usuario, previo al tratamiento de la información del usuario, en el Departamento de Psicología, Educación y Salud.

Anexo 2: Relatos completos

Relatos sesión 3

Bicho

Ese bicho que me dices que llegó y me está atacando, aparte del desinterés, está atacando mucho en mí. Vivo esas peleas de sobre pensar todo, de sentir que todo es superior a mí. He intentado solucionarlo, pero no puedo. Ese bicho no me deja. Me es muy difícil.

No sé si pensaba o pienso que yo era el problema. Ahorita que mencionas el bicho, es cierto. Yo no he sido así siempre, entonces se trata de ese bicho que llegó. No tengo por qué echarme toda la culpa a mí. Me siento más tranquila porque siento que ya no es una pelea constante conmigo misma, sino algo que puedo resolver más fácil.

Servicio

Ya empecé el servicio. La semana pasada, el jueves y viernes estuvimos con los que estaban haciendo su servicio el semestre pasado, entonces estábamos viendo lo que hacían, nos estaban explicando cosas como confirmar la cita de los pacientes y todo eso. Nos dieron el reglamento, lo que íbamos a ver, los pacientes más frecuentes que había. Entonces me fue bien, creo. El lunes no hubo labores, y ayer comencé yo sola. Voy a aprender mucho porque es paciente tras paciente. No hay mucho tiempo para leer su historia clínica, entonces va a ser de rápido, ve lo que tienes que hacer y hazlo.

En lo único que encuentro un poquito de motivación es en mi servicio. Pienso que es mi paciente y tengo que dar lo mejor de mí porque es la vida de una persona. Entonces por ese lado empiezo a prestar interés por los pacientes.

Intentos de mejora

Ahorita he tratado de mejorar eso. Por ejemplo, despertarme un poquito más temprano, por ejemplo, en la semana pasada, apenas comencé mi servicio, entonces desayuné temprano, hice lo que me correspondía, los quehaceres de mi casa, y he intentado hacer ejercicio un día sí y un día no. También empiezo a estudiar y busco cualquier otra cosa para hacer, pero el servicio me está forzando a estudiar, entonces intento leer un poco de todo. Desde la semana pasada intenté estudiar un poco más, si voy en el tren, voy leyendo documentos, desde el jueves empecé a leer. Aprendo poco a poco sobre lo que veo día con día en el servicio porque si no pongo desempeño ahorita que tengo la oportunidad de aprender, después puede que sea más complicado. Después me baño, me arreglo, como y me voy al servicio. Apenas llevo la semana pasada y ésta. Para mi baja autoestima, he intentado hacer ejercicio. Eso es un problema porque lo intento pero lo dejo a medias.

Relatos sesión 4

El bicho ataca

En la semana estuve observando lo que me dijiste. Me di cuenta de que el bicho me ataca más cuando estoy sola, cuando no tengo nada que hacer, cuando voy a realizar una investigación o una tarea, cuando voy a preguntar sobre un trabajo, cuando voy a hacer algo, cuando no tengo un plan o cuando tengo un plan, por ejemplo, que voy a ir a una salida y me agarra en ese momento. No me había puesto sinceramente a pensar en qué momento era cuando más me atacaba, a observarlo, a simplemente vivirlo y ya. No traté de evitar las situaciones ni traté de arreglarlas. Solamente identifiqué de qué maneras me ataca, en qué momentos del día me ataca más, para saber por dónde guiarme.

Me di cuenta el sábado por la noche. No hice nada, solo me quedé en mi casa. Mis papás estaban descansando y mis hermanos salieron. Entonces yo estaba ahí sola. Bueno, estaban mis papás en la casa, pero ellos tenían una película y yo estaba aparte. Entonces estaba ahí y me empecé a sentir desesperada, triste y sin ánimos. Me fui a dormir temprano, como a las 10 ya estaba acostada, pero me dormí como a las 11. También el domingo por la tarde me agarró de repente. Así me agarra de repente. Estaba planeando mi lunes por la mañana. Tenía que levantarme temprano, acompañar a mi mamá al tianguis, llegar a hacer el que hacer, me quería pintar las uñas después, tenía que estudiar algo que iba a ver en el hospital. Y pues no pude, me levanté bien tarde, sonó mi alarma y ni siquiera tenía sueño, fue el simple hecho de estar acostada, y no hice nada en realidad. También en la mañana, todas las mañanas... La semana pasada logré hacer más cosas en la mañana, pero ayer y el lunes no, nomás estaba piense y piense.

Así es el sentimiento, lo que pienso todos los días: me preocupa mucho el futuro, pienso "qué va a ser de mí"; cuando me estoy arreglando, pienso que estoy bien fea, o nada se me ve bien; también veo lo que hacen otras personas en mis estados de WhatsApp o Facebook, que están haciendo algo bonito, o que están en un viaje, o que están trabajando y yo los estoy viendo acostada y me siento triste porque no estoy haciendo nada; también me preocupa los pacientes que vayan a llegar porque a veces voy motivada al hospital pensando que voy a poder con el protocolo que me den, pero otros días no sé si lo que estoy haciendo está bien y me siento muy insegura acerca de lo que estoy haciendo. Me la paso pensando al estar acostada sin hacer nada sobre mi inseguridad y mis miedos. Por eso siempre se me hace tarde y siempre estoy a las prisas, me tengo que bañar rápido y comer en diez minutos o menos, y pienso "ya nada más te cambiaste y no te pudiste arreglar ni nada", "córrele porque ya se te hizo tarde, porque si no, no alcanzas el tren". Siempre pienso en eso: "por estar pensando en una situación y tardarme tanto tiempo, llegas tarde". Bueno, no he llegado tarde al servicio más que ayer, pero fueron 3 minutos solamente, aunque andaba bien apurada corriendo. Todo lo sobre pienso, cualquier situación. Por ejemplo, si un día cometo un error o me equivoco en algo, lo sobre pienso todo el día, todo el tiempo. Y así por varios días hasta que se me olvida. Sinceramente no estoy en el presente. Nomás pienso sobre el futuro y sobre el pasado, pero no hago nada al respecto. Estoy viviendo nada más a ver qué pasa día con día.

Buscando trabajo

Estoy buscando un trabajo por las mañanas. No me acuerdo qué día, pero mi mamá me dijo de uno. Era en unos mariscos, vender tacos en la mañana cuando el muchacho no pudiera, y los sábados y domingos en las tardes. Sí quería, pero no me animé a preguntar ni nada. Mi mamá preguntó por mí, y a los dos días ya estaba ocupado. Me sentí mal porque ni siquiera pude preguntar algo tan fácil y mi mamá lo tuvo que hacer.

Logros

Sí pensé en lo que dices de identificar los pequeños logros. Llevaba tiempo sintiéndome así, no estaba haciendo nada al respecto. Ya empezar a querer mejorarlo, cambiarlo, solucionarlo, es un logro también. Otro logro en las últimas semanas es venir aquí también.

La semana pasada logré hacer más cosas en la mañana, me levantaba temprano y me ponía a investigar un ratito y luego me aburría, me enfadaba. También hice cosas en mi casa, me puse a lavar mis tenis. No me acuerdo qué más. Ayer y el lunes no, nomás estaba piense y piense. Así es el sentimiento.

Soy una persona muy impuntual. También en eso he mejorado. En todas las cosas era bien impuntual, por ejemplo, en la universidad entraba a las 8:00 y llegaba 8:30, ahí sí llegaba tarde, o si tengo una reunión con mis amigos, llego tarde, o si voy a misa, llego tarde. En mi servicio, no, nomás la semana pasada llegué tarde un día como diez minutos, y ayer no fue tanto. Todos los demás días he llegado bien. Y pues aquí tampoco he llegado tarde, es algo que he estado mejorando.

Me cuesta mucho trabajo pensar mis logros, pero algo que puedo identificar es que, entre tantos estudiantes, de los diez cupos que había en el Hospital X, pude entrar. Siento que debo sentirme orgullosa porque fuimos como 120 que nos graduamos y ese hospital era lo mayor, lo que todos querían, entonces alcancé por el promedio. Pero luego pienso que no lo merezco porque no sé muchas cosas o no estoy preparada. Me siento orgullosa, pero a la vez no lo merezco.

Otro logro es el que yo empiece a comprarme mis propias cosas. No lo hago muy seguido, pero ya empiezo a comprarme ropa o zapatos, paso a la tienda y me compro cosas. De hecho, ayer me llegó ropa que compré hace como unos diez días, estoy estrenando ahorita mi regalo para mí misma. También estoy pagando aquí mi terapia. Digo, son pequeñas cosas, pero pues eran cosas que me compraban mis papás.

Yo soy muy católica, y otro logro es llegar puntual a misa e ir todos los días. Había dejado de ir, y a veces pienso que no tengo ganas de ir, pero me levanto y voy. Ya estoy empezando a no faltar cada domingo. También empecé a ir a un taller de oración para jóvenes. Decía que era para jóvenes con cansancio y depresión. Empecé el lunes, y decía que nos iban a enseñar cómo hacer oración. Lo da un matrimonio, están más grandes, pero van más jóvenes al taller. El lunes fue la primer sesión, estuvo muy bonito. Dan

confianza, demostraron que saben mucho, que están preparados, que tienen seguimiento, llevan un libro. Creo que puede funcionar.

Otro logro es el doblar mi ropa, a cada rato saco todo y limpio y vuelvo a doblar mi ropa. Siempre quiero ver limpio mi cuarto. También el despertarme a trabajar los sábados y los domingos. Creo que es todo.

Novio

Con mi novio sí está un poco complicado ahorita. Lo estoy deteniendo, trato de alejarlo, pero él siempre está ahí, esperando. Sí [el bicho] me hace pensar que si no estoy bien, no merezco que las personas estén cerca de mí, y por eso me cuesta mucho trabajo aceptar lo que él hace y trato como de no prestar esa atención o de recibir el cariño que él me da. Entonces es un rollo, porque quiero que esté ahí, pero no quiero que esté ahí. Pienso que si no estoy bien, no puedo ofrecerle nada ahorita. Que si no puedo conmigo misma, no podré mantener esa relación.

El sábado me dijo que saliéramos, que fuéramos por una crepa. Yo le respondí que si otra vez íbamos a hacer lo mismo, que no quería, que mejor me quería quedar en mi casa. Y pues no salimos. En realidad no hacemos siempre lo mismo. El domingo antepasado es cuando habíamos ido por una crepa, solamente por eso lo dije. Cuando me doy cuenta, sí pienso "es que sí eres una manchada". El domingo también me dijo que me acompañaba a misa. Yo le dije que no, que quería ir sola. Siempre trato de alejarlo, y eso hace que ya no pasemos tanto tiempo juntos como antes. Él es muy paciente y me dice que está bien, que me tome mi tiempo. Hay otras veces que, como, por ejemplo, el domingo me dijo que ya estaba afuera de mi casa, y ya pues tuve que salir. Pero otras veces que no quiero salir, me dice que está bien, no se enoja conmigo. A veces hasta le digo que se enoje conmigo, trato de hacer que se enoje, pero no se deja. Yo lo que espero es alejarlo, pero él es muy paciente y muy tranquilo. Si alguien me dice eso a mí, me enojaría, pero él es muy perseverante. Dice que me quiere mucho y por eso está ahí, y sí le creo porque sinceramente no cualquier persona está en tus momentos malos, sobretodo soportando ese cambio de actitud o el querer que se vaya, pero él sigue haciendo cosas para no irse. También le creo porque aunque yo no quiera intentarlo ya, él sí. Me dice que yo no soy así. Ahorita que me estoy dando cuenta de esto, yo ni siquiera sabía que era un bicho, y él así lo piensa porque me dice que yo no soy así. Es muy comprensivo. Siempre intenta hacer algo para que yo me distraiga; si me siento triste, es la persona que me da ese consuelo, ese consejo. Y no es así con todos, si lo ves, es una persona muy seria o muy seca, pero es todo lo contrario a como se ve.

Relatos sesión 14

Servicio

Ya llevo tres meses en el servicio, se me pasó bien rápido. A veces pienso que debería de sentirme muy orgullosa porque fuimos varios graduados y yo estoy en el Hospital X y

es como lo más grande, a lo que todos queríamos entrar porque era lo mejor que había. Pero otras cosas no me lo permiten creerlo.

Ambivalencia avances

Unos días estoy bien y otros días, no tanto. En el día, mientras estoy en el servicio, estoy bien porque estoy ocupada y haciendo mis cosas; pero cuando tengo un momento sola, empiezo a sobrepensar y me pongo triste. Siento que es todos los días, pero por ratitos, o algunos otros días es muy notorio. Pero creo que esta semana no fue tan pesada, solamente así como que en ratitos, durante mis días. Me ponía a escribir [lo del ejercicio de tarea] y me ponía más triste. Cuando tenía que buscar pensamientos alternativos, no encontraba una solución o una justificación para lo que pensaba en ese momento. Me pasó con los finales, porque en algunos sí podía pensar que sí estaba haciendo cosas, pero en otras ocasiones, no encontraba ninguna otra cosa que pueda cambiar ese pensamiento. Entonces con unas cosas sí [me ayudó] y con otras cosas no se me ocurría.

Relatos sesión 16

Novio

El sábado en la fiesta también me enojé mucho con mi novio. Siempre quiero culparlo de todo. Si voy tarde, es su culpa. Él pasó por mí para ir al templo. Yo le decía “ay no, córrele, dale más rápido, ¿por qué te viniste por aquí? Hay más tráfico”. Él es bien distraído también a veces, y en ese momento no fue lo más caballeroso. Yo traía todas mis cosas porque salí con chanclas y en el carro me puse los tacones, y cuando llegamos, se metió y yo me quedé atrás y me enojé. En la misa estaba toda enojada y triste. Por lo mismo de que me regresé a mi casa a ponerme lo que me faltaba, otra vez llegamos tardecito a la fiesta. O sea, no me tardé, pero ya estaban la mayoría de mesas ocupadas, entonces nos sentamos hasta la orilla. Quería echarle la culpa a alguien, y se la echaba a mi novio. Pobre de él. También en la fiesta estuve igual, toda enojada y triste. Mi novio dice que sí le gusta, pero que no sabe bailar, y siempre es un problema que hemos tenido. En ese momento él me decía que fuéramos a bailar, y ya iba a bailar con él, pero no me sentía cómoda. Aparte estaba bien tensa, no disfrutaba hacerlo. Y le dije que nos sentáramos. Él estaba con esa actitud, no sé si porque se molestó porque le quería echar la culpa de todo. No le dije nada a mi novio, solo estaba muy seria. Eran tantas cosas que prefería no hablarlo. Me decían que si quería bailar, y yo decía que así estaba bien. Le dije cuando veníamos en el carro ya en la noche que estaba muy enojada por todo, y ya.

Al día siguiente, me dijo que si nos veíamos, y le dije que no. Yo estaba pensando todo el rato. El lunes le dije que terminábamos, a pesar de que él me decía que no quería terminar. Otra vez fue bien tenso y bien triste. Es como querer que él solucione toda mi vida. Y siento que también le echo mucho la culpa a él. Hasta hoy sigo con mi decisión. Es como si no me importara porque supiera que él aún sigue insistiendo en que no, pero yo sigo tomando esa decisión. También me hizo una carta y me mandó flores. No quisiera tenerlo, pero a la vez sí, y no sé.

Cortar con novio

No sé identificarlo (cuestionar qué quiero yo, no el bicho), y sí intento hacerlo pero es como si me ganara el bicho, porque es como si en ese momento sí fuera el bicho [el que me hace cortar con él], pero después me pongo a pensar y reflexionar ya más a detalle, más tranquila, y ya razonando sobre qué estoy haciendo es cuando pienso en si sí hago lo correcto o no hago lo correcto, si está bien terminar. Porque ese tipo de situaciones son las que a veces no me gustan de él. Son cosas bien mínimas, pero siento que yo lo agrando mucho, y eso me hace pensar en eso (cortarlo). También pienso a veces que no compartimos las mismas cosas, o también pienso en mi situación, el amargarle los momentos a él y que esté lidiando conmigo a veces con mis cambios de humor. Siento que a veces sí [lo amargo con mis cambios de humor] y a veces no. Él es muy paciente y muy lindo, y a pesar de que le responda mal y cambie mi forma de ser con él, él siempre es muy paciente y no me deja de hablar diferente. Solamente si yo hago una grosería, no grosería de palabra, pero sí de actitud, me dice que tranquila, que no haga eso porque después me puedo arrepentir. Pero sí, siempre tiene la misma actitud hacia mí y es muy paciente, porque a veces quisiera sacarlo de esa paciencia para que él reaccione igual que yo, pero no lo he logrado. Él es muy paciente, pero también siento que a veces es muy distraído. Por ejemplo, en ese momento [de la fiesta], con cosas de demostrar un poco de caballerosidad. Antes era más de hacer cosas lindas, o de ser un poco romántico, pero siento que en ese momento, cuando no me sentía tan así (cuando no sentía que era tan lindo), lo habíamos hablado y ahorita es que lo hace de nuevo, pero ahorita en este momento es como si no lo tomara como algo que hace él, sino como que lo hace porque yo le dije que lo hiciera. Como si necesitara que pasara esto para que sea lindo. Ese tipo de cosas no me las tomo en serio cuando estoy molesta, no le agradezco porque pienso que lo está haciendo porque se lo pedí, entonces no cuenta. Ya cuando me siento más tranquila, entiendo que no va a adivinar lo que yo quiero, no puede estar pendiente de todo lo que yo pienso. Así lo siento, pero... sí, creo que sí responde mucho a lo que yo quiero. Siento a veces también que es como si lo estuviera cambiando a mi modo. Como si él no fuera así, pero yo lo estoy queriendo cambiar a algo que yo quiero. Lo veo así porque, por ejemplo, él tampoco era de estar yendo a misa, o así como yo, a esas costumbres, y a momentos sí lo invitaba y me decía que no, y yo me enojaba mucho. Pero luego pensaba en que él no estaba acostumbrado a esto. Está bien que él no tenga esas costumbres, pero yo sí, y yo quiero buscar a una persona que compartamos eso mismo. Eso le decía, y poco a poco fue empezando a hacer las cosas que yo también hago, por ejemplo ir a misa, también fue al taller de oración. A veces no lo siento cómodo, siento que lo hace más por mí, y me siento mal porque es como si lo estuviera cambiando a mi modo, y como si él no hiciera las cosas que a él le gustan. Eso yo también le dije, pero me dijo que no, que lo está haciendo porque le está gustando y porque le está llamando la atención, y que aunque no sepa muchas cosas todavía, él también quiere estar ahí. Pero en sí pienso que lo estoy cambiando a mi modo. Entonces también es una de las razones por las que tomé la decisión era, es por eso. También me siento mal a veces de haberle pedido tantas cosas, porque son cosas así a veces bien simples que yo pienso que cualquier persona las haría porque está enamorada. Él no las hacía.

Ahorita que las hace es como si no me lo tomara en serio. Entonces siento que buscaba cualquier pretexto para alejarlo. Pero también por otro lado, no sé si es el cariño, porque obviamente le tengo cariño. Pero a veces es como si hubiera más contra que pros de estar en una relación ahorita.

Avances frustrados / ambivalencia: iba bien pero ya voy mal

La primer semana me sentí bien. De hecho, muy bien. Esa semana me metí al gimnasio. Creo que hasta el momento voy bien porque no he fallado, solamente no fui un día que fue el día de las madres. De ahí en más, sí estoy siendo constante, espero seguir así. Sí me hace sentir bien, pero quisiera ver resultados súper rápido. Es como si sintiera una desesperación desde el primer día por querer hacer más, más, porque pues necesito bajar de peso. Como estoy yendo con mi novio, él me dijo que me tranquilizara, que ya habíamos hecho suficiente por el día. Esta segunda semana también iba bien, pero el fin de semana me sentí muy mal otra vez, como la vez del Viernes Santo, algo similar. El domingo también me sentí muy triste todo el día, otra vez estuve pensando en mi futuro y todo eso.

Autoestima

El miércoles cuando salimos de nuestra última sesión, de la última vez que nos vimos hace quince días, se me olvidó preguntarle a la de recepción sobre las consultas nutricionales, pero sí lo quiero hacer. Ese día saliendo, fui a comprar el vestido para el sábado. Entonces mi mamá me estaba esperando en el tren, y nos fuimos juntas. Estaban unos enfermeros en la estación tomando la glucosa, la presión, midiéndote y todo eso. Mi mamá me dijo que fuéramos a que nos hagan eso. Y ya pasamos y a mí me pesaron y me midieron. Yo ya tenía tiempo que no me pesaba. Entonces el enfermero me dijo que todo bien con mi azúcar y con mi presión, pero que tenía un poquito de sobrepeso, y me mostró que medía uno sesenta y que pesaba sesenta y nueve. Y eso lo pensé todo el día. Y luego en lo que me medía los vestidos, tenía espejos a mi alrededor, entonces mientras me probaba los vestidos, podía verme de todos los ángulos. Eso también me dio para abajo. Incluso en ese día pensé en que no quería comprar nada porque nada se me veía bien. Y también quería llorar, pero mi mamá me decía que uno se me había visto muy bonito. De hecho era más caro que los demás, pero así como me vio, me dijo que ella me ponía el dinero que me hacía falta. Y ya, pues al final me fui por ese. Todo ese día fue el momento que me hizo tomar la decisión de ir al gimnasio. Ya quería ir anteriormente, pero fue por eso, o sea, por ese momento fue que ya decidí, y fui ese mismo día y me inscribí. Sí me hace sentir bien, pero quisiera ver resultados súper rápido. Es como si sintiera una desesperación desde el primer día por querer hacer más, más, porque pues necesito bajar de peso. Como estoy yendo con mi novio, él me dijo que me tranquilizara, que ya habíamos hecho suficiente por el día.

Sí fue muy fuerte ese día [que compré el vestido], pero no tan fuerte como el sábado que se casó mi amiga y fui su dama. En la fiesta me pasó otra vez lo de la autoestima: no me sentía bien a pesar de que yo había elegido el vestido, había elegido todo y al final no me gustó, y al ver a las demás y el estarme comparando... Entonces desde ahí empezó todo,

también iba súper tarde, entonces ya iba estresada. Me cambié y quería llorar porque no me había gustado, no me gustaba cómo me veía. Me dije que tenía que llegar, entonces traté en ese momento de relajarme y aceptar que ya estaba así. A pesar de que mis papás me decían que me veían bien, yo me sentía estresada. No me gustaba cómo me veía y no pude disfrutar porque no me sentía segura y porque me sentía enfadada con todos. También el pensar que era la misma situación que me había pasado antes en mi graduación todavía me agüitaba más.

Relatos sesión 23

Logros

Esta semana [tuve mis logros]. Siempre íbamos al gimnasio mi novio y yo, y cuando vamos juntos, siempre le pido que le pregunte a las personas si están necesitando las mancuernas. Ayer fui al gimnasio sola y ya lo hice por mí. Me daba vergüenza decirle a las personas que si podíamos alternar, o que me vieran hacer ejercicio. Pero sí fui, hice toda mi rutina. Fue un buen logro. También [tuve mis logros] para pedir algo, para comprar los regalos de mi mamá. Desde la semana pasada quería comprar los aretes, pero me daba vergüenza hasta preguntar. El lunes ya dije que tenía que comprarlos porque ya era el jueves su cumpleaños, pero no me animé. Y ya ayer me animé y los compré.

Recaída

Últimamente me ha dado mucho sentimiento volverme a sentir así, pero más fuerte, como al inicio. En ese momento sí lo sentí como si ya no pudiera divertirme, o como si ya no pudiera encajar con mis amigos. Como si todo lo que hacía que me causaba mucha alegría lo estuviera perdiendo. También siento como si estuviera alejando a las personas, como si yo me estuviera alejando de todo. Tampoco me agrada mucho eso. Y, o sea, sí, es muy cierto lo que dices de que me estoy permitiendo sentir. Pero también es como si a la vez me estuviera alejando de todo por permitirme sentir esto. Siento como si lo estuviera perdiendo todo, más que a mi familia que siempre ha estado. Pero siento que todo lo demás lo estuviera perdiendo: mis amigos, mi novio, mi felicidad, mi estabilidad, mi capacidad... Por ejemplo, cuando entré a la carrera, me gustaba mucho estudiar sobre lo que me llamaba mucho la atención. Ahorita no lo estoy haciendo. Me preocupa que está en mí. A veces soy muy débil. Siento que caigo muy rápido en los pensamientos, pero pues sí se puede.

Relatos sesión 26

Bicho

Podría romper el dibujo del bicho [para representar que esta etapa ya quedó atrás y que ahora me voy a enfocar en mí]. No me gustaría tirarlo porque, aunque tuve episodios muy feos con el bicho, siento que también fue un proceso en el que me ha estado ayudando

a mejorar. Si no hubiera estado presente el bicho, nunca hubiera tenido estos procesos, y no sé dónde estaría en este momento. Siento que me ha estado ayudando también después de todos los episodios tristes a mejorar.

Búsqueda de trabajo

Terminé el servicio hace tres semanas. Ya solo voy a tener mi trabajo de los fines de semana. Va a estar como de... Pero me siento más centrada. Bueno, mucho más centrada. Sé que tengo que conseguir un trabajo, y ya lo estoy buscando, estoy haciendo mi currículum. No me puedo adelantar a cosas que todavía no pasan. He estado centrada en mi presente. No me está atacando el bicho.

Logros

[Del 0 al 10,] hace siete meses me sentía en un dos por mi bicho y todo lo que sentía: me sentía muy inútil para hacer todas mis cosas, me sentía alejada de todos mis amigos, sentía lejos a todas las personas, estaba muy irritada, muy impaciente, tenía todo muy revuelto, no me podía concentrar en nada de mis tareas, no podía vivir los momentos bonitos que me estaban pasando, mi autoestima. Siento que todo ese enredo ha estado tomando su lugar. Ahorita ya estoy en un seis, principalmente por platicar todo aquí contigo. Me ayudó a ver las cosas desde otra perspectiva. También con los ejercicios que hemos estado haciendo: el darme cuenta de que es un bicho y que está bien sentirlo, identificar las cosas que me hacen sentir bien, trabajarlas, la tabla de mis objetivos. El estar simplemente contigo platicando y recibiendo consejos de alguien que sabe ayuda mucho. Siento que antes estaba en mi idea y no salía de ahí. Ver las otras perspectivas que me daban era como ver un poquito más allá de lo que solamente yo veía. Ahorita reflexiono que por qué no lo veía así desde un principio.

[Para seguir avanzando del seis al diez] siento que me falta seguir trabajando mi seguridad y mi autoestima. Todavía vienen momentos en los que estoy sola y pienso si realmente llegaré a donde quiero o si estaré haciendo las cosas bien, aunque ya no son estos momentos como antes. Siento que todavía falta cambiar esos pequeños pensamientos que a veces se me vienen. Ya no son diario, pero sí en ratitos. Por ejemplo, antes se me venían cinco pensamientos, ahora se me vienen dos. Sé que no me puedo sentir segura todo el tiempo, y no es que no vaya a pensar en nada, pero sí siento que todavía necesito trabajar esa parte más.

Proceso / avances / mejoras

La tablita que me dejaste de los objetivos me ayudó a guiarme, estuve meditando. Cada que pasaban estas situaciones en las que me agarraba pensando sobre mi estrés, reflexionaba "¿entonces qué tengo que hacer para solucionar eso?". Por ejemplo, en el momento en el que salí del servicio dije "bueno, terminé, ¿ahora qué tengo que hacer?". La primera semana, el bicho me hacía pensar "es que no estás haciendo nada", pero reflexioné "Pues es que sí estoy haciendo algo, ya terminé la carrera, ya terminé mi servicio, y todo tiene un proceso". Y ahora pues estoy buscando trabajo, no es como que

esté... Pues sin hacer nada. También ayer que estaba viendo un estado de unas amigas de mi generación que abrieron un consultorio empecé a pensar: "¿y yo qué estoy haciendo?", pero después reflexioné que es su momento, ellas quizá trabajaron desde antes para poder tenerlo, y a cada uno se le presentan oportunidades diferentes. Reflexioné que si quiero algo, tengo que hacer cosas antes, no puedo ya desde ahorita tener un súper empleo de terapia física. Puedo ir empezando poco a poquito para llegar a ese objetivo que quiero. Todos me decían que apenas salí [de la carrera], pero antes me entraba por un oído y me salía por otro.

He estado trabajando más con mi espiritualidad porque he estado yendo a misas, a Horas Santas, a las actividades del grupo, a los rosarios. Antes iba, pero estaba pensando nomás, no estaba realmente ahí en el momento. Me he dado la oportunidad de vivirlo y sentirlo. También he estado trabajando conmigo misma, de lo que estoy sintiendo. Trato de no reprochármelo tanto. Ha cambiado mucho mi forma de pensar en ese aspecto. En realidad, esa es mi forma de pensar, no la del bicho. He estado trabajando mucho en diferenciar: ¿qué haría Emma y qué hace el bicho?

Cambiar mi forma de pensar me ayudó. Ya no estoy tan irritable con las personas: con mi novio, mis papás y mis hermanos. Siempre he sido muy paciente, pero con el bicho empecé a hacerme irritable, me enojaba por todo, por cualquier cosa mínima. Ahorita ya mi forma de ser es mejor. También estas últimas semanas he tenido una mejor relación con mi novio, he sido más paciente y más comprensible, mi forma de ser ha sido mejor. No me he estado enojando por todo, he puesto de mi parte, por ejemplo, antes me decía algo y a mí me molestaba, ahora lo he tomado de una manera más tranquila, intento responderle de buena forma, no como lo hacía antes; o también en darle un detalle o decirle lo que siento. Estarle comunicando que a veces no me siento bien ayuda a mejorar la relación. Veo que mi novio se siente más cómodo y más a gusto. Antes me decía que no pasaba nada, pero notaba que se desesperaba o no sabía qué hacer. Siento que ahorita está más tranquilo.

Con mis hermanos, era más impaciente con el menor. Pues es un adolescente, es humano, muy inquieto y desordenado. He tratado de entender que así es su forma de ser, de no enojarme cada que hacer algo que no me parece, porque somos muy distintos. He estado trabajando mi paciencia con él. También con mi abuelita he sido más paciente. Empezaba a tener pensamientos de desesperación y de impaciencia con ella. Ahora ya disfruto convivir con ella, ya no lo siento como una carga pesada para mí.

Me falta mejorar, pero me siento mucho mejor

Servicio

Terminé el servicio hace tres semanas. En el momento en el que salí del servicio dije "bueno, terminé, ¿ahora qué tengo que hacer?". La primer semana que salí del servicio era como si no estuviera haciendo nada productivo. El bicho me hacía pensar "es que no estás haciendo nada". Pero reflexioné "Pues es que sí estoy haciendo algo, ya terminé la carrera, ya terminé mi servicio, y todo tiene un proceso". Ya estoy haciendo algo por

controlar al bicho: estoy haciendo el proceso de titulación, de llevar mis papeles, recolectar firmas, no solo pensando en qué voy a hacer después del servicio. Y ahora pues estoy buscando trabajo, no es como que esté... Pues sin hacer nada. Me siento más centrada, más tranquila, sé que tengo que conseguir un trabajo. El bicho sigue estando presente, pero ha disminuido. Me he sentido mejor.

Anexo 3: Análisis actancial (tablas completas)

Bicho

Modelo actancial: relato <i>bicho</i> sesión 3			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Problemas	Emma	Solucionar
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Bicho	Desinterés, sobrepensar, sentirse chiquita	Emma
	Terapeuta	Bicho que llegó y te está atacando	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Saber que no es ella	Emma	Bicho
	Terapeuta		

Modelo actancial: relato <i>el bicho ataca</i> sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Estar sola	Emma	Estar acompañada
	Sentirse desesperada, triste y sin ánimos	Emma	Sentirse bien
	Levantarse tarde	Emma	Levantarse temprano
	Estar acostada, no hacer nada, pensar	Emma	Hacer muchas cosas (acompañar a mamá al tianguis, quehacer, pintar las uñas, estudiar)
	Estar acostada viendo estados	Emma	Trabajar, viajar
	Triste por no hacer nada	Emma	Realizada por hacer lo que quiere
	Insegura de sí misma, incapacidad con pacientes	Emma	Motivación servicio, capacidad con pacientes
	Impuntualidad y prisas (por pensar en sus preocupaciones, inseguridad y miedos)	Emma	Puntualidad
	No estar en el presente por sobrepensar	Emma	Estar en el presente
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta	Observar al bicho	Emma
	Estados de Whatsapp o Facebook	Lo que hacen otras personas (algo bonito, viaje, trabajar)	Emma
	Emma	Autocríticas (estoy bien fea, nada se me ve bien)	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Terapeuta	Emma	Bicho

Modelo actancial: relato <i>bicho</i> sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Tirar el dibujo del bicho	Emma	Romper el dibujo del bicho
	Seguir igual	Emma	Mejorar
	Episodios tristes y feos	Emma	Episodios alegres y bonitos
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Si no hubiera estado presente el bicho, nunca hubiera tenido estos procesos, y no sé dónde estaría en este momento	Terapeuta Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Bicho	Emma	Bicho

Buscar trabajo

Modelo actancial: relato <i>buscando trabajo</i> sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Desempleo	Emma	Trabajo
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Mamá	Trabajo	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Mamá	Emma	Emma

Modelo actancial: relato <i>búsqueda de trabajo</i> sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Solo tener el trabajo de los fines de semana	Emma	Conseguir un trabajo
	Sentirse perdida / desubicada	Emma	Sentirse centrada
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	No me puedo adelantar a cosas que todavía no pasan	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma haciendo currículum, buscando trabajo, centrada en el presente	Emma	Bicho

Logros

Modelo actancial: relato <i>logros</i> sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Sentir que no avanza	Emma	Identificar logros
	Sentirse mal	Emma	Mejorar, cambiar, solucionarlo, ir a terapia
	No hacer nada, estar piense y piense	Emma	Hacer más cosas en la mañana (levantarse)

			temprano, investigar, lavar tenis)
	Impuntualidad	Emma	Puntualidad
	No quedar en el Hospital X	Emma	Entrar al Hospital X al servicio
	Que sus papás le compraran todo	Emma	Comprarse sus propias cosas (ropa, zapatos, terapia)
	No tener ganas de ir a misa	Emma	Llegar puntual a misa
	No hacer nada	Emma	Ir a un taller de oración para jóvenes
	No hacer nada	Emma	Doblar ropa y limpiar cuarto
	No hacer nada	Emma	Despertarse a trabajar sábados y domingos
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta	Identificar pequeños logros	Emma
	Emma	No merezco porque no sé muchas cosas o no estoy preparada	Emma
	Emma	Me siento orgullosa, pero a la vez no lo merezco	Terapeuta
	Matrimonio	Taller para jóvenes con cansancio y depresión / confianza	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Terapeuta	Emma	Emma
	Emma	Emma	Síntomas

Modelo actancial: relato logros sesión 23			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	No poder ir al gimnasio sola	Emma	Ir al gimnasio sola
	No atreverse a pedir algo, no comprar lo que quería	Emma	Pedir algo y comprar el regalo de su mamá
	Preguntar	Emma	Comprar aretes
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Pregúntale a las personas si están necesitando las mancuernas	Novio
	Emma	¿Están usando las mancuernas?	Personas en el gimnasio
	Emma	Tengo que comprarlos porque el jueves es su cumpleaños	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma	Emma	Vergüenza

Modelo actancial: relato <i>logros</i> sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Sentirse inútil para hacer cosas, alejada de amigos, lejos a todas las personas, irritada, impaciente, revuelta, sin concentrarse en tareas, sin vivir momentos bonitos, sin autoestima	Emma	El enredo ha estado tomando su lugar
	Estar sola y pensar, desconfiar de sí misma	Emma	Seguir trabajando seguridad y autoestima
	Inseguridad	Emma	Cambiar pensamientos
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta (alguien que sabe)	Consejos	Emma
	Terapeuta	Otras perspectivas	Emma
	Emma	¿Por qué no lo veía así desde un principio?	Emma
	Emma	¿Realmente llegaré a donde quiero? ¿Estaré haciendo las cosas bien?	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Terapia, ejercicios (darme cuenta de que es un bicho y está bien sentirlo, identificar las cosas que me hacen sentir bien, trabajarlas, tabla de objetivos), estar con terapeuta platicando	Emma (ver las cosas desde otra perspectiva)	Bicho
	Seguir trabajando en ella misma	Emma	Pensamientos

Novio

Modelo actancial: relato <i>novio</i> sesión 4			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Que no esté novio	Emma	Que esté novio
	Que esté novio	Emma	Que no esté novio
	Salir con novio a hacer siempre lo mismo	Emma	Quedarse en casa
	Que se quede novio	Emma	Alejar a novio
	No apoyarla siendo impaciente	Novio	Apoyar a Emma siendo paciente
	Que sea paciente y tranquilo	Emma	Que se enoje novio
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Bicho	Si no estás bien, no mereces que las personas estén cerca	Emma
	Novio	Salir por una crepa	Emma

	Emma	No quiere hacer siempre lo mismo	Novio
	Emma	Eres una manchada	Emma
	Novio	Te acompaño a misa	Emma
	Emma	Quiero ir sola	Novio
	Novio	Está bien, tómate tu tiempo	Emma
	Novio	Estoy aquí ya	Emma
	Novio	No me enojo contigo, está bien	Emma
	Emma	Enójate conmigo	Novio
	Novio	Te quiero mucho y por eso estoy aquí	Emma
	Emma	Creerle que la quiere	Novio
	Novio	Tú no eres así (yo no sabía que era un bicho y él así lo piensa)	Emma
	Novio	Distraer, consolar, aconsejar	Emma triste
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Novio	Emma	Emma
			Bicho
	Novio	Relación de pareja	Emma que no está bien
	Emma	Emma	Novio
	Bicho		

Modelo actancial: relato novia sesión 16			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Solucionar mi vida	Emma	Que novio solucione toda mi vida
	Responsabilizarse	Emma	Echarle la culpa a novio
	Tener a novio	Emma	No tener a novio
	No tener a novio	Emma	Tener a novio
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Novio	Nos vemos? (domingo)	Emma
	Emma	No	Novio
	Emma	Pensando	Emma
	Emma	Terminamos (lunes)	Novio
	Novio	No quiero terminar	Emma
	Novio	Carta, flores	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Enojo, tristeza	Emma (conseguir lo que quiere)	Novio (culpable de todo)
	?	Emma tomando decisiones	Novio insistiendo en no cortar

Modelo actancial: relato cortar con novio sesión 16			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Ese tipo de situaciones, cosas bien mínimas (distráido, no caballeroso)	Emma	Novio atento, caballeroso
	Novio paciente	Emma	Sacar a novio de su paciencia y que reaccione igual que ella
	Novio distraído	Emma	Novio atento, caballeroso, lindo, romántico
	Cambiar a novio a su modo, que se acople a sus costumbres (misa)	Emma	Buscar a una persona con quien comparta costumbres (misa)
	No diferenciar si es ella o el bicho hablando	Emma	Cuestionar qué quiere ella y qué quiere el bicho
	No tener a novio	Emma	Tener a novio
	Tener a novio	Emma	No tener a novio
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Responderle mal, cambiar su forma de ser con él	Novio
	Novio	Es paciente y no me deja de hablar diferente	Emma
	Emma	Actitud grosera	Novio
	Novio	Tranquila, no hagas eso porque después te puedes arrepentir	Emma
	Emma	Quejas sobre novio	Terapeuta
	Emma	Hablar sobre no sentir que era tan lindo	Novio
	Emma tranquila	Entiende que novio no va a adivinar lo que ella quiere, que no puede estar al pendiente de lo que piensa	Emma alterada / post crisis?
	Emma	Invitar a misa	Novio
	Novio	Rechazar invitación de misa	Emma
	Emma	Quiero buscar a una persona que compartamos costumbres	Novio
	Emma	Siento que te estoy cambiando a mi modo, que haces algunas cosas por mí (ir a misa o al taller de oración) y no estás cómodo, no haces las cosas que a ti te gustan	Novio

	Novio	No, lo estoy haciendo porque me está gustando y llamando la atención	Emma
	Emma	No sé identificar qué quiero	Terapeuta
	Bicho	Corta con tu novio	Emma
	Emma	¿Hago lo correcto?	Emma
	Emma	Eso es lo que no me gusta de él	Terapeuta
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma	Cuestionar qué quiero yo y no el bicho	Bicho
	Bicho	Cortar con novio	Novio
	Emma pensando y reflexionando más a detalle	Pensar sobre lo correcto: terminar o no	Bicho me hace cortar con él
	Agrandar los errores pequeños de novio	Cortarlo	Minimizar lo que no le gusta de novio
	Razones para cortar con novio (no compartir las mismas cosas, mi situación, amargarle los momentos y que lidie con mis cambios de humor)	Cortar con novio	Paciencia novio
	Amargar a novio con cambios de humor	Cortar con novio	No amargar a novio con cambios de humor
	Emma grosera	Cortar con novio	Novio paciente y comprensivo
	Novio lindo y caballeroso	Mejorar relación	Emma lo desvalora porque cree que solo lo hace porque le dijo que lo hiciera
	Molestia	No tomar en serio a esfuerzos de novio	Novio perseverante
	Novio responde a lo que yo quiero	Cortar con novio	Emma reflexiva: no puede adivinar lo que yo quiero
	Enojo	Novio cambia y es más detallista	Emma desvalorando cambios de novio
	Emma diciéndole a novio que quiere buscar a alguien con quien comparta costumbres	Novio cambia y comienza a ir a misa o al taller de oración	
	Novio cambiando a modo de Emma	Cortar con novio	Novio esforzándose
	Culpa	Desvalorizar esfuerzos novio	Cariño

Servicio

Modelo actancial: relato <i>servicio</i> sesión 3			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Falta de experiencia	Emma	Aprendizaje
	Dar un pal servicio a los pacientes	Emma	Dar lo mejor de sí misma a los pacientes
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Los que estaban haciendo el servicio el semestre pasado	Capacitación (confirmar cita, reglamento, temas, pacientes frecuentes)	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Servicio	Emma	Tiempo
	Emma	Pacientes	Desinterés
	Pacientes uno tras otro	Emma	Desinterés

Modelo actancial: relato <i>servicio</i> sesión 14			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Hacer el servicio en otro lugar	Egresados fisioterapeuta	Hacer el servicio en el Hospital X
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Debería sentirme orgullosa	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Hospital X deseado	Emma orgullosa	Inseguridades, miedos y preocupaciones

Modelo actancial: relato <i>servicio</i> sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Solamente pensar qué hacer después del servicio	Emma	Hacer algo por controlar al bicho (proceso de titulación, llevar papelas, recolectar firmas)
	No hacer nada	Emma	Buscando trabajo
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Bueno, terminé, ¿ahora qué tengo que hacer?	Emma
	Bicho	No estás haciendo nada	Emma
	Emma	Sí estoy haciendo algo, ya terminé la carrera, terminé mi servicio, todo tiene un proceso	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma	Emma	Bicho

Ambivalencia en la mejora

Modelo actancial: relato <i>intentos de mejora</i> sesión 3			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Empeorar	Emma	Mejorar (despertar más temprano, hacer lo que le toca, quehacer, ejercicio, estudiar, leer)
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Libros / documentos	Estudio / información sobre su carrera	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Servicio	Emma	Dejar a medias lo que quiere hacer (estudio, ejercicio)
	Ejercicio	Emma	Baja autoestima

Modelo actancial: relato <i>ambivalencia avances</i> sesión 14			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Estar sola sobrepensando y sintiéndose triste	Emma	Estar ocupada haciendo sus cosas
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	El ejercicio de la tarea de terapia me pone triste	Terapeuta
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Servicio / ocupaciones	Emma	Soledad / sobrepensar
	Ejercicio de buscar pensamientos alternativos	Emma	No encontrar solución / pensamientos alternativos

Modelo actancial: relato <i>avances frustrados / ambivalencia: iba bien pero ya voy mal</i> sesión 16			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Sentirse triste	Emma	Sentirse bien
	Seguir igual	Emma	Ver resultados rápido
	Ir lento, con calma, normal	Emma	Hacer más, más
	Mantener el peso	Emma	Bajar de peso
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	El fin de semana me sentí muy mal otra vez	Terapeuta
	Novio	Que me tranquilizara, que ya habíamos hecho suficiente por el día	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Emma constante en el gym	Emma	Desesperación
	Novio	Emma	Desesperación
	?	Emma	Pensar en el futuro

Modelo actancial: relato <i>recaída</i> sesión 23			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Volverse a sentir como al inicio	Emma	Sentirse mejor
	No divertirse	Emma	Divertirse
	No encajar con sus amigos	Emma	Encajar con sus amigos
	No hacer nada que le cause alegría	Emma	Lo que hace que le cause alegría
	Alejar a las personas	Emma	Estar cerca de las personas
	Perderlo todo: amigos, novio, felicidad, estabilidad, capacidad	Emma	Tenerlo todo (?)
	No estudiar	Emma que entró a la carrera	Estudiar
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Emma	Soy muy débil	Terapeuta
	Terapeuta	Te estás permitiendo sentir	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Familia	Emma cercana de las personas	Permitirse sentir
	Emma que se siente débil y preocupada por la responsabilidad (me preocupa que está en mí)	Emma	Pensamientos

Modelo actancial: relato <i>proceso / avance / mejoras</i> sesión 26			
Eje 1: deseo	Objeto -	-> Sujeto ->	Objeto +
	Estar perdida	Emma	Guía
	Hacer nada	Emma	Buscar trabajo
	Desempleo	Emma	Súper empleo de terapia física
	Desconcentrada? (estaba pensando nomás, no estaba realmente ahí en el momento)	Emma	Espiritualidad (misas, horas santas, actividades del grupo, rosarios)
	Reprocharse lo que siente	Emma	No reprocharse tanto lo que siente
	Estar irritable con novio, papás y hermanos, enojarse por todo	Emma	Ser paciente
	Enojarse por todo	Emma	Mejor relación con novio (más paciente y comprensible, poner de su parte, tomárselo tranquila, responder de buena forma, darle un detalle, decirle lo que siente)

	Impaciente, enojarse cada que hace algo que no le parece	Emma	Entender a hermano menor, ser paciente
	Desesperarse y ser impaciente con abuelita, sentirla como una carga pesada	Emma	Ser paciente con abuelita, disfrutar convivir con ella
	Malestar (desempleo, desconcentrada, irritable, desesperada, impaciente)	Emma	Bienestar (laboral, espiritual, relacional); mejorar
Eje 2: comunicación	Destinador ->	Objeto ->	Destinatario
	Terapeuta	Tablita de objetivos	Emma
	Emma	Reflexionaba qué tenía que hacer para solucionarlo	Emma
	Emma	Terminé, ¿ahora qué tengo que hacer?	Emma saliendo del servicio
	Bicho	No estás haciendo nada	Emma
	Emma	Sí estoy haciendo algo, ya terminé la carrera, ya terminé mi servicio, todo tiene un proceso	Emma
	Estado redes sociales	Amigas de generación abriendo consultorio	Emma
	Emma	¿Y yo qué estoy haciendo?	Emma
	Emma	Reflexioné que es su momento, ellas quizás trabajaron desde antes para poder tenerlo, a cada uno se le presentan oportunidades diferentes	Emma
	Emma	Reflexioné que si quiero algo, tengo que hacer cosas antes, puedo ir empezando poco a poquito para llegar a ese objetivo que quiero	Emma
	Todos	Apenas saliste de la carrera (me entraba por un oído y me salía por otro)	Emma
	Emma	¿Qué haría Emma y qué hace el bicho?	Emma
	Emma	A veces no me siento bien	Novio
	Novio antes	No pasa nada (se desesperaba, no sabía qué hacer)	Emma
Eje 3: poder	Ayudante ->	Sujeto	<- Oponente
	Tablita de objetivos	Emma	Pensar sobre estrés
	Emma	Emma	Compararse

	Emma estando presente, dándose la oportunidad de vivir y sentir	Emma	Estar sin estar, pensar, distraerse
	Emma cambiando forma de pensar y ser	Emma	Bicho
	Comunicación	Relación de pareja	Irritabilidad del bicho