

# 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



## Adultez joven, identidad y evolución del relato psicoterapéutico: estudio de caso clínico.

---

Trabajo recepcional para obtener el grado de  
**MAESTRA EN PSICOTERAPIA**

Presenta: Andrea Rauda-Gaona

Asesor: Bernardo Enrique Roque Tovar

Tlaquepaque, Jalisco. Enero de 2024

Dedicado a mi adultez joven,  
y a la facultad de disfrutarla.

Agradezco a mis padres, Eduardo y Margarita  
por apoyarme, fortalecerme y por estar, incluso en la distancia.

Agradezco a la Dra. Elvira Orozco Gómez  
por inspirar mi camino como estudiante de psicología,  
así como el tema del presente trabajo.

Agradezco a mi asesor, el Dr. Bernardo Roque,  
por los chistes de cada asesoría, la amable paciencia  
e inspiración en el desarrollo del presente trabajo.

Agradezco a mi psicoterapeuta, Mths. Adriana Morales,  
por acompañar mi camino y ayudarme a comprenderlo.

Agradezco a César Moreno por acompañar  
el miedo a terminar este documento y a  
Génesis Morales por alimentarnos en el proceso.

## ÍNDICE

Resumen .....	6
Abstract .....	7
1. Introducción .....	8
2. Planteamiento del problema .....	11
3. Fundamentación teórica .....	26
3.1 Adultez .....	26
3.2 Adultez joven.....	30
3.3 Retos y dificultades de la adultez joven .....	33
3.4 Identidad .....	39
3.5 Relatos e identidades.....	42
3.6 Relatos en la práctica psicoterapéutica.....	43
4. Fundamentación Metodológica.....	50
4.1 Estrategia: Estudio de caso clínico sistematizado.....	50
4.2 Método: Análisis Estructural del relato .....	52
4.3 Descripción del caso .....	62
4.4 Consideraciones éticas .....	66
5. Análisis de Resultados .....	67
5.1 Adultez Joven.....	68
5.1.1 Análisis Estructural del Relato: Adultez Joven .....	83
5.1.1.1 Situación Inicial:.....	83
5.1.1.2 Complicación/disparador 1:.....	84
5.1.1.3 Acciones/evaluación: .....	85
5.1.1.4 Resolución/disparador 2: .....	86
5.1.1.5 Situación Final: .....	87

5.1.1.6 Moraleja: .....	89
5.2 Identidad .....	90
5.2.1 Análisis Estructural del Relato: Identidad.....	97
5.2.1.1 Situación Inicial: .....	97
5.2.1.2 Complicación/disparador 1:.....	98
5.2.1.3 Acciones/evaluación: .....	100
5.2.1.4 Resolución/disparador 2: .....	101
5.2.1.5 Situación Final: .....	102
5.2.1.6 Moraleja: .....	104
5.3 Diálogo con autores .....	105
6. Conclusiones .....	119
Referencias .....	122
Anexos .....	130
Consentimiento informado: .....	130

## Resumen

En el presente trabajo de obtención de grado se hace el estudio de caso clínico sistematizado de un adulto joven de 27 años con dificultad para adaptarse a su etapa del desarrollo. Se abordan los conceptos teóricos de la adultez joven, un concepto posmoderno que no está determinado claramente desde ramas como la psicología, antropología y biología, y que forma parte de la construcción de la identidad porque ambas requieren experiencias para su consolidación. El trabajo resulta valioso porque utiliza el análisis estructural del relato para dividir el discurso del consultante en unidades de estudio que pueden ser analizadas en su evolución a lo largo de 15 sesiones de consulta psicoterapéutica. Se trata de un estudio de caso clínico sistematizado que busca describir la evolución de la narrativa dentro de la consulta terapéutica de un consultante que se encuentra en la etapa de la adultez joven y se enfrenta a la crisis de la adaptación a la misma. En el diálogo con los autores se conectan los conceptos teóricos con los extractos sistematizados en un esquema de Adam. Se concluye que el consultante sí generó mejoras en su relato gracias al proceso psicoterapéutico, cumpliendo los objetivos del estudio. Sin embargo, para el caso estudiado queda el área de oportunidad pendiente de asumir por completo la identidad de adulto joven, sin miedo a asumir las responsabilidades que ello implica. Para futuras investigaciones se recomienda hacer el estudio de un proceso psicoterapéutico completo, y no sólo las primeras sesiones.

Palabras Clave: Adultez Joven. Identidad. Estudio de caso clínico. Análisis estructural del relato. Esquema de Adam. Psicoterapia.

## **Abstract**

In the present work to obtain a degree, the systematized clinical case study of a 27-year-old young adult with difficulty adapting to his stage of development is carried out. The theoretical concepts of young adulthood are addressed, a postmodern concept that is not clearly determined from branches such as psychology, anthropology and biology, and that is part of the construction of identity because both require experiences for their consolidation. The work is valuable because it uses the structural analysis of the story to divide the consultant's discourse into study units that can be analyzed in their evolution throughout 15 psychotherapeutic consultation sessions. This is a systematized clinical case study that seeks to describe the evolution of the narrative within the therapeutic consultation of a client who is in the stage of young adulthood and faces the crisis of adaptation to it. In the dialogue with the authors, the theoretical concepts are connected with the extracts systematized in an Adam scheme. It is concluded that the consultant did generate improvements in his story thanks to the psychotherapeutic process, fulfilling the objectives of the study. However, for the case studied, the area of opportunity remains pending to fully assume the identity of a young adult, without fear of assuming the responsibilities that this implies. For future research, it is recommended to study a complete psychotherapeutic process, and not just the first sessions.

Keywords: Young Adulthood. Identity. Clinical case study. Structural analysis of the story. Adam's scheme. Psychotherapy.

## 1. Introducción

Existen diversas organizaciones y teóricos que definen la adultez joven, sin embargo, las definiciones y clasificaciones por edad difieren al momento de ser comparadas. La adultez joven debería ser categorizada en una etapa diferente a la adolescencia y a la adultez porque son una población que resulta tener altos niveles de problemas sobre salud mental, uso de sustancias, condiciones de salud y reproducción. (Higley, 2019). Es una etapa del desarrollo humano que no había sido conceptualizada socialmente hasta hace pocos años.

La adultez joven se entiende como el periodo de la vida que está entre la adolescencia y la adultez, un punto en el que el individuo está en la búsqueda de herramientas para consolidar su independencia. Arnett (2000) explica que la década de los 20 a los 30 años carece de una denominación evolutiva específica, lo cual “dificulta delimitar conceptualmente la riqueza y variabilidad psicológica de estas personas” (Uriarte, 2015, p.280).

A lo largo del tiempo, las etapas del desarrollo y la forma en que se experimentan a nivel social e individual serán naturalmente modificadas dependiendo de las variantes en el contexto sociocultural, esto hace necesario estudiar esta etapa del desarrollo. En específico la adultez joven es un tema que requiere más estudio, porque existe poca sistematización que permita definir el concepto a niveles teóricos y prácticos en la psicoterapia.

Por lo que el presente trabajo de obtención de grado busca describir el estudio del proceso psicoterapéutico con un adulto joven; para su indagación se utilizará el análisis estructural del relato como el método que permita deconstruir el



discurso de un consultante y dividirlo en unidades de estudio que determine los cambios en el relato a lo largo de la consulta.

En el capítulo uno del texto se encuentra la introducción al trabajo, donde se describe cada apartado y su contenido de forma general.

El capítulo dos contiene el planteamiento del problema, que habla de la construcción de narrativas a través de relatos que se arman gracias a la experiencia, de la etapa de la adultez joven, sus características y la formación de su identidad a través de los mismos relatos; se mencionarán estudios previos en torno al tema y los objetivos de la investigación.

En el capítulo tres se puede leer la fundamentación teórica que desarrolla la adultez, la identidad y los relatos en la práctica terapéutica. Esta sección busca explicar cada uno de los conceptos teóricos anteriormente descritos para delimitar el análisis del relato. Los apartados irán de lo general a lo particular, iniciando por la conceptualización de la adultez, entendida como una etapa del desarrollo, para después concretarse en la adultez joven, descrita como un periodo de adquisición de habilidades previo a la adultez, y a continuación describir los retos, internalizados y externalizados de la misma.

Después, en la misma fundamentación teórica se hablará de la identidad, descrita con amplitud para explicar lo que es una construcción individual y cultural que se va construyendo con las experiencias. Luego se hablará de los relatos y la construcción de la identidad, conceptos inevitablemente conectados gracias a que el relato construye una narrativa gracias a la cual se conforma la identidad. Y, por

último, la fundamentación teórica describirá cómo es la consulta psicoterapéutica, y se especificará cómo el relato es una unidad de estudio importante en ese espacio.

En el capítulo cuatro se desarrolla la fundamentación metodológica, que explica el estudio de caso, lo vincula con la práctica clínica y explica la técnica para evaluar la validez del tratamiento en una investigación en psicoterapia, a través de la sistematización. También se abordará el análisis estructural del relato, se describirá el método y cuáles son los elementos a tomar en cuenta al momento de deconstruir el relato. Se describirá el caso analizado en el presente estudio y sus consideraciones éticas.

El capítulo cinco presenta los resultados del análisis estructural del relato, donde se desmenuza el relato, dividiéndolo en unidades de estudio a través de un esquema propuesto por Adam, y posteriormente se analizan desde la teoría del análisis estructural del relato. Por último, se realiza un diálogo con autores para determinar los avances en el relato; mientras que el capítulo seis ofrece las conclusiones del trabajo.

## **2. Planteamiento del problema**

Feixa (2000) describe la evolución histórica de la etapa de transición a la adultez a través de la metáfora de la tecnologización de los relojes. Explica que un reloj de arena, un modelo premoderno de principios de la industrialización, describe una etapa donde la transición a la adultez era cíclica del tiempo y tradicional, sin autonomía de la cultura parental y donde el consumo cultural se reducía a lo local; un reloj analógico es la representación de un modelo moderno de transición a la vida adulta, uno enmarcado en la era industrial y el progreso del tiempo, con un consumo cultural que llega a niveles nacionales y gracias a estas expansiones culturales se comienza a tener cierto grado de autonomía respecto a las culturas parentales y hegemónicas. también gracias a ella, los jóvenes se convierten en sujetos y objetos de comercialización; por último, el reloj digital, figura como un modelo posmoderno que se acompaña del cambio de milenio y la concepción virtual del tiempo, así como de consumo cultural a nivel global.

Feixa (2000) agrega que, a la época posmoderna de adultez joven, también le acompaña el acceso universal, no general, a las nuevas tecnologías que permiten comunicar e informar: la erosión de las concepciones tradicionales de sexo y género; y una globalización cultural que genera nuevas formas de exclusión social.

Como se puede entender a partir de lo anterior, la juventud es una de las etapas del desarrollo que van evolucionando con cada nueva generación que la atraviesa, por lo que es interesante y necesario estudiarla en la época de revolución digital que nos ocupa actualmente. Esta representa transformaciones en la cultura juvenil que son necesarias de entender para tener noción de cómo acompañar un

proceso psicoterapéutico en adultos jóvenes, comprendiendo sus formas de comunicar, percibir y experimentar su entorno.

A través de las narrativas construidas en la percepción de la cultura se forman identidades que resultan comunes entre individuos. Tomando en cuenta el análisis de cómo hay un área de oportunidad en la creación de conocimiento en torno a la adultez joven posmoderna, el presente estudio busca profundizar en el tema indagando cómo es que la narrativa evoluciona en el desarrollo de un proceso terapéutico, específicamente de un consultante que vive la etapa de la adultez joven.

El Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE, 2017) clasifica la juventud como el periodo de vida de una persona que se ubica entre la infancia y la adultez, abarcando de los 12 a los 29 años; se caracteriza por ser la etapa en que se comienza a establecer la identidad a través del desarrollo de agencia, para comportarse con intencionalidad, y comunión, para conectar con otros y compartir ideas (Booker, Dunsmore, y Fivush, 2021). La construcción de la identidad dependerá de las proyecciones, expectativas y sueños que el individuo tenga para comenzar a moldear su vida futura.

La adultez joven es una categoría entre las etapas del desarrollo que es relativamente nueva, porque abarca las características de dos etapas que comúnmente se conciben como diferentes. *The Society for Adolescent Health and Medicine* (2017) identifica la adultez joven como un periodo de la vida en el que los retos son diferentes a los de la adolescencia y a la adultez. Siendo que los adultos jóvenes transitan de la etapa escolar a la laboral, de la supervisión parental a la

responsabilidad individual, de sistemas de salud pediátricos a cuidados de la salud adultos.

La construcción de la identidad que ocurre durante la adultez joven implica la conexión en el significado entre las experiencias pasadas, la persona presente y las posibilidades en el futuro, esto ofrece el sentido de vida que caracteriza a la adultez joven (Booker, Dunsmore, y Fivush, 2021). Entonces, se puede entender que la adultez joven es la etapa en la que, idealmente, el sujeto aún se encuentra en búsqueda de su identidad, pero, al mismo tiempo, se enfrenta a los retos de la vida laboral, formación de familias y paternidad o maternidad que suelen definir la adultez.

La adultez joven no se ve encasillada en un periodo de edad cronológico (Shanahan en Molina, 2015), sino que es el resultado de interacciones sociales con otros significantes, que promueven la significación de la identidad, y las normas sociales variables según el contexto, que invitan al individuo a encargarse de responsabilidades para el propio cuidado, que antes llevaban otras personas. Más adelante se profundizará sobre la adultez joven, sus retos y la construcción de la identidad individual a partir de la experiencia.

Al ser un fenómeno común, la etapa de la adultez joven permite la identificación entre las personas que la atraviesan, generando una identidad que se construye colectivamente a partir de la experiencia individual. La identidad se puede observar en múltiples planos del individuo, en el ámbito social, permite definirse a uno mismo a partir de las referencias externas de grupos con los que se entre en contacto. Se forma principalmente en la interacción con las otras personas e influirá

en cómo se actúa en el mundo. Sentir la pertenencia a un grupo funciona como un contrapeso al recelo del aislamiento social, alejándonos del miedo a la soledad y al vacío existencial (Alsina y Medina, 2006).

La identidad en un plano físico, a nivel espacial, implica las posesiones que se convierten en una extensión del cuerpo. Los individuos buscan personalizar espacios, dar sellos personales a objetos, asumen roles en espacios públicos y adquieren actitudes psicológicas y sociales relacionadas con el espacio físico. Otro plano para la configuración de la identidad es el lenguaje, nuestro comportamiento está influenciado por las normas explícitas, no necesariamente verbales, que se inculcan desde la infancia y a lo largo de la vida; las identidades se construyen por medio del lenguaje y con el mismo se crean categorías para identificar a otros (Páramo, 2008).

Los jóvenes generan identidades mucho más diversas en la posmodernidad, esto debido a la globalización y la evolución de la tecnología, que permite interactuar con culturas aún más lejanas, haciéndolas más diversas gracias a la multiculturalidad y a la naturaleza flexible de la deconstrucción y reconstrucción de la identidad individual y social.

Se construye gracias a la percepción de identificaciones imaginarias en relación con Otros relevantes. El Otro es una entidad simbólica que se manifiesta a través del tiempo y el espacio, se queda en la memoria del individuo y a partir de ello se construye como una asociación de características concretas, que pueden ser, por ejemplo, un grupo étnico, club de fútbol, un miembro de la familia, alguna persona famosa o personaje histórico (Esparza, 2012). Entonces, el proceso surge

a partir del encuentro con el Otro, generando una construcción desde la percepción del individuo y las identificaciones que le funcionen a la persona.

La construcción de la identidad es un ejercicio personal que va a variar según la propia experiencia de cada individuo “representa un acto creativo y no una realidad objetiva que se ha de aprehender.” (Alsina y Medina, 2006, p. 127). Justo aquí es donde se encuentra el sentido llamativo a su observación, porque a pesar de ser construida en lo colectivo, habrá una serie de percepciones previas que harán que el resultado de la identidad varíe. Las identificaciones pueden considerarse negativas cuando no son incorporadas al “uno mismo”, y positivas cuando son aceptadas, incorporadas e imitadas parcial o totalmente (Esparza, 2012).

El proceso de identificación, más allá de si resulta positivo o negativo, implica un periodo de crisis que cuestione lo que se conoce, cómo se interpreta y cómo se actúa a partir de ello, un replanteamiento de narrativas, constituidas por relatos, que ofrezcan un acercamiento a la sociedad que sea útil para la persona.

Esparza (2012) explica que, a lo largo de su vida, el individuo se enfrenta a diversas crisis que le invitan a replantearse lo que entiende por sus propias identificaciones, cambiando a sus Otros relevantes. Erikson (1985) entiende la crisis de identidad como un giro necesario cuando el desarrollo debe tomar una nueva dirección, y así recopilar nuevos recursos para el crecimiento (Esparza, 2012). Entonces, si la crisis es el momento en que las herramientas de afrontamiento no alcanzan para solucionar las situaciones que se presentan, la crisis de identidad puede ser entendida como el momento en que la identificación construida a partir de la experiencia, deja de ser útil para el punto de la vida en el que se esté.

En la formación de la identidad un ingrediente fundamental es la historia narrada que cada persona formula de sí misma, “La historia narrada es un ingrediente esencial en la formación de la identidad ya que las narrativas sirven como instrumentos culturales que permiten crear y recrear la idea de quiénes somos, qué queremos y quiénes son los otros.” (Esteban, Nadal y Vila, 2008).

Entender la identidad como un fenómeno narrativo nos permite comprender que a través de lo percibido en el entorno se construyen las propias interpretaciones de la realidad; lo que quiere decir que desde la experiencia de adaptación a la adultez joven se lleva a cabo un proceso de interpretación de las nuevas responsabilidades y experiencias que suceden a nivel social, que terminan siendo internalizadas y construidas como una identidad.

Toda etapa del desarrollo implica adaptación, mantener un estado de equilibrio o redefinirlo para diseñar nuevas dinámicas. Cuando se atraviesa un periodo de redefinición del equilibrio, debido a que la nueva etapa de su vida se lo pide personal y socialmente, el individuo pierde homeostasis y comienza a movilizar sus recursos para volver a adaptarse en la mayor cantidad de áreas de su vida posibles. Lo anterior exige un ajuste interno de la personalidad y las formas de identificarse con el entorno, las personas con patologías tendrán siempre incapacidad para integrar su personalidad y lograr una adaptación.

Pero la perfección de la personalidad integrada es sólo ideal, sólo puede percibir la integración bajo parámetros que sean los más comunes en el contexto; en realidad, la adaptación supone más la preparación y capacitación para situaciones cambiantes, que un estado ideal (Albillos, 1974).



Hablando de situaciones que generan cambio y requieren una adaptación, en el contexto de la posmodernidad, es importante que exista el antecedente sobre la población adulta-joven posmoderna porque con la era de digitalización que atravesó esta generación durante los primeros años de sus vidas, en una época donde el internet apenas comenzaba a estar al acceso de la población general, cambió la interacción de los individuos con el mundo y en su identidad (Bahillo,2021). Los ahora adultos jóvenes se viven en un tiempo de microrrelatos, microculturas y microsegundos, en una fugacidad del tiempo virtual y una cultura que se genera en torno al rápido acceso a información y las múltiples formas de interactuar con otros en un solo medio (Feixas, 2000).

La juventud actual crece contextualizada por constantes avances tecnológicos que rápidamente evolucionan los métodos de comunicación, los moldes para transmitir relatos y las estructuras para interpretarlos. Cada generación que pasa tiene diferentes significados comunes en sus narrativas, este fenómeno se ve intervenido por grupos de personas que están influidos por determinados fenómenos sociales, políticos, económicos, tecnológicos y ambientales que contribuyen al paradigma que tienen de lo que les rodea; a esto se añade la experiencia individual como un factor que genera la diferencia de perspectivas sobre el entorno. Es importante recalcar que incluso las formas de comunicar se ven influenciadas por los momentos históricos y las herramientas comunicacionales que hay de por medio.

Las narrativas son construcciones que el individuo crea con la interpretación de su propia experiencia. Las personas van construyendo una identidad a partir de

su encuentro con el Otro, colocando etiquetas a las acciones elegidas y las respuestas de las mismas, percibiéndose a sí en interacción con otros, consigo mismas y con los retos que se presentan en el ambiente.

En la construcción de narrativas intervienen distintos procesos de pensamiento en torno al lenguaje. Zlachevsky (2003) explica la clasificación de Bruner respecto a los procesos de pensamiento correspondientes al habla. Por un lado, está el pensamiento paradigmático, también entendido como lógica científica, se encarga de organizar el conocimiento en categorías que establecen relaciones causales y se caracteriza por el principio de no contradicción. Por lo que suele tener como resultado pruebas lógicas y argumentaciones basadas en hipótesis razonadas en las que se rechaza todo lo relacionado a los sentimientos.

Por otro lado, la teoría de Bruner clasifica el pensamiento narrativo como un relato que habla de las experiencias humanas, de “cómo las personas viven la vida” (Bruner en Zlachevsky, 2003, 50). Esto hace que las narrativas sean más bien subjetivas, porque surgen del sentir humano.

“Las narrativas serían las estructuras o modelos que la gente suele emplear para contar historias” ( Bamberg y Freeman en Domínguez y Herrera, 2013, p. 623). Lo que quiere decir que tener una narrativa es diferente de contar una historia. Una narrativa puede ser entendida como la estructuración de la experiencia individual, implica el carácter personal en un relato y es más bien biográfica. Contar una historia, en cambio, implica seleccionar elementos inconexos y asignarles un significado general. Una narrativa asigna propiedades a un relato, y es la

herramienta para contar la cronología que conforma una historia (Domínguez y Herrera, 2013).

En el proceso de recordar sucesos, los relatos tienen lagunas que las personas deben llenar con la memoria o con la imaginación para poder representarlos, ofreciendo un sentido a la experiencia. El proceso de decir un relato implica plasmar la vivencia, mientras que ésta determina el significado que el individuo adjudica al suceso. Con cada versión del relato contada, antigua o nueva, las personas van escribiendo y reescribiendo su vida (Diana y Norman, 2014).

Para compartir un relato es necesario comunicarlo desde los parámetros del contexto. La comunicación puede ser entendida como la información que fluye entre un emisor y un receptor, establecida por medio de diversos canales de comunicación. El lenguaje es el canal a utilizar (Watzlawick, 1991) y es a través de este que se crean relatos y se construyen narrativas. Entonces, si el lenguaje verbal está con el ser humano desde que aprende a hablar, estas narrativas construidas a lo largo de la vida, están reformulándose experiencialmente con el paso de los años.

Hay una narrativa antes y después de las crisis que cuestionan lo que se vive, que construyen una nueva identidad y un papel en la sociedad, a través de la adultez joven. Díaz (2004) describe la identidad narrativa explicando que la identidad es una construcción que se narra, que implica el análisis del presente y el pasado para así mismo abrir opciones de proyectos a futuro; incluso argumenta que el pasado es interpretado de acuerdo con los propios proyectos de vida, por lo que la identidad es un ensayo mediado por el lenguaje, una estructuración del lenguaje para significar el papel del individuo en el entorno (Velasco, 2017). Se puede

considerar que la identidad representa una parte esencial en el proceso de emancipación que se lleva a cabo en la vida adulta, ya que invita a cuestionar los deseos y metas presentes para proyectarlos a futuro.

El lenguaje como medio de comunicación entre personas es el canal a través del cual se tiene acercamiento con la cultura de cada contexto, con el lenguaje se construyen las narraciones de lo percibido para uno mismo y lo compartido con el Otro, generando acuerdos interaccionales.

Lo reflexionado para uno mismo se convierte en la significación de una narrativa que describa quién es el individuo a partir de la interacción con sus Otros relevantes, mientras que lo compartido con el Otro es el proceso de encuentro que ofrece sentido de pertenencia. Es así que estos dos momentos, la percepción y la significación, atraviesan lo individual para convertirse en identidad. Con lo anterior también se puede considerar que la adultez joven, como un proceso de construcción de identidad, representa un fenómeno que se experimenta a nivel individual, pero es construido gracias a la experiencia social compartida y las narrativas generadas a partir de la misma.

Hasta ahora se ha hablado de la construcción de narrativas a través de relatos pronunciados desde la experiencia individual, de cómo la adultez joven es una etapa en la que naturalmente se perciben experiencias que construyen narrativas y cómo la identidad se va construyendo mientras el adulto joven se responsabiliza de cuidados que en etapas anteriores quedaban a cargo de otros cuidadores, presentando una crisis que invita a la adaptación de una nueva etapa. No obstante, cabe destacar que la identidad es un fenómeno narrativo que puede

contar con características que pueden ser categorizadas, lo cual hace a las narrativas y a las identidades conceptos candidatos para estudio desde los ámbitos de la investigación y la psicoterapia.

Ricoeur (1996) explica que la identidad narrativa es la narración que cada quien hace de su propia historia, tomando en cuenta diferentes aspectos que conforman la identidad, como el carácter, los rasgos o cómo el individuo se describe a sí mismo. Para él, la identidad narrativa no es más que un relato autobiográfico que resuelve cuál es el papel del personaje que la persona elige interpretar (Kosinski, 2016).

En el ámbito de la psicoterapia, los consultantes comparten con el psicoterapeuta las narrativas relacionadas con su identidad y durante el proceso psicoterapéutico se esperaría que ellos puedan ampliar las posibilidades para abordar el problema que perciben. La idea es que una vez que se refleje al consultante esta construcción de su narrativa, asignando propiedades a su relato, incluyendo los sentimientos y juicios con los que está cargado, pueda ampliar su panorama de opciones para el futuro, encontrando nuevas herramientas para afrontar el problema que le aqueja o reescribiendo su narrativa de formas que sean más útiles, enfrentando la crisis y adaptándose para ese momento de su vida.

Los medios narrativos para fines terapéuticos tienen utilidad clínica porque el lenguaje es el medio de trabajo para un psicoterapeuta, son una buena unidad de observación para reflejar los avances y cambios en el proceso psicoterapéutico, ofrece indicadores de dónde está el conflicto del consultante y cuáles son sus recursos para afrontar las dificultades.

Estudiar su evolución en el contexto de la consulta es interesante porque, de entrada, se encuentran pocos estudios sobre identidad en poblaciones de 20 a 30 años, por lo que enfocar el análisis del proceso psicoterapéutico resulta interesante para dar cuenta de cómo se va deconstruyendo y reconfigurando la identidad. Esto abre espacio a una oportunidad de generación de conocimiento que aprovecha la presentación de nuevos fenómenos en etapas del desarrollo que han sido poco descritas, como es la adultez joven.

Los relatos que construyen las narrativas son observables en psicoterapia gracias a su naturaleza comunicativa a través del lenguaje, independientemente de si es verbal o no verbal, es la herramienta principal para trabajar en los procesos psicoterapéuticos. Es por ello que el elemento a estudiar en el presente trabajo de obtención de grado serán los relatos que forman las narrativas en torno a la identidad con las que el consultante llega a psicoterapia.

Respecto a los estudios que funcionan como antecedente respecto a la observación de narrativas en adultos jóvenes construyendo su identidad, se puede encontrar que, en su mayoría, refieren a la etapa adolescente, no a la adultez emergente o adultez joven. Estos estudios han abordado temas como el área laboral, la construcción del amor y el significado de la adultez.

Uriarte (2015) habla de la autopercepción de la identidad en la transición a la edad adulta. Es un estudio donde se aplicaron 231 encuestas a hombres y mujeres de entre 19 y 30 años. En los resultados se encontró que la muestra identificó su identidad bajo cuatro categorías: adolescente, adulto, ni adolescente ni adulto, en parte adolescente y en parte adulto. Concluyendo que la construcción de la

identidad adulta es un proceso cuyo tiempo de evolución, tomará ritmos diferentes en cada individuo.

Continuando con otros estudios que ofrecen una aproximación a lo que se ha hecho en torno al tema de la adultez joven posmoderna, Carbajo y Santamaría (2015) realizan una recopilación documental que funciona como una aproximación de la figura del emprendedor, relacionándola con la identidad de jóvenes en contextos de crisis. Explican que la crisis moderna es una ecuación entre el estado y el mercado competitivo, desinstitucionalizando y orillando a los jóvenes a buscar alternativas laborales de emprendimiento, separando a las personas en diferentes esferas y complicando el sentido de bienestar. Con este estudio se puede comprender el contexto social donde se desarrolla la adultez joven posmoderna.

Darío y Carmona (2012), por otro lado, realizan una investigación que busca encontrar el significado de la adultez en dos grupos, uno con edades comprendidas entre los 15 y 26 años y otro entre los 27 y 50 años. A través de entrevistas semiestructuradas y test proyectivos encuentran que actualmente hay un desdibujamiento de la definición de adultez, pues sus características cada vez resultan menos evidentes en los adultos. Este resultado puede reforzar lo anteriormente mencionado sobre cómo la adultez joven es una etapa del desarrollo nueva, que no ha sido sistematizada ni consensuada socialmente.

Además, se encuentra la investigación de García, Fuentes y Sánchez (2016), cuyo propósito es determinar la relación existente entre la actitud hacia el amor, los componentes del amor, la resolución de conflictos y la satisfacción en la pareja en adultos jóvenes, casados y convivientes. A través de escalas y cuestionarios

diversos aplicados a 160 sujetos heterosexuales en una relación mayor a un año, de edades entre 23 y 40, se observó que el componente de intimidad y el estilo de negociación al enfrentar conflictos, presentan las correlaciones más altas con la satisfacción. Este estudio permite ampliar los conocimientos en las dinámicas de relaciones en la adultez joven y brindar nuevas herramientas para la psicoterapia de pareja.

Por último, como parte de los estudios previos respecto a los temas que abarcan el presente trabajo de obtención de grado, Chantepie (2021) hace su tesis doctoral evaluando los cambios en los procesos de adolescentes y adultos jóvenes acudiendo a procesos psicoanalíticos en el estudio de caso clínico de una consultante que acude a terapia justo cuando cumple 18 años. El autor propone desde la postura psicoanalítica que ambas etapas son funciones del tiempo, por lo que la adultez joven puede ser entendida como una extensión del choque de adaptación en la pubertad.

Ante los estudios encontrados, se observa que la adultez joven es un tema que aún necesita estudios que ayuden a definirla para después describirla y sistematizarla. En el ámbito psicoterapéutico existe un área de oportunidad para generación del conocimiento sobre adultez joven, que además abone a la evidencia de la utilidad de los procesos psicoterapéuticos como herramientas para la salud mental. Es por lo anterior que la pregunta de investigación para el presente trabajo de obtención de grado, entonces, es:

*¿Cómo evoluciona el relato en consulta psicoterapéutica de una persona que se enfrenta a la crisis de adaptación a la etapa de adultez joven?*



El objetivo general es:

*Describir la evolución de la narrativa dentro de la consulta terapéutica de un consultante que se encuentra en la etapa de la adultez joven y se enfrenta a la crisis de la adaptación a la misma.*

Los objetivos específicos son:

- *Deconstruir los subrelatos del relato principal que engloba la narrativa del consultante, respecto a los retos de la adultez joven.*
- *Identificar los aspectos narrativos del relato que se describen por el consultante como dificultades en la adaptación a la adultez joven.*
- *Identificar los puntos de mejora y degradación en el relato del consultante, a lo largo de su proceso psicoterapéutico.*
- *Analizar la influencia que los personajes presentes tienen en el relato del consultante.*
- *Definir y describir los procesos de pensamiento en el relato del consultante.*

Después de haber planteado el problema a estudiar a través de una visión general de la situación a estudiar, mencionar las investigaciones previas respecto al tema y establecer los objetivos y pregunta de investigación, se desarrollará la fundamentación teórica que sustenta la investigación, desarrollando con mayor amplitud los conceptos anteriormente mencionados para contextualizar el caso de estudio.

### **3. Fundamentación teórica**

El apartado de fundamentación teórica busca describir los temas de estudio que matizarán la metodología, estos tópicos enmarcan los límites del análisis del relato gracias a su descripción y son seleccionados a partir de la pregunta de investigación y los objetivos.

Esto quiere decir que, con el objetivo de describir la problemática que atraviesa el protagonista del relato, a continuación, se desarrollará teóricamente el concepto de la adultez, se especificará a la adultez joven y los retos en esta etapa del desarrollo; se ampliará el concepto de identidad, se explicará su construcción a partir del lenguaje; se describirá cómo es la consulta psicoterapéutica, y se especificará cómo el relato es una unidad de estudio importante en ese espacio.

#### **3.1 Adultez**

Es visible cómo una persona va evolucionando físicamente desde su nacimiento, iniciando en ser un bebé que sólo puede ser cargado en brazos, bajo el cuidado de una persona con mayores habilidades, llegando al punto de aprendizaje de habilidades comunicativas y motrices útiles para la supervivencia propia. Sin embargo, hay otras formas en que el individuo se desarrolla conforme las capacidades del cuerpo avanzan; la socialización para la inserción social, por ejemplo, es otra habilidad que invita a mantenerse funcional bajo las normas específicas de un contexto y es común en las personas.

La psicología del desarrollo aparece como un campo de estudio ante la necesidad de describir la complejidad de la evolución humana desde las intersecciones de la biología, antropología, lingüística, psicología y las otras

diversas ramas que describen la naturaleza humana. Su objetivo es describir e interpretar las transiciones en el proceso de crecimiento y la adaptación a cada etapa de la vida (Urbano y Yuni, 2014). Esta disciplina es útil porque permite tener un acercamiento integral a la complejidad del ser humano en cada momento del ciclo vital, pero también da la oportunidad de registrar cómo es que las tendencias cambian conforme pasan los años.

Para que se considere que el individuo está desarrollado bajo la etapa que vive, es necesario que la adaptación sea a largo plazo, que las nuevas competencias adquiridas sean duraderas y ofrezcan estabilidad para las situaciones futuras. Sin embargo, estos cambios no son lineales ni universales, lo que quiere decir que no todas las personas adquirirán la adaptación al mismo tiempo, ni serán igual de constantes (Izquierdo e izquierdo, 2005). Al final, es necesario tomar en cuenta que cada contexto es diferente a nivel familiar, económico y social, lo que hace que cada persona adquiera competencias diferentes según las necesidades que se presenten en su entorno.

Desde una perspectiva legal, en México se indica que la mayoría de edad es a los 18 años (código civil federal, 2021), en este momento el individuo puede disponer libremente de su persona y de sus bienes. Cabe destacar que los factores legales que cada país pueda determinar en sus leyes pueden tener relación en la forma en que un individuo vive su etapa adulta, pero eso no significa que esta inicie al momento que marca la ley.

La adultez puede ser descrita como una de las etapas de transición que recorre el individuo al crecer. Este punto del desarrollo se ve idealmente

caracterizado, según los textos revisados, por la solidez económica que ofrece solvencia propia, el desarrollo orgánico que permite la funcionalidad biológica, así como estabilidad psíquica que capacite para responsabilizarse de los propios actos y ofrezca aportes a los procesos sociales (Nassar y Abarca en Alpízar Díaz, 2006). Este punto del desarrollo es un parteaguas entre el momento en que otras personas se responsabilizan del individuo, para ser él quien comience a adquirir las responsabilidades de sí mismo a largo plazo.

Hay adultos jóvenes que no logran las condiciones económicas que les permita tener solvencia propia porque se encuentran en condiciones de pobreza. Según los determinantes para la especificar la pobreza del Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (S.F), la pobreza patrimonial puede ser definida como la “insuficiencia del ingreso disponible para adquirir la canasta alimentaria, así como rechazar los gastos necesarios en salud, vestido, vivienda, transporte y educación, aunque la totalidad del ingreso del hogar fuera utilizado exclusivamente para la adquisición de estos bienes y servicios”.

En el caso de los adultos jóvenes, sucede que algunos están viviendo con sus cuidadores principales mientras adquieren las responsabilidades de un adulto, por lo que llega a suceder que no se encuentran con la facilidad económica para sustentar los ámbitos patrimoniales necesarios.

Existen varias categorizaciones teóricas respecto a cómo se define la adultez. Se encuentra que Nassar y Abarca (1983) dividen la etapa adulta en categorías específicas que parcialmente van desarrollando las habilidades anteriormente mencionadas, caracterizadas por el inicio de la búsqueda de

independencia económica y emocional, sin una afirmación explícita de ser adulto. Para las autoras el primer paso después de la adolescencia es la *adultez joven*, esta abarca de los 18 a los 25 años, la *adultez media* va de los 26 a los 45 y la *adultez tardía* contempla de los 45 a los 64 (Alpízar Díaz, 2006).

Erikson (1985) propone que el estadio de juventud que sigue de la adolescencia es la *adultez temprana*, puede variar, pero suele ir de los 20 a los 25 años; después de esta etapa continua la *adultez media*, que contempla de los 25 a los 60 años (González, 2016). Por otro lado, se encuentra que Marzana, Perez y Gonzalez (2010) hacen una diferenciación de terminología donde la *adultez emergente* comprende el periodo de los 18 a los 25, pero el concepto de *adultez joven* es más amplio porque abarca de los 20 a los 29 años.

Si bien las determinaciones de lo que es la *adultez* en términos de edad varían, una realidad es que, así como el tiempo pasa, las sociedades evolucionan; las situaciones económicas, políticas, y culturales cambian y es necesario pensar que actualmente se vive una revolución digital que ha hecho que las formas de interactuar con el entorno sean diferentes a lo que era a principios de este siglo. En el presente apartado se profundizará en las descripciones en torno a la *adultez joven*, la adaptación en el proceso, los retos y dificultades que implica, pero parece apropiado utilizar descripciones que más bien vayan en términos de habilidades desarrolladas en el periodo que va después de la adolescencia y antes de la *adultez* totalmente consolidada, en lugar de determinar periódicamente esta etapa.

### 3.2 Adultez joven

Los adultos jóvenes son personas que van saliendo de la adolescencia por medio de la adquisición de nuevas responsabilidades, se abandona la costumbre de vivir bajo las reglas de los cuidadores principales para pasar a construir un autoconcepto que no suele ser igual al de los cuidadores, implica libertad y autonomía, reestructuración de metas y de sueños para tomar las propias decisiones sin la adquisición completa de obligaciones (Uriarte, 2015). Esto implica que la persona que va iniciando la adultez joven adquiera habilidades para el discernimiento, la toma de decisiones en las que busque opciones a través de sus deseos y el sentido de responsabilidad para hacerse cargo de dar un seguimiento a sus iniciativas o enfrentar las consecuencias de las mismas.

La adultez joven se puede entender como el periodo en el que una persona se encuentra en proceso de aprender a consolidar la independencia total de sus cuidadores principales; algo como la referencia al “volar del nido”, no sólo como el momento en que se sale de casa, también como el punto en que el ave aprende a volar habilidosamente por sí sólo, cuidándose, alimentándose y sobreviviendo.

Sin embargo, a diferencia de los animales que siguen sus instintos, los seres humanos nos vemos influenciados por fenómenos culturales que evolucionan con el paso del tiempo. Uriarte (2015) plantea que, ante los cambios sociales e históricos, las características de la adultez joven se han visto afectadas debido a la prolongación de la inmadurez gracias a que los jóvenes se quedan mayor tiempo como sujetos dependientes necesitados de formación, no sólo académica, también de habilidades para la integración social.

Los jóvenes pueden llegar a presentar dificultades para independizarse por completo de sus cuidadores principales, debido a las dificultades económicas o extensión de preparación académica que impide adquirir los recursos para continuar con las características que normalmente se indican. Esto no quiere decir que estemos en una etapa histórica donde la adultez no se esté concretando, sólo que está avanzando con una temporalidad diferente (Chantepie, 2021).

Los acontecimientos que marcan idealmente la vida adulta consolidada son la finalización de la vida académica, el inicio de la vida profesional con la obtención de un trabajo, la independencia económica, vivir fuera de la casa de los cuidadores principales, matrimoniar y/o tener un hijo o hija (Uriarte, 2015).

Cabe destacar que estas características son meramente ideales, ya que dependen de factores políticos, económicos y sociales sobre los cuales no se tiene poder a nivel individual, además, el desempeño en estos acontecimientos siempre puede variar. La independencia económica es uno de los factores que ofrecen mayores posibilidades de autonomía, durante este proceso, el individuo busca concretar los acontecimientos previamente planteados según lo que se adapte a sus posibilidades y deseos.

Por ejemplo, la consolidación de una familia o el matrimonio pueden no ocurrir de manera tradicional, habrá adultos que puedan decidir no casarse, actualmente hay quienes decidan vivir en unión libre, quienes no quieran vivir con su pareja o quienes decidan tener varias parejas; se podría decir, entonces, que más que ejercer el derecho al matrimonio en la etapa de adultez, el individuo tiene la capacidad de elegir cómo relacionarse sexo-afectivamente.

También puede ser que haya quienes decidan no tener hijos, pero adopten mascotas que decidan significar como un integrante de la familia; o incluso adultos que no salen de la casa de sus cuidadores principales porque las condiciones económicas no se los permiten. Lo que quiere decir que los acontecimientos que caracterizan la adultez no pueden ser específicos, sino ideales, porque al momento de observar la realidad, las variables son diversas.

Esta etapa está caracterizada por la conclusión del desarrollo físico y la madurez psicológica, se entiende este periodo como el de mayor productividad en la vida, ya que se establece una actividad económica y se conforma un lugar a nivel social ante la comunidad (González, 2016). Pensar esta etapa como aquella donde se aprende a amar y trabajar (Erikson, 1985), aporta a la descripción de la adultez porque no habla solamente de eventos específicos que hagan que una persona sea adulta, sino de la capacidad de discernir las formas en que se interactúa con el entorno y quienes lo habitan.

Bajo las diversas teorías, más que determinarlo en un periodo de edad, se puede describir la adultez joven ideal como el proceso en el que una persona adquiere habilidades para comunicarse y generar acuerdos relacionales; por otro lado, implica también la elección de una profesión para obtener estabilidad económica que permita la independencia donde cada quien se pueda responsabilizar de sus propias decisiones y se obtenga seguridad para la toma de decisiones.



### 3.3 Retos y dificultades de la adultez joven

A partir del apartado anterior parecería que la adultez joven, más que ser una etapa fija, es una transición que prepara para el siguiente periodo de la vida. La experimentación de esta etapa permite continuar el desarrollo normal del ciclo vital, ofreciendo sentido y aprendizajes que aproximen a una vida con plenitud (Cordero y Roa, 2016). Al adquirir la capacidad de dar continuidad a los proyectos de mediano y largo plazo, el adulto joven puede hacer una proyección de su vida que sea cumplida satisfactoriamente a partir de los deseos considerados según el entorno donde creció.

Arnett (2008) categoriza los problemas presentados en las fases de la adolescencia y adultez joven como internalizados y externalizados, siendo los primeros los que tengan que ver con el mundo interno de la persona, y los segundos con lo que le rodea. Estos problemas no quieren decir que la adultez joven sea una etapa de riesgos por sí misma, pero sí es un momento de vulnerabilidad en el desarrollo, donde pueden llegar a presentarse las situaciones desarrolladas a continuación.

Los problemas externos son aquellos que tengan que ver con conducta sexual riesgosa, conducta de conducción arriesgada, drogadicción y delincuencia. Arnett (2008) cita a Jessor (1998), con el síndrome de conducta problemática, explicando que los factores que hacen que un joven tenga problemas externos son: el ingreso familiar, factores de personalidad como la autoestima y factores sociales como el control de los padres y la participación de los amigos en conductas problemáticas.

La conducta sexual riesgosa implica tener prácticas sexuales sin protección, lo cual lleva a adquisición de infecciones de transmisión sexual y a embarazos no planeados. Lo anterior debido a que, para ellos, la actividad sexual no es planeada ni frecuente. Es por esto que los momentos en que se llega a una práctica penetrativa normalmente no son esperados y, por ende, tampoco hay precaución al respecto (Arnett, 2008).

Además, el consentimiento sexual es parte importante de la tendencia a las conductas sexuales riesgosas. Sin consentimiento, la actividad sexual es agresión sexual. El consentimiento está caracterizado por cinco elementos: es libre, lo que quiere decir que no hay presión, manipulación ni influencia de drogas para decir “sí” a la práctica sexual; es entusiasta, considerando que debe ser una actividad deseada por las partes involucradas; es específico, lo que significa que el hecho de que alguien diga que sí quiere algún tipo de práctica sexual no significa que quiera todas; además, se brinda el consentimiento desde la información, significando que las partes involucradas saben cuáles son las condiciones bajo las que experimentan sus prácticas sexuales, incluyendo los riesgos y beneficios; por último, es reversible, si alguien cambia de parecer en cualquier momento se debe detener la práctica (ONU Mujeres, 2019).

Las conductas de conducción arriesgada, así como lo accidentes automovilísticos, están influidos por la experiencia al volante de los conductores jóvenes. Sin embargo, la experiencia no es el único factor ya que también se trata de cómo los jóvenes manejan y los riesgos que corren.

Es probable que los conductores jóvenes en general: manejen a velocidades excesivas, en especial los hombres, también es probable que en general sigan muy de cerca a otros vehículos, violen las señales de tránsito, corran más riesgos al cambiar de carril, rebasar a otros vehículos, esperar muy poco para incorporarse a una vialidad, no ceder el paso a los peatones y conducir bajo la influencia del alcohol (Williams y Ferguson en Arnett, 2008).

La Secretaría de Salud ha indicado que los accidentes viales son la primera causa de muerte en jóvenes mexicanos. Estos ocurren principalmente en fines de semana y se estima que entre el 40 y el 60 por ciento de los incidentes mortales están relacionados con el consumo de bebidas alcohólicas (2016).

Arnett (2008) retoma el Modelo de Shope (2002) de los riesgos de accidente entre los conductores jóvenes para explicar que los factores que dan pie a la probabilidad de muerte en el accidente automovilístico de un joven son las características de la personalidad del conductor. La búsqueda de cualquier sensación, incluyendo la agresividad, estimulan la conducción arriesgada ya que se genera un sesgo optimista que lleva a las personas a creer que es menos probable que a ellas les pase algo. También el modelo plantea que hay una fuerte influencia por parte del ambiente social, que incluye: la relación, normas y supervisión de los padres; normas culturales y comunitarias; así como los medios de comunicación.

El cinturón de seguridad también tiene un papel importante en la gravedad del accidente. Los jóvenes se muestran menos dispuestos que los adultos a usarlo al temer ser ridiculizarlos por sus amigos (Arnett, 2008).

La drogadicción, otro de los problemas externalizados en la adultez joven, se ve promovida por la socialización no estructurada. Esto se entiende como las conductas que no tienen un objetivo más allá de la recreación, como: pasear en auto, ir de compras o salir con los amigos. En estas actividades se elevan los niveles de consumo de alcohol y mariguana. El consumo de drogas es más alto en los adultos jóvenes que van a la universidad porque tienen más oportunidades de tener socializaciones no estructuradas. Se encuentra que el abuso de sustancias es más común entre los 18 y los 23 años, pero disminuye entre los 25 lo 29 años. Esto, debido a la transición de responsabilidades como: el matrimonio, la paternidad o los empleos de tiempo completo (Arnett, 2008).

Sobre la delincuencia, se encuentra que los delitos son comúnmente cometidos por jóvenes entre 12 y 25 años. Esto debido a que los adolescentes y adultos jóvenes tienen más independencia de los cuidadores y otras autoridades adultas. En ciertos espacios sociales esta es una actividad alentada y admirada, por lo que es probable que, si hay una falta de atención por parte de los adultos cuidadores el joven busque grupos de pares que den valor y refuercen la ruptura de las normas. Sin embargo, también se encuentra entre los 25 y 26 años es común que la actividad delictiva disminuya como consecuencia de la adquisición de responsabilidades sociales que giran en torno a la adultez (Arnett, 2008).

Sobre la categoría de problemas internalizados, Arnett (2008) explica que: la depresión, los trastornos alimenticios y el suicidio; representan las dificultades más comunes en la adultez joven. Siendo estos causados por conflictos con amigos, familiares, desilusión, rechazo en el amor, pobre desempeño en la escuela e ideales

culturales que les hacen creer que deberían ser de determinadas maneras. Lo anterior se acompaña de falta de herramientas para el afrontamiento que permitan lidiar con las dificultades.

La crisis en el desarrollo representa el cambio progresivo que permite al individuo interactuar con el mundo. Una crisis psicosocial en la que, si hay un fallo en la adaptación, hay un estancamiento en el desarrollo. La resolución positiva de la crisis genera una fuerza, virtud o potencialidad específica; para ese momento del desarrollo y para continuar exitosamente con el siguiente. Si no se resuelve es común que surja una patología que tiene impacto en cómo se percibe el individuo y cómo se relaciona con lo que rodea. Se podría ver reflejado en el trabajo, relaciones afectivas o interacciones sociales (Bordignon, 2007).

En el ciclo vital completado Erikson (1985) realiza una descripción del desarrollo humano, los retos, aprendizajes y sintomatologías que se presentan en cada etapa. En su texto describe a la adultez como el ciclo generacional que incluye dos momentos: la adultez y la juventud. Encontrándose entre otros dos estadios de la vida: la adolescencia y la vejez.

En la adultez, como segundo momento del ciclo generacional, se presenta el aprendizaje del cuidado a través de la crisis de generatividad vs. autoabsorción y estancamiento. La generatividad implica: productividad, autoridad, creatividad y capacidad de crear nuevos productos e ideas propios. Todo abona al desarrollo de una identidad, en caso de no lograrlo, se aplica el estancamiento en la adultez como etapa alternativa, misma que surge cuando la inactividad en la generación de ideas abruma a la persona. En este momento de la vida se desarrolla la capacidad del

cuidado porque ha aprendido a preocuparse, generar ideas o productos. Esto implica compromiso y atención a lo que se proyecta.

De no desarrollarse adecuadamente la adultez, el individuo podrá no tener la disposición para incluir a personas o grupos específicos en su generación de ideas y productos, que pueden ser reflejados en círculos sociales o proyectos laborales. Si el peso de la ética aprendida socialmente es muy grande, la persona tenderá a rechazar lo que sea diferente a sus metas establecidas de supervivencia y perfección. Esto podría llegar a la crueldad física o mental y usar un prejuicio moralista contra otros. Se rechazará todo lo que sea diferente a lo que ya se piense, porque se tendrá incapacidad para preocuparse por otros, sus sentimientos, vivencias y posturas (Erikson, 1985).

La adultez madura, que sabe de cuidado, surge de la juventud. La juventud, como primer momento de este ciclo generacional es un punto donde la identidad está direccionada y el individuo busca fusionarla con otra persona en la intimidad mutua. Esto puede ser en la amistad, el trabajo o la sexualidad. En este momento está en juego “la capacidad de comprometerse con afiliaciones concretas que pueden requerir sacrificios y compromisos significativos” (Erikson, 1985, p. 90).

El reto, o crisis, de la juventud es la intimidad vs. aislamiento. El aislamiento es entendido como el miedo a permanecer separado y no reconocido. Su máximo peligro radica en el conflicto de la identidad, pero su máximo potencial está en la capacidad de amar como mutua devoción madura que permite entablar una relación íntima (Erikson, 1985).

La intimidad y la generatividad son potenciales de aprendizaje para una adultez funcional o, como la llama Erikson, madura. De no cumplir satisfactoriamente el estado de adultez el individuo puede estancarse en el desarrollo. En consecuencia, pueden surgir sentimientos de monotonía y vacío en los que haya potencial para seguir envejeciendo sin cumplir metas autoestablecidas. Lo que impide la adaptación a la etapa del desarrollo. Se puede observar que la persona desarrolla fatiga crónica y apatía; dado que no se desarrollaron habilidades procreativas, productivas o creativas (González, 2016).

El estancamiento en esta etapa genera ensimismamiento que impide la socialización, en especial, con las generaciones que siguen. Se alcanzan pocos logros o se demerita el valor de lo obtenido (Izquierdo e Izquierdo, 2005).

### **3.4 Identidad**

Se ha hablado de la construcción de la identidad desde la perspectiva de Erikson, sin embargo, hay otros autores que también estudian el tema. Giddens (1991) describe la identidad como el recorrido que hacen las personas a lo largo de su vida a través de diversos marcos institucionales que contienen información. Ese flujo de información social y psicológica constituye a una persona en función de su biografía en la que diariamente se toman decisiones sobre cómo vestir, hablar, comer, entre otras. Para que estas referencias de los marcos institucionales construyan una identidad es necesario que ofrezcan confianza, ya que está vinculada con la seguridad psicológica de los individuos.

A pesar de que la identidad se ve reflejada en las decisiones tomadas, no está basada en el comportamiento, sino en la capacidad para continuar con una

crónica específica. Lo que mantiene interacciones regulares con el entorno, ya que una biografía no puede ser totalmente ficticia. Esto la hace frágil, porque no depende sólo del individuo, también del contexto que la encuadra (Giddens, 1991).

García-Alandete, Martínez, Sellés y Lozano (2018) explican que la experiencia de libertad y responsabilidad es una consecuencia de otorgar sentido a la vida. La vida puede ir adquiriendo significado a través de las experiencias que nos sumerjan a la realidad de nuestro entorno, igual que en la adultez joven, se generan metas a partir de las posibilidades que se perciben, los encuentros que inspiran o experiencias que marcan. Ahí el individuo se coloca a sí mismo en un rol familiar y social que lo hacen partícipe de su contexto.

Si se enfoca la resiliencia a la adquisición de nuevas habilidades a través de una percepción positiva de la vida, tomando en cuenta la experiencia e independientemente de las dificultades, se puede acercar al individuo a una construcción de su propia identidad. Se puede entender, entonces, que la identidad se compone gracias a la interrelación entre el individuo y la sociedad. El Yo es un reflejo de su cultura y una parte de la naturaleza psicológica del individuo.

Al dejar claro que la construcción de la identidad depende de factores externos, esto hace que a nivel individual cada una sea: subjetiva, abierta, contradictoria y diferente. Pareciera que la identidad es un acto performativo en el que se llevan discursos a acciones concretas a través de identificaciones con las instituciones del entorno. Las identificaciones son subjetivas, cada correspondencia con las condiciones, dispositivos y reglas que nos constituyen; así como las formas



de ocupar y ser regulado por ellas. Lo anterior representa la construcción de cada identidad individual del Yo (Briones, 2007).

Hall y Du Gay (2003) retoman a Foucault para explicar que incluso en la dispersión existe regularidad, por lo que la identidad, por muy diversa que pueda ser, genera conjuntos de posiciones diferenciales que crean grupos de identificación para representar la totalidad de un sistema. La subjetivación es entendida como el proceso a través del cual el sujeto constituye y manifiesta su propia subjetividad. La esfera pública está constituida por la gestión de los procesos de subjetivación que hacen las instituciones, por lo que todas las identidades pertenecen a la construcción de la realidad. “Lo que es múltiple y parcial son las posiciones de sujeto, pero las prácticas de identificación con ciertos lugares de apego o con instalaciones estratégicas pueden mostrarse fragmentadas o no.” (Briones, 2007, p.68).

Las crisis permiten desarrollar una fuerza específica del Yo, desarrollando una serie de identificaciones que se van plasmando a lo largo del desarrollo y que dan la facilidad de desenvolverse en la siguiente etapa. El proceso de adaptación implica una crisis psicosocial, estas se presentan en todas las transiciones de la vida independientemente de la dimensión personal, familiar o profesional. Las crisis psicosociales hacen nacer el deseo de superarlas para mantener el equilibrio positivo y permitir el surgimiento de las fuerzas que impulsan el crecimiento y el desarrollo de virtudes específicas en la vida (Bordignon, 2007).

En la etapa adulta ideal se han tenido suficientes identificaciones significativas como para configurar una identidad. Esto busca acoplarse a un

espacio social funcional que reconozca a la persona, aportando a la autoconfianza (Erikson, 1985).

En cuanto a la identidad, el valor de la psicoterapia radica en el momento donde ni las instituciones ni la cultura conceden seguridad al individuo, generando sensaciones de despojo y desprotección ante la carencia de apoyo. Es aquí cuando el psicoterapeuta utiliza su preparación, no sólo para hacer frente a la angustia, sino también para ofrecer un espacio de escucha para la reflexividad del yo (Giddens, 1991). La consulta psicoterapéutica se convierte en el espacio donde se resuelven las crisis sin solucionar que han generado patologías usando la comunicación como herramienta principal.

### **3.5 Relatos e identidades**

Kosinski (2016) retoma la postura de Ricoeur sobre cómo la identidad se mantiene relevante a través de la designación del lenguaje que asigna etiquetas a lo que sucede y existe en el mundo. Lo anterior es independiente de si es objetivamente diferente; si la subjetividad entiende lo que sucede como una identificación, aportará a la identidad. La identificación apunta los elementos que la persona entiende como parte de su biografía o historia de vida. Estos son narrativizados para ser recordados o reflexionados y consignan formas de habitar el espacio cultural (Hall y du Gay, 2003).

La identidad implica un proceso en el que el individuo construye reflexivamente un relato que le permita comprenderse a sí mismo. Otorgando un sentido que da control a las acciones presentes, los significados de su pasado y los

deseos de su futuro. Estas construcciones se difunden a través del encuentro con el otro, que también construye una identidad propia. Esto hace que la identidad no sólo sea individual, también cultural, abriéndose al público para su narración, interpretación e identificación (Hall y du Gay, 2003).

Si bien las identidades pueden ser múltiples es importante comprender que todas son construcciones relacionadas. El lenguaje funge como un mediador que narra la interpretación de lo percibido (Velasco, 2017). Es necesario resaltar la importancia del papel del lenguaje para la creación de los relatos que constituyen la identidad. La identidad de los adultos jóvenes está influenciada por un contexto que presenta retos que quitan la sensación de seguridad en esta etapa del desarrollo, causando angustia. Los psicoterapeutas que utilizan el lenguaje como herramienta principal en el tratamiento psicoterapéutico pueden resignificar los relatos de la identidad para ofrecer adaptación a las dificultades de la adultez joven.

### **3.6 Relatos en la práctica psicoterapéutica**

La psicoterapia es una rama de la psicología que pertenece a las ciencias aplicadas. Es una disciplina que utiliza métodos científicamente fundamentados para el tratamiento de personas, o grupos, que pasan por experiencias conflictivas y no tienen las herramientas para enfrentarlas. El proceso puede variar según la personalidad del consultante y las técnicas implementadas por el psicoterapeuta pero siempre busca mejorar la interacción con la realidad a través de una relación profesional orientada al cambio (Feixas y Miro, 1993).

Su objeto de estudio es el paciente/cliente/consultante y lo que sucede en su vida. A través de la escucha de la narración de lo sucedido y cómo fue

experimentado, el psicoterapeuta hace una hipótesis usando sus bases teóricas y su entrenamiento clínico. Le presenta la premisa al consultante para que éste las valide según su utilidad o el sentido que ofrezcan a la experiencia y se generan nuevas posibilidades de acción a partir del problema (Campo, 2004).

Para su definición es necesario retomar otras descripciones que la construyen. Es relevante retomar la etimología griega de *terapia*, que es *therapeia*, que significa curar. La terapia es definida en diccionarios de la conducta como el conjunto de procedimientos realizados para disminuir el sufrimiento y curar enfermedades (Campo, 2004). Por lo que la psicoterapia es la actividad que disminuye el sufrimiento de la *psique*, entendida modernamente como *mente* y cuya etimología significa *alma humana*.

Es necesario retomar el aspecto de la psicoterapia que se refiere a curar la enfermedad, porque es una parte importante de la labor científica del psicoterapeuta. Sin embargo, los psicoterapeutas no sólo tienen interés de curar enfermedades psicológicas, también buscan que personas sin diagnósticos psicopatológicos sean ayudados a entenderse a sí mismos con mayor profundidad, para desempeñarse cotidianamente de formas más creativas, que aprovechen todo su potencial con resultados satisfactorios (Campo, 2004).

Entre los múltiples modelos que forman la psicoterapia, la idea es que el terapeuta cree un ambiente empático, respetuoso, confidencial y seguro para su consultante. A través de ello se anima al cliente a mantener una comunicación directa, honesta y sin censura donde el profesional de la salud evitará la crítica y mostrará su interés por escuchar. Así se generará una relación de ayuda que

promueva la orientación, la disminución de la culpa o el aumento de esperanza (Campo, 2004).

La Asociación Americana de Psicología (2012) indica que un tratamiento psicoterapéutico con resultados efectivos se ve más influenciado por las características del paciente. El especialista de la salud trabaja con lo individual según el contexto, siempre y cuando sea el método que menos afecte al diagnóstico o el tipo de tratamiento utilizado. Es por ello que la práctica psicoterapéutica debe ser responsable y profesional. Esto implica que el tratamiento debe utilizar las herramientas necesarias para adaptar el proceso a la singularidad de cada persona y desarrollar la práctica basándose en evidencia (Gimeno, Barrio y Álvarez, 2018). Para ello, se deben utilizar modelos que cumplan con objetivos específicos y generen cambio comprobable.

Para mantener relaciones terapéuticas profesionales es importante recordar que el psicoterapeuta, antes que un experto en el tema, es una persona que se encuentra con otra y escucha su historia. Por lo que es necesario el autoconocimiento para la autorregulación, haciendo que los propios problemas y dificultades, no interfieran en el tratamiento. Si el terapeuta se ve limitado por su propia historia de vida, debe buscar tratamiento. Si sus consultantes generan fuertes reacciones emocionales, generando lo entendido como implicación emocional, debería derivar a su consultante a otro terapeuta (Alfonso y Bermúdez, 2017).

La finalidad de la psicoterapia es que el consultante integre la polaridad rechazada de sí mismo, a través de la toma de conciencia (Feixas y Miro, 1993). El psicoterapeuta ayuda a que el consultante adquiera las herramientas para resolver

el mal que le aqueja, y si se resuelve sin que surja un nuevo objetivo terapéutico, entonces el consultante ya no tiene un motivo para estar en psicoterapia.

El proceso terapéutico lleva aspectos éticos al inicio en el transcurso y al final de la terapia. Cuando el tratamiento inicia se deben encuadrar los detalles de la consulta, desde costos, tiempo y citas. También se deben llevar los procesos adecuados de consentimientos informados y diagnósticos del paciente. En el transcurso se debe mantener el valor de los objetivos terapéuticos, la confidencialidad, intimidad, dependencia del consultante y su aproximación a él. Y al final se debe tomar el tiempo para atender la complejidad de la valoración en los criterios de alta (Bascuñán, 2014).

La consulta psicoterapéutica surge gracias al intercambio comunicacional entre consultante y terapeuta. Tal encuentro deja ver los discursos que forman la narrativa que utiliza el consultante para contar su historia. Esto implica un proceso de externalización que nombra el problema que aqueja a quien pide ayuda. Es por eso que en esta investigación se propone analizar las narrativas en torno a la adultez joven, el proceso adaptativo que conlleva la identificación del individuo con esta etapa y los retos que representa.

El análisis de narrativas en psicoterapia busca deconstruir los discursos culturales dominantes a través de su problematización. La búsqueda de relatos alternos resignifican la vivencia restringiendo la experiencia personal y llevan a conclusiones negativas sobre la identidad generando angustia e inseguridad (Reyes y Losantos, 2016).

Castillo, Ledo y del Pino (2012) exponen que el enfoque psicoterapéutico de lo narrativo está en entenderlo como una serie de eventos ligados en una secuencia de tiempo o temas, cuyas interpretaciones pueden causar angustia. Una clave en el proceso de alivio y resolución del problema está en la externalización, que más que ser una técnica terapéutica, es el fundamento de toda conversación. Se pueden externalizar los sentimientos, como la tristeza o el miedo; los problemas entre personas, incluidas las peleas y discusiones; la cultura y sus prácticas sociales, como la dominancia heterosexual, la pobreza o los avances tecnológicos; otras metáforas nuevas para el entendimiento de quienes participan en la conversación, como “crecer fuerte como un árbol” o “la ola de desesperanza”.

A veces pueden juntarse varios problemas al mismo tiempo, por lo que es necesario que el consultante debe priorizar cada uno y nombrarlo como una representación de sí mismo. El terapeuta se encarga de acompañar estos nombramientos usando los reflejos, verificaciones, confrontaciones o síntesis necesarias para asegurarse de que el consultante no está pasando algo por alto. Al externalizar el problema el consultante puede dejar de pensar en asignar culpas y pensar en el problema como una identidad independiente (Castillo, Ledo y del Pino, 2012).

La adultez joven actual lleva de por medio narrativas que describen la subjetividad alrededor del proceso humano de encargarse de uno mismo. Esta puede promover acciones que dificulten la adaptación a la etapa, pero forman parte de la identidad del individuo y son un reflejo de su realidad. El trabajo del psicoterapeuta en consulta, entre otras cosas, es invitar a resignificar los elementos

nombrados, transformando la narrativa agobiante en una nueva perspectiva que ofrezca seguridad.

En el proceso psicoterapéutico, un terapeuta utiliza sus conocimientos para interpretar la naturaleza biopsicosocial humana en el pensamiento narrativo de un consultante. Siendo la visión subjetiva el material de trabajo con el que se generan reflexiones y resignificaciones sobre la vida de quien se atiende. Los relatos están repletos de lagunas que las personas llenan con su propia perspectiva para poder representarlos. Estas lagunas aportan una interacción con el mundo que es reescrita con cada nueva experiencia. La evolución de la narrativa es parecida al reescribir de una historia, porque las personas entran en estos relatos y los apropian para comprender el mundo (White, 2002).

“El relato de cada persona es único, y los significados que [se] le atribuye[n] a los acontecimientos van a depender de la forma particular en que cada persona signifique los acontecimientos que está relatando.” (Zlachevsky, 2003, 48). Analizar una narrativa en consulta psicoterapéutica es relevante porque se está haciendo una observación de temas que, si bien pueden suceder a nivel social, se interpretan desde la experiencia individual y la visión que esta misma ofrece sobre el mundo. En el proceso psicoterapéutico el consultante no llega sólo a contar una historia. Se exponen en consulta las posturas ante la vida. Estas se encuadran o reencuadran según la teoría que el profesional de la salud mental maneje y lo que el propio paciente considere como útil para su propia vida.

Payne (2002) explica que, en un proceso psicoterapéutico, al analizar narrativas, el papel del terapeuta consta de indagar la mayor cantidad de detalles



posibles en el relato del cliente. De modo que se enriquezca de tal manera, que se pueda crear una especie de mapa que describa cómo se percibe la persona a sí misma.

La experiencia vivida en sí es más sustanciosa que el discurso, ya que las personas organizan su experiencia y le dan un significado a través de los relatos. En la construcción de estos, las personas escogen los momentos más significativos de la experiencia vivida y gracias a ellos modelan sus relaciones con el entorno (Diana y Norman, 2014).

A través de los relatos, en la práctica psicoterapéutica, es que el psicoterapeuta puede dar cuenta de la evolución del proceso de su consultante. Es por ello que la metodología elegida para el presente estudio tiene que ver con el análisis de los relatos. En el siguiente apartado se expondrán los puntos de la misma.

## **4. Fundamentación Metodológica**

El ser humano cuenta con la naturaleza para narrar historias a través de su propio lenguaje, al funcionar como actores sociales, los individuos perciben información, que genera relatos, que se convierten en narrativas. Estas pueden ser indagadas, definidas y organizadas, por lo que la relevancia de la narrativa como objeto de estudio radica en su utilidad para dos métodos: la psicoterapia y la investigación. Ambas pueden ser combinadas para estructurar información y generar conocimiento, ya sea a nivel teórico o práctico, y así pueden pasar a convertirse en método de investigación para el acercamiento a la comprensión de la conducta humana (Domínguez y Herrera, 2013).

Para el presente apartado se profundizará en la metodología a emplear en la investigación. Se utilizará una perspectiva cualitativa que se enfocará en el análisis de los relatos de un consultante a lo largo de su proceso psicoterapéutico. Para esto, es relevante hacer un estudio de caso clínico a través del análisis estructural del relato (AER). El AER es una metodología que resulta pertinente para los objetivos de la investigación porque permite diferenciar con mayor especificidad la forma en qué evoluciona el relato, y cómo se comprende el mundo.

### **4.1 Estrategia: Estudio de caso clínico sistematizado**

Los estudios de caso son considerados herencia directa de la medicina. Es a través de este diseño que se realizan aproximaciones clínicas más convenientes que hacer estudios grupales para hipótesis o casos muy específicos, ya que establecen una relación causal entre el individuo y su contexto. Sin embargo, esto no quiere decir que los estudios de caso clínico en psicoterapia no puedan generalizarse, al

contrario, representan una base para hacer réplicas que permitan nuevas propuestas de intervención (Roussos, 2007).

Morley (2007) establece cuatro usos fundamentales para los estudios de caso clínico en psicología clínica. Menciona que pueden ser utilizados con razones pedagógicas, ya que estos diseños son didácticos al permitir la ejemplificación de conceptos teóricos y sus técnicas. También pueden ser utilizados para la preparación de profesionales a través de la generación de estándares en la acción clínica. Por otro lado, es entendido que generan nuevas tendencias de pensamiento en la práctica clínica. Por último, invitan a generar antecedentes de investigación (Roussos, 2007).

El estudio de caso clínico se basa en las relaciones causales identificadas durante las intervenciones. Estas son manipuladas directamente con las técnicas adecuadas y así se puede acordar un rol causal en lo referente a las variaciones de comportamiento observadas (Stoppiello, 2009). En este caso, se observará el relato de un adulto joven con la dificultad de integrarse a una vida adulta saludable, enfrentando los retos que vienen con ella. Stoppiello (2009) explica que la condición fundamental de un caso clínico es la evaluación constante de la prestación del consultante, antes y durante la intervención.

De esta manera, los estudios de caso vinculan la investigación con la práctica clínica, probando una técnica para evaluar la validez del tratamiento en un ambiente controlado. En este caso, el método es un diseño observacional de caso clínico, porque hace el estudio de la intervención terapéutica, centrado en la descripción de las características de un caso y los resultados obtenidos. Para los diseños

observacionales se procura un control de las variables medidas para plantear niveles precisos en los criterios de evaluación a través de herramientas que posibilitan el control de las variaciones en las variables a estudiar (Roussos, 2007).

Maldavsky (2008) explica que en la investigación clínica sistemática requiere al menos dos niveles de análisis, lo que ocurre en la cotidianeidad del consultante y lo que ocurre en la sesión misma. También plantea que, a nivel práctico, los estudios de caso pueden rectificar o agregar nueva información a los estudios anteriormente realizados, pero también pueden coincidir con lo anteriormente estudiado.

Para llevar a cabo el estudio de caso, se pueden hacer comparaciones dentro del mismo caso. Estas pueden ser únicamente de las escenas narradas, o pueden incluir las escenas desarrolladas en la sesión, además de las narradas sobre el exterior (Maldavsky, 2008).

Para el análisis de resultados Maldavsky (2008) plantea que existen dos opciones: identificar un concepto unificante en el caso, o anotar los rasgos diferenciales a pesar de lo común. La meta de hacer estudios de caso clínicos sistematizados es evidenciar los procesos psíquicos más comunes, pero también dar cuenta de la singularidad de cada caso.

#### **4.2 Método: Análisis Estructural del relato**

Las narrativas son construidas a partir de la experiencia individual, constituidas por relatos que incumben a la psicoterapia por representar la propia visión del mundo y el margen de acción a partir de lo interpretado.

La herramienta metodológica a utilizar en el presente diseño observacional de caso clínico es el análisis estructural del relato (AER). El relato puede ser sostenido por el lenguaje en cualquiera de sus modalidades, puede ser oral, escrito, con gestos, en imágenes fijas o móviles, o la combinación de todas. Está presente en todos los tiempos, lugares y sociedades, en todas las clases sociales y todos los grupos humanos (Barthes, 2002).

“El relato interroga en profundidad el actuar humano, sus motivaciones, sus objetivos, su ética. Los hombres se preguntan también qué lugar ocupan en el mundo y exploran los momentos pasados de sus propias vidas.” (Adam y Lorda, 1999, p.14) Esto lo hace diverso, lo que quiere decir que no está constituido por un tipo de discurso o modo particular de organización de mensajes verbales y no verbales. Es subjetivo, pero la subjetividad no quiere decir que la información tenga menos validez, sino que debe ser estudiada con métodos deductivos que tomen en cuenta su variabilidad (Maldavsky, 2004).

Para el análisis estructural de relato, es necesario tomar la lingüística como compositor de unidades originales que componen un relato, la suma de las palabras que componen frases hace los discursos que generan nuestras narrativas. Para su análisis, es necesario tomar en cuenta los significantes originales y los transformados a la medida individual, describiendo las categorías del verbo, los personajes, el lenguaje o las jerarquías (Barthes, 2002).

La sucesión de hechos representa la unidad principal del relato ya que conecta cada acto, dando continuidad a lo sucedido a través de procesos y predicados. La unidad temática figura como un personaje que atraviesa una

situación, una que causa intriga en el camino a un desenlace que represente un cambio para la historia y, por ende, un nuevo elemento a añadir en la narrativa después de la experiencia vivida.

Adam y Lorda (1999) establecen que, en el análisis de una narrativa, es necesaria la microsegmentación del relato, distinguiendo unidades textuales más pequeñas para saber cómo generan movimientos discursivos gracias a las secuencias en que son utilizadas. Barthes (2002) explica que las palabras utilizadas sólo cobran sentido si se ubican en la acción de un actante, entendido como la persona que realiza la acción en el relato, y esta acción sólo recibe sentido al momento de ser narrada, por lo que la propuesta está en distinguir tres niveles para la descripción de la narrativa: las funciones, las acciones y las narraciones.

Las funciones son entendidas como unidades, un segmento de la historia cuyo significado tenga una correlación con otra unidad; esto quiere decir que en un relato está compuesto de significados que hacen mayor sentido una vez que se conectan, aun cuando un significado pueda parecer insignificante o que no encaja en una situación, es una unidad de contenido. Las acciones cuentan los hechos, especifica a los personajes como actantes o gestores de actos por cometer y los encuadra en una unidad de tiempo (Barthes, 2002).

Por último, las narraciones, constituidas por la reintegración de funciones y acciones articuladas sobre alguien que habla y su destinatario. Incluye el manejo de códigos que se comparten a los oyentes, como cuando se inicia una historia con “había una vez” y ya se sabe que se escuchará un cuento, de la misma manera, los

códigos de las narraciones representan formas específicas de decir la historia (Barthes, 2002).

Hay que recordar que estos tres niveles están ligados entre sí según una integración progresiva, lo que quiere decir que una función sólo tiene sentido si se ubica en la acción general de un actante; y la acción misma recibe su sentido último según el hecho que narra, confiada a un discurso que es su propio código (Barthes, 2002, p.45).

Los tres niveles están ligados en su uso, pero también son construidos una vez que la persona que narra está contactándose con el mundo y se hace un paradigma del mismo. Por lo que se puede entender que la narración no tiene sentido si no hay un mundo que la utilice para conectar, identificar y significar.

El AER implica descomponer las narrativas en unidades más pequeñas, diseñando núcleos separados donde se estudie la sucesión lógica que el individuo ha construido a través de la experiencia. Es una herramienta útil para el estudio de caso en psicoterapia porque en el proceso psicoterapéutico la narrativa es el principal instrumento de trabajo y un agente de cambio para el consultante, por lo que este será el desarrollo del estudio.

Para el AER es importante considerar la secuencia narrativa. Adam (2007) explica que una narrativa se confía de las macroproposiciones de los hechos, por lo que es importante observar las conexiones entre proposiciones, entendidas como unidades de significados, y sus secuencias. Las secuencias de proposiciones que

constituyen el relato, o secuencias narrativas deberán tomar en cuenta 6 elementos esenciales, que Adam describe de la siguiente manera:

- Sucesión de hechos: la serie mínima de hechos que ocurren en un tiempo determinado.
- Unidad temática: la presencia de mínimo un actor a quien se le atribuyan la sucesión de hechos y los predicados transformados.
- Predicados transformados: refiriéndose a las acciones que realiza el sujeto y dan sentido a la oración, este elemento toma en cuenta lo que sucede con el sujeto, y el instante en el que sucede.
- Proceso: la integración de los elementos anteriores, que forma la sucesión con un inicio, una continuación y un fin, que, además, toma en cuenta lo que sucedió antes del proceso y después del mismo.
- Causalidad narrativa de una puesta en intriga: macroproposición que da cuenta de los momentos del proceso, gracias a los cuales se genera intriga e interés por el desenlace. Dan cuenta del siguiente esquema secuencial:
  - Situación inicial/Orientación
  - Complicación/Disparador 1
  - Acciones/Evaluación
  - Resolución/Disparador 2
  - Situación Final
- Evaluación final: la macro-proposición final de los elementos en la narrativa, que generan una conclusión o moraleja, que puede ser explícita o implícita.



Como el AER implica desarmar el relato en partes, la reconstrucción del mismo es parte necesaria del método. Maldavsky (2004) plantea cinco pasos para reconstruirlo:

1. Clasificar el texto por cada tema/*topos* encontrados.
2. Recombinar los fragmentos para generar unidades coherentes de análisis.
3. Obtener un relato con los fragmentos analizados.
4. Detectar redundancias.
5. Analizar la secuencia Narrativa.

Elaborar el AER implica transcribir los fragmentos de las sesiones psicoterapéuticas que aludan a la fundamentación teórica en la que está construido el presente estudio, sistematizarlos e ir construyendo el análisis. Para la transcripción se utilizarán las siguientes características:

- Datos de identificación (Consultante, número de sesión).
- Códigos de identificación (T: Terapeuta, Cx: Consultante).
- Palabras en deletreo de acuerdo con el idioma.
- Sonidos en el discurso (Ajá: afirmación, mmm: duda, ¿eh?: pregunta, jajaja: risa).
- Enunciaciones no verbales y sonidos en el contexto aclaradas entre paréntesis.
- Cada segundo que pasa en una pausa de quien habla es aclarada con el número aproximado de segundos que duró, entre paréntesis.
- Palabras incompletas se escriben con un guion medio y un espacio.

- Las interrupciones se especifican con corchetes entre los discursos que se enciman.
- Las palabras que no se entienden se aclaran escribiendo: *incomprensible*. Las que se entienden poco y pueden ser conjeturadas tienen un signo de interrogación antes de la palabra supuesta.
- Las citas del diálogo están entre comillas.
- Los cambios en tono de voz se ponen en mayúsculas.

Los elementos que inevitablemente se van a observar al momento de realizar el AER será la mejora o degradación del relato, también entendidas como *turning points*. La propuesta general de las terapias narrativas tiene relación con el “engrosamiento” de las historias, lo que quiere decir que en consulta se les añaden detalles que dejan de identificar a la persona a través de los problemas y síntomas. Bremond (1966) menciona que a todo relato que ha llegado al fondo, sólo le queda el mejoramiento, aún si aparecen nuevos relatos que hablen de dificultad. Una vez que el relato llega a su punto máximo de mejoramiento, hasta ese momento, se accede a la conclusión de la historia y el protagonista del relato adquiere estabilidad. Lo anterior implica un diálogo abierto dentro del cual, las desgracias se diluyen.

Ducrot y Todorov (1986) explican que al analizar un relato se consideran las secuencias narradas, existen dos tipos: las secuencias de transformaciones simples son especificaciones que reemplazan los operadores que especifican el predicado; y las secuencias de transformaciones complejas, entendidas como reacciones, están caracterizadas por tener varios predicados dependientes el uno del otro. Ambas secuencias se dividen en 6 categorías cada una, todas arman una escala

donde las secuencias inician siendo muy básicas para el relato, pero poco a poco van complejizándose.

- Secuencias simples:

1. Modo: Transformaciones hablan de posibilidad o imposibilidad, usa verbos modales como *deber* o *poder*.
2. Intención: Indica la intención de realizar una acción, usa verbos como *intentar*, *proyectar*, *premeditar*, *planear*.
3. Resultado: Transformaciones formulan acciones cumplidas, usa verbos como *llegar*, *conseguir*, *lograr*.
4. Manera: Transformaciones que especifican cómo se desarrolla una acción, puede alcanzar a examinar partes independientes de la misma acción, funciona mediante adverbios o verbos auxiliares como *apresurarse a*, *atreverse a*.
5. Aspecto: El relato habla de aspectos en las acciones, lo que progresa, lo que se repite, lo que se suspende.
6. Estatus: La forma positiva de un predicado se reemplaza por una negativa, se utiliza el adverbio *no* frecuentemente.

- Secuencias complejas:

1. Apariencia: Se reemplaza el predicado por uno que es mentira, pero podría pasar por el primero, usa los verbos *fingir*, *aparentar*, *simular*.
2. Conocimiento: Las transformaciones relatan el conocimiento adquirido de una acción, usa verbos como *observar*, *averiguar*, *saber*, *ignorar*.

3. Descripción: Habla de acciones que están destinadas a generar conocimiento, usa verbos como *contar, decir, explicar*.
4. Suposición: Se refiere a acciones que aún no se realizan, usa verbos como *prever, presentir, sospechar*.
5. Subjetivación: La transformación hace una comprobación a un sujeto, se conecta más de un verbo, suele usar verbos como *creer, pensar, considerar*.
6. Actitud: Explica el estado causado por una acción, usa todo tipo de verbos y transformaciones porque es el punto más complejo de secuencias relacionadas.

Estas transformaciones se ven matizadas por intrigas, entendidas como elementos narrativos que elevan la tensión en el relato gracias a la revelación u ocultación de información. Se plantean tres tipos de intriga: de destino, de personaje, y de pensamiento, cada una con subcategorías (Ducrot y Todorov, 1986).

- Intrigas de destino:
  - Acción: la intriga se enfoca en un problema y su solución.
  - Melodramática: Pasan múltiples desdichas en todos lados.
  - Trágica: El protagonista es responsable de su desdicha, pero lo descubre muy tarde.
  - Castigo: En el relato se reconoce que es falso y hasta malvado.
  - Sentimental: lo contrario a la intriga melodramática, en esta hay triunfo a pesar de las dificultades.
  - Apologética: El protagonista se hace responsable de lo suyo, atraviesa el peligro, y obtiene lo que quiere.

- Intrigas de personaje:
  - Maduración: el protagonista no tiene experiencia ni madurez.
  - Recuperación: el relato es positivo, se asume la responsabilidad de las desdichas.
  - Prueba: El personaje principal del relato es sometido a pruebas difíciles y en este momento puede que abandone sus ideales u obtenga la victoria.
  - Degeneración: Hay tantos fracasos que se renuncia a los ideales.
- Intriga de pensamiento:
  - Educación: no hay maduración, y si hay algún cambio psíquico, no hay cambio en el personaje.
  - Revelación: El protagonista ignora su condición.
  - Afectiva: No cambia la filosofía del relato, pero sí las creencias y actitudes del personaje.
  - Desilusión: El personaje pierde todos sus ideales y muere en desesperación.

Investigar los procesos de identidad en los relatos terapéuticos a través del AER es beneficioso porque permite hacer un análisis puntual, descriptivo y detallado de cuáles son las palabras que la persona elige al momento de hablar, como un reflejo de los procesos de pensamiento que está teniendo mientras procesa la realidad; además, gracias a la deconstrucción del relato se pueden identificar los momentos clave, o *turning points*, donde el discurso mejora o se degrada. La identidad se expresa a través del relato, obteniendo un proceso de pensamiento a

través del cual se puede observar como la persona se posiciona ante la adultez joven, analizando si se percibe a sí misma como un agente o un personaje sin control sobre sus decisiones, y si el proceso psicoterapéutico tiene un impacto sobre la forma en que percibe los retos de su etapa del desarrollo.

### **4.3 Descripción del caso**

El consultante acudió a psicoterapia con motivo de depresión autodiagnosticada. Esto quiere decir que llegó nombrándose a sí mismo con trastorno depresivo a pesar de no saber los criterios para el diagnóstico del mismo. El consultante sabía que se sentía profundamente triste y con falta de sentido. En sesión se elaboró que el cliente se había sentido desanimado últimamente. Cuando se le preguntó sobre la temporalidad de su estado anímico solía responder con su sintomatología, creía tener mucho tiempo así pero no lo podía especificar claramente, y tampoco recordaba un momento específico que detonara su sentir.

Refirió que se despertaba y no le daban ganas de levantarse, a lo largo del día se sentía sin energía, no le encontraba sentido a “nada”: trabajar, estudiar, tener novia ni casarse. Percibía diariamente esta falta de sentido, pero no la pensaba durante todo el día ya que intentaba mantenerse ocupado. Encontraba momentos en los que se sentía bien, sobre todo cuando salía de la ciudad y podía dejar sus pendientes. De igual manera, disfrutaba los momentos de recreación con consumo de marihuana casi diario.

En la primera sesión menciona no tener dificultad para dormir, pero si no fuera porque tiene actividades pendientes, podría hacerlo todo el día, aunque no suele sentir cansancio a lo largo de las jornadas diarias. También refiere dificultad

para concentrarse, normalmente son dos pensamientos los que vienen a su cabeza: la falta de sentido al hacer las cosas o la responsabilidad de terminar sus pendientes.

Él clasifica lo que siente como depresión, lo que busca con la consulta es que termine el pensamiento sobre la falta de sentido en las cosas que hace y desea sentirse mejor consigo mismo sobre sus decisiones. Al final de la primera sesión dijo: “Tengo 27 años, pero yo me siento de 20. Tengo 27 años porque las responsabilidades me lo dicen pero en realidad yo quisiera estar en la secundaria, la prepa otra vez para no tener que preocuparme por nada.” Lo que indica que parte de la problemática del consultante está en crecer y hacerse responsable de las cosas, motivo por el cual, su relato es conveniente para los propósitos del trabajo de obtención de grado.

Soltero, sin hijos ni mascotas. Comenta que principalmente sale a trabajar y regresa a su casa, no considera llevar una vida sedentaria debido a que suele mantenerse en movimiento en sus pendientes cotidianos. Refiere no tener amigos, dejó de hablarles desde hace mucho tiempo y no le nace convivir con ellos, además, le es difícil interactuar con otras personas.

Escolaridad de bachillerato técnico en informática. Actualmente trabaja en el área de mantenimiento técnico de una empresa de máquinas contadoras de billetes pero al llegar a consulta acababa de entrar a una empresa como instalador de cocinas. Sin embargo, el consultante refiere que ese trabajo no era de su agrado porque fue el de menor categoría y sueldo. Menciona haber tenido trabajos que le han parecido más productivos y con mejores ingresos, así que decidió buscar el

empleo actual para renunciar a su puesto como instalador. Cabe destacar que ha decidido renunciar a todos sus empleos anteriores porque no se visualiza haciendo lo mismo toda la vida.

Respecto a la relación con su familia, el consultante explica que es con su hermana con quien lleva una relación más cercana debido a que ella suele ir a visitar su casa con frecuencia y apoya en el cuidado de la enfermedad de su madre. Mientras que, con el resto de sus hermanos que tienen antecedentes de alcoholismo y son actualmente rehabilitados, no lleva una relación cercana. Por otro lado, ha mencionado que con su padre lleva una relación distanciada ya que no suele hablar ni convivir con él, su padre vive en una ciudad de la costa del país y también acude a Alcohólicos Anónimos para trabajar su proceso de rehabilitación, actualmente tampoco consume. Sus padres se divorciaron cuando él estaba en la etapa de la infancia, el consultante se quedó al cuidado de su madre, mientras que su padre se fue de la ciudad.

El cliente cuenta que recuerda poco de su infancia, de hecho, recuerda su propia historia de vida a través de lo que le cuentan que vivió. Además, en cuanto al tema de memoria, constantemente olvida sus sesiones de psicoterapia y no acude.

El consumo de sustancias es una de las dificultades en la adultez joven, se teoriza que sus fallas a la memoria pueden ser parte de mecanismos de defensa que reprimen elementos específicos que le incomodan. Pero también está la posibilidad de que su consumo de marihuana, que tiene más de 10 años, haya tenido repercusiones en el hipocampo (NIDA, 2020), y, por lo tanto, a su memoria.



Después de cuatro meses de consulta psicoterapéutica, el consultante explica que se siente atraído hacia los hombres y que, de hecho, tiene tiempo en una relación que esconde de su familia porque no se siente listo para atravesar las conversaciones incómodas sobre su orientación sexual. Suele nombrarse a sí mismo como “gay” y “bisexual”; ha confesado en sesión que no está seguro de cómo etiquetarse porque se siente confundido con su orientación.

Por último, respecto a la relación con su madre, considera que es cercana a pesar de que no tiene la confianza para contarle cosas sobre su vida personal. Él es su cuidador principal y pasa la mayor parte del tiempo con ella. Sin embargo, comenta que hay días en los que se siente cansado de cuidar y frustrado debido a los dobles discursos que maneja su madre, donde por un lado le dice que sea libre, pero por el otro le dice que tiene miedo de quedarse sola y le pide que no salga de casa. El consultante reconoce que ella no es expresiva con muestras de afecto, al contrario, podría parecer una mujer indiferente, pero reconoce sus muestras de afecto en el apoyo que le ha ofrecido cuando él se ha visto en dificultades económicas y laborales.

#### **4.4 Consideraciones éticas**

El caso de estudio fue obtenido gracias a una persona beneficiaria de un proyecto que ofrece acompañamiento psicoterapéutico a bajo costo en espacios de consulta específicos, atendidos por estudiantes de maestría y supervisados por profesores de la misma.

Debido a la contingencia sanitaria por Covid-19, las consultas en el proyecto han sido atendidas en línea. En el caso específico para el presente estudio, el consultante se encontraba en las instalaciones de la universidad mientras que la psicoterapeuta lo atendía desde su casa.

Al consultante que participa se le ha hecho saber el objetivo de la investigación, además, se le ha solicitado consentimiento para la utilización de las videograbaciones de sus sesiones psicoterapéuticas, cuyos fragmentos serán utilizados para el AER que dé cuenta de la evolución de su narrativa dentro de la consulta. Se estableció completa confidencialidad para el participante y se hizo de su conocimiento que puede retirarse del estudio con toda libertad y sin consecuencias para el seguimiento de su proceso psicoterapéutico, de modo que su integridad física y moral sea resguardada. En los Anexos se puede encontrar el consentimiento informado entregado al participante para firmar.

## 5. Análisis de Resultados

El AER descompone las narrativas en unidades, estudia sucesiones lógicas en la experiencia del dueño del discurso, hechos, articulaciones en el lenguaje y procesos de interacción. La presente metodología, a través de un esquema de Adam, identifica los momentos del proceso. Para su análisis se distinguen y describen las secuencias, intrigas, moralejas, el topos o línea argumental, los personajes involucrados y sus papeles en la historia. Además de los momentos de mejora y degradación, entendidos como *turning points*. Se elige esta estrategia para analizar el relato porque consiste en dividir las sesiones analizadas en seis etapas que hacen un comparativo de los verbos, personajes y *turning points* de la narrativa.

En el presente apartado se podrán encontrar dos tablas con la división de las unidades de estudio: situación inicial, complicación, acciones, resolución, situación final y la moraleja implícita; entendidas en conjunto como esquema de Adam. Después de cada sistematización en el esquema de Adam se realiza el análisis estructural del relato sobre los elementos teóricos a observar: la adultez joven y la identidad. El apartado que sigue después de la sistematización contrasta lo analizado en los relatos del consultante con la teoría consultada haciendo un diálogo con los autores.

## 5.1 Adulthood Joven

En el cuadro a continuación se presenta la sistematización de la información a través de un esquema de Adam, en el cual se podrán encontrar fragmentos de las sesiones psicoterapéuticas con el consultante. Entre los identificadores se utiliza un código entre paréntesis al inicio de cada fragmento. El primer número es la entrevista mientras que el segundo número referencia al párrafo del documento que sustrae las transcripciones de los temas relevantes para la investigación. Los verbos conjugados a lo largo de los discursos sistematizados están subrayados, mientras que los personajes están resaltados con color rosa y los *turning points* con color amarillo. Además, se resaltan algunas construcciones armadas en el discurso, en color verde están las personales y en azul las impersonales.

Situación Inicial	Complicación/ disparador 1	Acciones/ Evaluación	Resolución/ Disparador 2	Situación Final	
Dificultades de vida adulta: trabajar, tomar decisiones, responsabilidades.	Le causa conflicto cómo funcionan los trabajos, le da miedo equivocarse al tomar decisiones.	Aprendizajes de la vida laboral, frustración para tomar decisiones, independencia emocional y económica.	Reconoce que está creciendo y tiene responsabilidades	Desea libertad y tener responsabilidades, como trabajar, en lugares donde se sienta libre	<b>Moraleja</b>
(1.1) "pero, pero la verdad es que diario se <b>me vienen ideas</b> así de...de qué chiste	(2.10) "Quiero <b>intentar</b> salir de mi <b>casa</b> , porque <u>salir</u> , o sea, yo <u>siento</u> que	(3.6) "(2) Sí, sí así como, me <u>canso</u> en la forma en que <u>digo</u> , por qué,	(8.1-2) (5) Para mí que <u>significa</u> , mmm, pues <u>se me han venido muchas cosas</u> a la mente, así	(8.11) Sí y también lo he <u>tenido</u> mucho en la mente, este, de la, de esa última	El consultante quisiera ser un adulto libre, pero no quiere tomar las

<p>no, o sea porqué, y lo <u>hago</u> porque lo <u>tengo</u> que <u>hacer</u> porque pues estoy <u>viendo</u> y pues <u>tengo</u> que, <u>tengo</u> gastos y <u>tengo</u> que <u>comer</u> y todo, ¿me <u>entiendes</u>? <u>tengo que trabajar a fuerzas</u>, pues me <u>obliga</u> a hacerlo de alguna manera y no <u>molesta</u>, si me <u>gusta</u> <u>trabajar</u> y lo <u>hago</u> con gusto y todo y me <u>despierto</u> bien y así, pero si de repente (2) como que no <u>sé</u>, me <u>vienen</u> cosas a, a mi mente y es cuando, cuando no, no, (3) pues cuando <u>se vienen ideas</u>, de que, de que para qué para qué <u>hago</u> lo que <u>hago para qué intento salir adelante</u> o para que <u>intento</u> hacer algo si al final pues no <u>sé</u> si <u>esté</u> bien o <u>esté</u></p>	<p><u>vivir solo</u> y <u>arreglar</u> y <u>arreglármelas</u> <u>sí se batalla</u> y todo, pues <u>yo solucionarlo</u>, pero <u>hay algo que no me ha dejado hacerlo</u>. Yo <u>vivo</u> solo con mi <u>mamá</u> y nada, a mí <u>me da tristeza que se quede sola</u> y me lo ha <u>dicho</u> y a pesar de que... me lo me ha <u>dicho</u>, eso también me ha <u>dicho</u> “<u>tienes que hacer tu vida</u> y por mí pues, así, o sea tú <u>haz</u> lo que tú quieras”, sí, pero a la vez pues no, o sea, como que la <u>veo</u> y triste así cosas así no y la verdad es que <u>me detiene mucho</u>.”</p>	<p>porque ¿sabes? O sea, <u>porque, ¿porque me toca a mí?</u> y no, y no, o sea no me <u>molesta</u> ni nada, simplemente <u>me cansa</u> ¿Por qué? Porque hay veces que <u>yo quiero salir</u>, con algún amigo y así, y, y pues <u>ella está mala</u>, y ya me <u>voy</u> y me dice “no pues <u>vete</u>, no pasa nada” porque ya son <u>crisis</u> como que, ya <u>sabemos</u> lo que <u>tiene</u> ¿no? o sea es lo mismo y al día siguiente ya <u>amanece</u> mejor y así es pero pues ella sí me <u>dice</u> a veces “¡ay no te <u>vayas!</u>” o no “¡<u>haz</u> esto!, es que me <u>siento</u> mal, me <u>da</u> miedo” me <u>dice</u>, van como dos o tres veces que me <u>dice</u> “me <u>da</u></p>	<p>como como, que tal vez me <u>debo</u> de enfocar, en algo así ¿no? o sea ya como <u>establecerme</u>, ya <u>no andar buscando</u> como cualquier pretexto como <u>para salirme o así</u>, sería eeh, como que si se me <u>ha venido</u> como a la, a la mente así como más, pues <u>estabilidad, aprender más</u> ¿no? porque <u>creo</u> que yo a lo mejor, pues <u>me puedo dedicar</u> a eso, o sea a <u>trabajar en, como de servicio técnico</u>, mmm, (8) y pero, <u>es algo que me gusta</u> y al mismo tiempo como, pues <u>hacer</u> otras cosas, que también me <u>gustan</u>, este si fíjate que estos días, se, se me <u>ha venido</u> mucho a la mente eso, y que ya, porque si también se me <u>han venido</u> a la mente otras cosas, y <u>es</u> así como que jaaah otra vez! otra vez lo mismo, pero y fíjate, o sea <u>acabo</u> de</p>	<p>sesión que también, este, que bueno, <u>comentábamos</u> que <u>yo no me sentía libre</u> y también <u>es</u> una forma de libertad como, <u>no decidir hacerlo</u> ¿no? o hacerlo, aunque yo me <u>sienta</u> como que no hay opciones, pero de alguna manera, pues sí <u>es</u> como mi decisión ¿no? eso, eso, <u>créeme</u> que sí, me, me, <u>pues yo siento que me ayudó</u> mucho porque, (5) pues <u>me hizo sentir bien</u>, o sea eso lo <u>he traído</u> en la mente y me <u>ha hecho sentir bien</u>, <u>me ha hecho</u>, o sea <u>estar</u> más a gusto, <u>no pensar en, en que vivo</u> en un mundo en el que <u>pues no tengo opción yo</u>, o sea ya <u>es</u> así ya, todo el</p>	<p><b>responsabilidades que conlleva, no desea tomar el camino para llegar a ser adulto, no quiere pasar por la incomodidad del proceso.</b></p>
--	---	--	--	--	--

mal pero al final pues es lo mismo.”

miedo”, “pero miedo ¿de qué?” pues no sé, pues miedo de que se ponga mala, miedo de, de morirse enferma o de estar sola y ponerse grave y que no haya nadie ¿sabes? eso es lo que le da miedo a ella, entonces sí ha habido ocasiones que me dice “no salgas” ahí son las ocasiones en las que yo, yo digo, y o sea me canso, porque digo, porque o sea, porque siento que es algo, que no me corresponde a mí, pero a la vez, siento que si me corresponde, es como de alguna forma como, pues no sé, pagar por así decirlo, todo lo que ella pues me ha

entrar, pero no tanto, o sea menos, la verdad es que sí muchísimo menos, porque le doy vuelta (¿?) luego, luego a la idea, sólo la saco para afuera, y, y al contrario, pienso otras cosas, otro tipo de cosas ¿no? o sea cómo pues más positivas ¿no? por así decirlo, o sea, ya no buscarle lo malo, más bien buscarle lo bueno a [eso]. No quejarme ¿no?, no quejarme de, de eso, este y si eso, la verdad es que sí, me siento con más mmm, pues un poco más seguro por así decirlo, de lo que estoy haciendo, y, eeh, tal vez de lo que quiera hacer, pero te, te digo tal vez porque no estoy seguro ¿entiendes? yo creo que ese es mi problema. (se ríe)

mundo es así, y no, no es así en realidad tú, uno decide qué hacer y eso que hablamos la última vez sí, la verdad sí, yo siento que también me ha ayudado a que mi estado de ánimo este bien, porque sí lo he pensado he, lo he pensado desde la última sesión, se me quedó muy grabado eso y, y sí, sí es cierto ¿sabes? algo con mucha razón y de alguna manera me hizo sentir bien, pues ya no me sentía como oprimido ¿no?

		<p><u>dado</u>, porque en realidad ella es la que me <u>ha dado</u> todo. O sea, ella me <u>pagó</u> la escuela, hasta donde ella <u>pudo</u>, y con todos <u>fue</u> igual, o sea si <u>quieres</u> estudiar universidad, pues ya va a <u>ser</u> de tu parte, ya, yo ya no <u>puedo</u> y menos ahorita ¿eda? Porque pues ya no <u>trabaja</u>, si <u>trabajara</u> tal vez si pudiera, <u>apoyar</u>, si me dijo “la universidad, yo ya no <u>puedo</u>, si <u>quieres</u> estudiar pues ya <u>va</u> a <u>ser</u> de tu parte “este (3) y pues así.”</p>			
<p>(2.5-6) “Mmmm, pues las demás opciones, o sea si <u>hay</u> más opciones, <u>me cuesta</u> trabajo como <u>decidir</u>,</p>	<p>(3.2) “Mmm, no, simplemente me <u>da</u> mie, me <u>da</u> vergüenza, me <u>da</u> miedo <u>hacer</u> las</p>	<p>(4.14) “Mmmm, pues sí, sí, <u>yo creo</u> que si ¿no? como que <u>toma</u> decisiones, eeh, a</p>	<p>(5.9) Mmm, sí, eh, (3) sí, yo, <u>yo siento</u> qué es <u>inseguridad</u>, <u>inseguridad</u> <u>mía</u>, porque pues, no <u>sé</u>, no <u>sé</u> por qué, pero yo</p>	<p>(6.6-7) Bueno sí, me <u>vino</u> a la mente, yo <u>creo</u> que también <u>soy</u> un poco <u>impaciente</u> conmigo,</p>	

a esto, este bien o este mal, o sea si lo hago bien, bueno, y sí es la decisión correcta, bueno, sino es la decisión correcta, pues ya lo hice pero este es el problema que no, no... ¿Cómo te puedo decir? pienso en todo ¿me entiendes? sí esto y si el otro y si esto y si el otro, y eso sí me, sí es algo estresante porque estás todo el tiempo pensando en eso, a mí me pasa pues, estoy todo el tiempo pensando en lo mismo, mismo, mismo. Pues sí al elegir el, el mejor, para mí, o sea no tanto que pierda todo, sino elegir cómo lo

cosas, o sea me la pienso y no lo hago, pero no sé, no sé de donde venga pues”

lo mejor por situaciones, que pasan y no me agradan pero que, a lo mejor también de mi parte, no sé, debo de pos tener más paciencia o algo así ¿no?”

me siento como muy inseguro ¿sabes? a lo mejor sí, parte de toda esa inseguridad es todo eso que me comentas, el miedo a la responsabilidad, el, el, el miedo a fracasar o cualquier cosa, pero yo me siento como muy inseguro, en, en mi vida, o sea toda mi vida, si yo quiero hacer algo y desde chico he sido así, ahorita ya he tratado de cambiar, yo, este, muchas, es eso, es algo que he luchado en cambiar, mi inseguridad, porque por vergüenza yo no hacia algo.

tal vez sí, creo que va ligado, con lo que hemos estado hablando ¿no? o sea me siento como, como, no sé desesperado, impaciente, como que no, que, como que no, no como hemos dicho, pues como has dicho, que quiero las cosas rápido y en todos los sentidos, o sea sí, sí me considero un poco impaciente conmigo. (4), mmm, ¡Ay no sé! (5), como (3), no sé, mira a veces me siento como, como que quiero hacer las cosas, y no, como no puedo, o sea, me impaciento me da coraje, conmigo



<p>que más me <u>convenga</u> a mí, en cualquier cosa pues, de lo que sea, lo que <u>necesite</u> tomar una <u>decisión</u>.”</p>				<p>mismo, no <u>sé</u> si sea un buen ejemplo, una buena respuesta, o si te <u>respondí</u> a lo que me <u>preguntas</u>, pero así un momento eh, la verdad no, no, no se me <u>viene</u> a la mente ahorita, no un momento en el que me <u>siento</u> impaciente, pero sí, eso que te digo pues, eh, como que <u>quiero hacer</u> las cosas pero me <u>impaciento</u>, porque no <u>puedo</u>, ¿me <u>entiendes?</u> eso me <u>causa frustración</u></p>
<p>(1.4) “Y a pesar de que <u>no me molesta</u> por ejemplo o sea <u>no molestar</u>, ir a <u>trabajar</u></p>	<p>(2.1) “Pues todo, pues todo eso, o sea todo eso, todo esto de mi vida,</p>	<p>(6.4-5) “¿Qué cosas? ¡hijole! Si he <u>aprendido</u> muchas cosas, sí, como</p>	<p>(7.16) 6) pues en ese aspecto sí, (4) en cuestión laboral sí, <u>siento</u> que, que (3) pues sí</p>	<p>(7.7) “Sí, <u>me siento más satisfecho</u> y me <u>siento</u>, la verdad me <u>fue muy bien</u> este, o</p>

<p>ni nada, lo <u>hago</u> con gusto, pero no, <u>no quisiera</u>, no, <u>no quisiera</u>, <u>no me dan ganas de hacerlo</u>, <u>no quiero</u>, <u>no quisiera</u>, pero <u>lo tengo que hacer</u>.”</p>	<p>todo lo que está <u>pasando</u>, no <u>sé</u>, tú <u>me has comentado</u> que eso de, cómo el <u>cambio</u> de, de edad, de <u>responsabilidades</u>, mmmm, (4) pues (3) mmmm, tal vez, ahora que lo <u>escuché</u> de ti, o sea <u>yo sentí como que a lo mejor pudiera ser algo que a todo el mundo les pasa</u>, que no nomás <u>soy yo</u>, o sea como ese <u>cambio</u>, y que te <u>sientas</u> así, pero pues no, <u>no creo que todo el mundo le pase</u>, como así <u>de fuerte</u> ¿sabes? Como que se <u>desanime</u>.”</p>	<p>dices, <u>he estado en muchos trabajos</u>, sí, pues se he <u>ganado</u> experiencia en, en, en muchas cosas, o sea, desde <u>trabajar</u> en un restaurante eh, hasta algo más, con más dificultad, que <u>sería</u> servicio técnico, entrevista, entrevistador. ¿Qué he <u>aprendido</u>?, pues que todos los trabajos <u>son</u> iguales, no les <u>importan</u> sus empleados (se ríe)</p> <p>mmm, <u>pues un poco, más razonamiento, razonamiento lógico</u>, eso, pues yo <u>siento que te puede ayudar en muchos factores de tu vida</u>,</p>	<p><u>tengo las herramientas</u> porque mmmm pues las ganas ¿no? De, de <u>trabajar</u>, o sea a pesar de que, de que <u>sea</u> algo como pues obligatorio o <u>algo que tengo que hacer de todos modos</u>, pues que voy a <u>hacer</u> toda mi vida pero (4) pues <u>se siente mejor que estes más a gusto en un lugar que quieres</u> estar a pesar de que pues apenas <u>voy</u> entrando y (3) pues <u>voy a conocer</u> los equipos y a lo mejor le <u>voy a batallar</u> y todo y a lo mejor no la <u>armo</u>, este y no <u>puedo</u>, nos, no, ya en el campo, pues en el <u>trabajo</u> a lo mejor me <u>falta</u> mucho ¿no? y a lo mejor me <u>corren</u>, como <u>dices</u> no, no, no, no <u>pensamos</u> en eso, no <u>pienso</u> en eso pero, pero (2) ya con el</p>	<p><u>sea me comporté de una manera muy proactiva</u> y, y si <u>solucionaba</u> pues, sí, y <u>sacaba</u> pues mi <u>trabajo</u> en la <u>capacitación</u> y si <u>aprendí mucho</u>”</p>
--	---	--	---	--

		<p>por ejemplo, en ese de servicio técnico, era puro razonamiento lógico, porque tú vas y tienes que revisar la máquina, sin saber dónde está la falla, entonces tienes que ir a checar, las fallas te van a decir más o menos para hacia dónde van caminando, que parte del equipo, qué refacción, cosas así, pero uno es el que, pues tiene que pues analizarlo bien y pues atinarle ¿no? o sea, pero es puro razonamiento. Un poco de tolerancia, también, por ejemplo, en el caso del, del bar,</p>	<p>simple hecho de <u>saber</u> qué pues lo puedo conseguir, ya si, si <u>siento</u> que <u>tengo</u> las herramientas (5) en ese aspecto pues</p>		
--	--	---	--	--	--

		<p>con los clientes, porque los clientes a veces si son un poco difíciles y, y pues siempre hay que tener buena actitud ¿no? y de alguna manera yo soy muy desesperado, estoy tratando de cambiar eso también, pero si me desespero y pues, yo creo que ese también, me, me, aprendí, a tener más paciencia ¿no? con las personas.”</p>		
<p>(3.1) “Y cosas así, ese ha sido el motivo por el que, pues me he salido de trabajos, porque pues simplemente ya no me dan ganas de ir y</p>	<p>(4.3) “A, pues, en el aspecto, mi trabajo por ejemplo, es una de las cosas que a mí, siempre me ha causado un conflicto, los</p>	<p>(4.6) “Exacto, sí, este, me siento como, frustrado un poco, no sé, a lo mejor veo más allá, pero (3) no quiero llegar a los, antes,</p>	<p>(4.17) (8) Pues (2), mmmm, que me guste, bueno ser feliz, o sea estar a gusto, en mi vida diaria porque yo sé que todo es...esclavizado y todo tiene un horario y</p>	<p>(7.8) “Qué, qué aprendo (5) , mmm, mira yo siento que (4) y lo comprobé otra vez eeh (3) a lo mejor a veces no, no hay motivos para</p>

<p>le encuentro cualquier pretexto y así para pues, para ya no ir y tal vez por la confianza yo, de que no tengo una responsabilidad como tal con alguien más, o sea, mi responsabilidad es conmigo, es que hago lo que yo quiera pues, ¿me entiendes?</p>	<p>trabajos, porque eeh, pues he trabajado en muchas cosas y no, o sea como que no, no me gusta, entonces no estoy a gusto, hay ciertos trabajos que sí, pero igual, no como que no, no me gusta lo que hago ¿me entiendes? lo hago porque pues, es trabajo, pero no, no me gusta y eso como que me, me da pa abajo pues, no sé.”</p>	<p>no, no quiero tener que llegar hasta los sesenta años, para poder jubilarme, por así decirlo ¿sabes?, o sea no quiero ser un obrero, no quiero, no quiero estar toda mi vida trabajando, no quiero, yo sé que toda la vida, así es, pero, no quiero hacerlo a alguien, ¿sabes?, o sea no quiero, no quiero hacerlo a alguien, que, no me molesta trabajar pero pues lo ideal sería para algo mío ¿verdad?”</p>	<p>todo tienes que cumplir y todo pero, pues si te gusta no tienes problema, ¿verdad? hasta puedes pasar todo el día, haciendo eso y no te molesta. Y a mí sí me molesta ir trabajar, pero no es que me moleste ir a trabajar, es que me molesta, me siento, me siento no sé cómo, me siento como prisionero, me siento como robot, como (5) pues (3) como que me utilizan ¿sabes? no sé, no sé así a veces me siento</p>	<p>yo sentirme así como como te decía pues como desanimado y así este porque todo se me da, todo se me acomoda eeh, de alguna manera pues el trabajo pues sí me sentía más desanimado, este, eeh, mmm pero (6) pues aprendí que, que todo sigue avanzando ¿no? que pues yo busqué otro trabajo igual si, si no hubiera tenido el ánimo o las ganas pues me hubiera quedado ahí, estancado ¿no? Y inclusive del otro trabajo salí bien y pues sí me dijeron que, que, pues era muy buen</p>
--	---	---	---	--

--	--	--	--	--

empleado, que aprendía muy rápido, que sí les pesaba pero pues ellos entienden que, pues yo voy a buscar algo mejor ¿no? y en ese aspecto, pues me sentí bien porque salí bien también del otro trabajo, este (8) mmmm, no sé, no sé qué más decirte, no, no se me viene algo así como a la mente de como de alguna enseñanza o algo así ¿no?, pues tal vez que perseveré un poco ¿no? y salió algo mejor y pues me ayudó la neta sí, sí me ayudó mucho en, me ayuda mucho en mi estado de ánimo ese tipo de



--	--	--	--	--

cosas ¿no? porque me siento que estoy avanzando y no que estoy estancado sabes, que estoy haciendo algo más, pues algo más por así decirlo algo más, más importante o (3) con un poco, con un grado más de dificultad, sí porque pues sí es totalmente este trabajo, es totalmente diferente acá, pues mi puesto es ingeniero de servicio, (4) este pues veo, así, máquinas que si están más complejas, más electrónicas y mecánicas y



				puesss, pues sí. (9) pues a yo lo <u>busqué</u> "
(1.3) "Ay, la verdad <u>no lo he pensado</u> , pero pues <u>espero</u> (3) <u>espero</u> estar más agusto, la verdad es que ya <u>tengo</u> 27 años pero <u>yo me siento de 20</u> , mmm pues yo en todos los años, <u>tengo</u> 27 años porque la <u>responsabilidades</u> me lo <u>dicen</u> pero en realidad, <u>yo quisiera estar en la secundaria</u> o en la prepa otra vez, para no <u>tener</u> que <u>preocuparme</u> por nada ¿sabes?"	(2.2) "Es que ese <u>es</u> el problema, (risa), en realidad ahorita, o sea, mis <u>responsabilidades</u> , <u>son</u> mías. O sea, <u>son</u> propias, mías, y yo eeh, para mí mis <u>responsabilidades</u> , es que <u>tengo que hacer algo con mi vida</u> , yo no <u>tengo</u> <u>responsabilidades</u> de que <u>tenga</u> que cuidar a alguien o que <u>tenga</u> que mantener a alguien, claro que <u>tengo</u> gastos y <u>tengo</u> que <u>dar</u> gasto a mi casa y todo, pero por ejemplo el tiempo que <u>estuve</u> sin	(7.28) "[Sí sí sí] cuando las <u>responsabilidades</u> , que, pues como tú <u>dices</u> , pues <u>son</u> <u>responsabilidades</u> y las <u>tengo</u> que hacer ¿no? y también recuerdo lo que me <u>dijiste</u> que tal vez, al momento de, de que <u>tengo</u> esas <u>responsabilidades</u> , como que <u>trato de evadir</u> o, o de no, de <u>no hacerlas</u> , no sé cómo <u>decirte</u> , más bien como <u>evadirlas</u> "	(15.8) "Pues como que <u>no me cuadra todavía</u> , pero (3) pues <u>estoy</u> consciente de que <u>estoy</u> <u>creciendo</u> y <u>hay</u> cambios, <u>hay planes</u> . Y pues todo eso es <u>responsabilidad</u> . Es como que te <u>das</u> cuenta de que no todo es tan fácil ¿no? <u>Vas</u> <u>creciendo</u> y, <u>yo siento</u> que me <u>estoy</u> tardando en <u>darme</u> cuenta de todo eso porque ya <u>tengo</u> 27 años y pues, tal vez <u>estoy</u> <u>batallando</u> en ese tipo de cosas ¿no? (3) pero, <u>me</u> <u>estoy</u> dando cuenta que, pues, <u>crecer</u> en sí, como <u>hacerlo</u> , lo que <u>quieras</u> <u>hacer</u> lo puedes <u>hacer</u> , pero para <u>hacerlo</u> pues <u>tienes</u> que <u>hacer</u> algo,	(15.8) Y pues eso, me <u>he</u> <u>dado</u> cuenta de que esas <u>responsabilidades</u> , pues como que <u>vienen</u> en automático. Como que <u>vas</u> <u>creciendo</u> y ¡fum! <u>Eres</u> un <u>adulto</u> , tienes que <u>hacer</u> (golpea la mesa suavemente conforme enuncia cada palabra) esto, esto y esto, <u>tienes</u> que <u>pensar</u> en qué vas a <u>hacer</u> en esto, en esto. <u>Tienes</u> que <u>trabajar</u> , <u>reproducirte</u> y <u>morir</u> . Y eso <u>no</u> me <u>cuadra</u> nadita, nadita. No me <u>cuadra</u> . <u>Se</u> me



trabajo pues no, no daba gasto y no me exigían, ni nada, este, más que nada yo siento que esas responsabilidades las que me dices, como, como en mi persona ¿no? como ¿qué voy a hacer? ¿qué va a pasar conmigo? si no pues no me gusta nada, o sea no es que no me gusta más bien me gusta todo y no sé qué hacer si no me siento a gusto, aunque esté haciendo algo que yo quiera hacer, llega un punto que me enfado y ya no quiero hacerlo ¿sabes?”

actuar. No es como cuando eres niño, pues haces lo que quieras, pero dependes ya de alguien y te dan todo, te hacen todo. Y yo creo que es eso, que a mí, crecí y pues (2) no sé, de alguna manera estaba acostumbrado a que me solucionaran, no sé, de eso me di cuenta, este (2) y aún de grande, en fechas anterio... recientes, ya trabajando yo, hubo cosas. Bueno, tenía una deuda en el banco yo, y pues me la pagaron, básicamente, mi mamá. Y como que en el momento yo, pues sentía la presión, pero cuando lo pagaron, pues ya no. Inclusive hasta se me olvidó, se me olvidó la deuda. Cuando no debería ser así, a mi

hace algo como muy poco. Lo que es la vida de un ser humano, lo que soy yo, lo que puedo hacer, todo lo que puedo lograr, la energía de la que está hecho el universo, lo que estamos hechos nosotros, como para terminar casado, con hijos, en una casa, toda tu vida responsable de tu familia y toda tu vida es igual, te haces viejo e igual, en tu casa, con hijos, familia y así. Y está bien, está padre, pero [a mí no me parece]”

			forma de <u>ver</u> debió <u>ser</u> “pues te lo <u>pago</u> ” a mi mamá. Y aunque lo <u>traigo</u> en la mente, aunque <u>traigo</u> eso de que “cómo puede <u>ser</u> posible” <u>siendo</u> que todavía me hayan <u>solucionado</u> a los 24, 23 años algo que <u>era</u> mío y yo lo <u>gasté</u> .”		
--	--	--	--	--	--

### 5.1.1 Análisis Estructural del Relato: Adulthood Joven

En el presente apartado se analiza la sistematización realizada con el esquema de Adam sobre los relatos de adulthood joven. Se identifican las redundancias, secuencias, intrigas, el *topos* o línea argumental, los personajes involucrados y sus papeles en la historia; además de los momentos de mejora y degradación entendidos como *turning points*.

#### 5.1.1.1 Situación Inicial:

- *Topos*: Tiene 27 años, responsabilidades y decisiones de adulto, pero quisiera no tenerlas, ser más joven.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Trabajos”: Los trabajos son todos iguales, personajes que lo hacen sentir incómodo y no quiere estar cerca de ellos. Le ayudan a cubrir sus gastos, lo cual no tiene sentido para él, y quisiera que no existieran.
  - Edad (“27 años”): lo hace un adulto que ya debería hacer y tener estabilidad.
  - “Responsabilidad”: Cumple la función de indicarle su edad. Lo desanima, es un peso para él e intenta evadirla.
  - “Decisión”: implica una carga que siempre tiene que ser la correcta.
- Tipo de discurso: Las construcciones personales e impersonales en el relato se mezclan constantemente. Las primeras suelen ser negativas y rígidas: “Tengo que trabajar a fuerzas” (1.1); mientras que las segundas suelen ser usadas para no reconocer la posibilidad de elegir hacer y/o pensar cosas diferentes. Relato simple en Modo, porque opera bajo la

polarización de las posibilidades en sus decisiones. También es simple en Aspecto, ya que conjuga en iterativo. Su discurso refleja que sabe que algo le incomoda, pero no sabe si tiene poder sobre el problema.

- *Turning point:* Desde la primera sesión se comienzan a presentar momentos de mejora y degradación en el relato. En esta columna se observa que el discurso iba enfocado a que no le molesta trabajar, pero enseguida cambia a que no quiere hacerlo, degradándose. Además, hay otro momento en el que se degrada más y se queda en una negación de la realidad promoviendo la resistencia al cambio.

#### **5.1.1.2 Complicación/disparador 1:**

- *Topos:* Le da vergüenza y miedo asumir su identidad de adulto joven.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Mamá”: Es un personaje enfermo, necesita cuidados, no puede valerse por sí misma, le da miedo estar sola. Lo invita salir de su casa, dejar de vivir en ella, pero se pone triste cuando él no está.
  - “Casa”: Representa dependencia, él desea salir de casa y ser capaz de solucionar los problemas adultos él solo.
  - Personajes que continúan apareciendo con mismo papel: Responsabilidad, trabajo.
- Tipo de discurso: Secuencias simples en Intención, porque proyecta la posibilidad de salirse de su casa a pesar de no tomar la opción. Habla en primera persona cuando se trata de contactar con sus emociones pero suele ser negativo respecto a los hechos ya que los siente obligatorios, usa un discurso rígido. Conjuga los verbos a manera impersonal cuando

se trata de los retos o dificultades que se deberían asumir al tomar una decisión. La intriga de destino es melodramática, porque el protagonista que cuenta la historia se ve abrumado por los infortunios del ambiente, puede reconocer que otras personas también pasan por la crisis que él está viviendo, pero no cree que a nadie le desanime como a él. El discurso implica mejora porque se habla de emociones además de las acciones, pero se degrada al quedarse en la rigidez de considerar que no hay otras opciones.

- *Turning point*: En su discurso identifica el miedo que implica tomar acciones, lo que podría representar una mejoría, pero el discurso se termina degradando debido al uso de verbos intransitivos que mantienen impersonales las construcciones del relato.

#### **5.1.1.3 Acciones/evaluación:**

- *Topos*: La complicación de tomar decisiones.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Las crisis”: Personaje que cumple la función de indicar que la salud de la mamá empeora, y por ende, el consultante tiene que dedicar más atención y cuidados a ella.
  - Personajes que continúan apareciendo con mismo papel: responsabilidades, Ella/mamá.
- Tipo de discurso: El discurso comienza a ser más flexible en cuanto a las posibilidades de lo que causa el malestar del consultante, comienza a conectar sus emociones con los motivos. Se observa que el relato es en general personal, pero suele estar matizado por la queja u obligación.

Esto ocurre cuando llega a hacer reflexión sobre sus capacidades desde un punto de vista positivo para sí mismo, construye el relato desde lo impersonal o como si fuera algo muy nuevo como para hacerlo propio. La intriga de su personaje es de maduración, porque aún está en proceso de comprender lo que vive, mientras que la intriga del pensamiento también está en educación, porque sigue en reflexión y aún no pasa a acciones. Las secuencias son principalmente de conocimiento, pero hay un momento en el que se simplifican y comienzan a ser de estatus ante la negación a asumir que puede tener que trabajar durante varios años de su vida.

- *Turning point*: Los *turning points* de este apartado tienden a la mejora. Inicia explicando que le cansa ser quien cuide a su mamá, pero continúa mencionando que está pagando lo que ella ha hecho por él y su discurso se comienza a degradar ya que justifica la situación e invalida su sentir por la deuda que siente con su madre. Más adelante el discurso vuelve a mejorar gracias a que identifica que cuando una situación no le agrada, se impacienta con sus decisiones. Más adelante comienza a usar un discurso positivo sobre algo que no le gusta, como es el trabajo, y por último identifica que evade tener responsabilidades.

#### **5.1.1.4 Resolución/disparador 2:**

- *Topos*: Reconoce que es un adulto.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Ser Feliz”: el personaje que no lo hace sentir atrapado por un sistema laboral. Lo está buscando.

- “Inseguridad”: Lo que le detiene de asumir su adultez, todas las decisiones y responsabilidades que implica.
- “Responsabilidad”: el personaje reaparece con una resignificación, ahora causa miedo.
- “Trabajo”: también reaparece con la resignificación de ser un espacio donde se puede quedar, porque el consultante tiene las herramientas necesarias para interactuar con él.
- Tipo de discurso: En esta columna las construcciones del relato varían entre lo personal y lo impersonal. Pero en general todas describen lo que siente respecto a sus responsabilidades y lo que implica ser adulto. El discurso se vuelve a complejizar hasta convertirse en subjetivación, el sujeto comprueba lo que le sucede a través de lo que cree, piensa y considera.
- *Turning point*: Identifica que durante un largo periodo de su vida se encargaron de sus problemas y no ha asumido responsabilidades. Además, se reconoce capaz de pensar positivo. Implica un discurso de mejora porque se apropia de sus ideas, emociones y acciones; sin embargo, se muestra rígido en cuanto a las posibilidades de qué hacer ante el problema y eso puede convertirse en degradación.

#### **5.1.1.5 Situación Final:**

- *Topos*: Le sería más fácil asumir responsabilidades si se sintiera en libertad.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:

- “Trabajo”: A la última resignificación se le añade que no es un personaje estático, el consultante no está obligado a estar o no en un trabajo, puede elegirlo.
- “Adulto”: Su función es trabajar, reproducirte y morir, no es suficiente para el consultante, le parece poco para todo lo que él desea.
- “Responsabilidades”: A pesar de llevar un proceso de resignificaciones, en este momento el personaje vuelve al principio y se convierte en un indicador de que el consultante está creciendo.
- Tipo de discurso: Discurso complejo en Subjetivación porque sus acciones se ven denotadas por la conjunción de los verbos al asumir lo que vive, el discurso implica una mejora. En un momento, al degradarse el relato, las secuencias se hacen simples en Modo porque comienza a hablar de imposibilidades. Las construcciones son personales sobre los temas cuya experiencia ya fue apropiada. Pero se alcanza a identificar que cuando aún está procesando y apropiando la información se conjuga a manera impersonal. La narrativa se transforma, ahora hay una intriga trágica, donde el protagonista descubre que es responsable de su desdicha, pero quizá es demasiado tarde para recuperar el tiempo. El personaje entra en intriga de recuperación, ya que comienza a hablar de formas más positivas y comprende que es responsable de lo que vive. Por último, la intriga de pensamiento se hace afectiva porque la filosofía del personaje no ha cambiado por completo, pero ya ha sido suficiente como para hacerle buscar un nuevo trabajo.



- *Turning point*: El relato vive múltiples mejoras. De manera inicial se hace flexible, permitiendo identificar que incluso cuando no se elige, se está tomando una decisión lo cual representa libertad. El consultante se reconoce a sí mismo como una persona resolutiva e identifica sus habilidades y cómo puede aprovecharlas en el trabajo, pero sobre todo, reconoce que él puede generar cambio si busca opciones. También hay puntos de degradación en el relato cuando se dejan de conectar las emociones con los hechos y no se identifican momentos específicos en los que se haya sentido impaciente a pesar de que sabe que lo ha sentido. Además del hecho de que el personaje “responsabilidad” terminó significando lo mismo que al principio después de varias resignificaciones que no se abstrajeron.

#### **5.1.1.6 Moraleja:**

En la moraleja del relato se puede sintetizar que aunque el consultante va avanzando en su proceso terapéutico, termina por retroceder. Desea ser un adulto y hacer ejercicio de su libertad pero no desea responsabilizarse de las decisiones que tomaría en el proceso. Esto le resulta difícil porque es fastidioso e implicaría enfrentar las conversaciones incómodas de las que suele huir y es ahí donde queda la dificultad. A pesar de llevar un gran avance en su relato terapéutico, al momento de dar paso al cambio, elige no hacerlo por miedo.

## 5.2 Identidad

En el cuadro a continuación se presenta la sistematización de la información a través de un esquema de Adam, en el cual se podrán encontrar fragmentos de las sesiones psicoterapéuticas con el consultante. Entre los identificadores se utiliza un código entre paréntesis al inicio de cada fragmento. El primer número es la entrevista mientras que el segundo número referencia al párrafo del documento que sustrae las transcripciones de los temas relevantes para la investigación. Los verbos conjugados a lo largo de los discursos sistematizados están subrayados, mientras que los personajes están resaltados con color rosa y los *turning points* con color amarillo. Además, se resaltan algunas construcciones armadas en el discurso, en color verde están las personales y en azul las impersonales.

Situación Inicial	Complicación / disparador 1	Acciones/ Evaluación	Resolución/ Disparador 2	Situación Final	Moraleja
No le dan ganas de hacer las cosas que hace la gente de su edad: salir, hablar con gente, tener novia, casarse, tener hijos.	Complicaciones al convivir con otras personas: aceptarse, saber qué decir cuando platica, no confía en la gente.	Factores que causan que se comporte así: mamá lo tenía en una burbuja, confianza en sí mismo, siente que las personas son aprovechadas.	Otros factores en su historia que causaron la dificultad de convivir con personas: mamá lo tenía en una burbuja, casi no salía, desconfía de la gente.	Reconoce que tiene amigos y que hablan bien de él, reconoce que es desconfiado como consecuencia de su historia	

<p>(1.2) “Me <u>he encontrado</u> <u>amigos de la primaria</u> y pues me <u>saludan</u> ellos y los <u>saludo</u> y todo (3) pero a mí <u>no me dan ganas hablar</u> o sea no me <u>dan</u> ganas de <u>cotorrear</u>, no <u>sé</u>, no <u>sé</u> por qué, no <u>sé</u> por qué <u>no estoy acostumbrado</u> a la conexión, <u>andar cotorreando</u>, no <u>sé</u> por qué, porque no estoy <u>acostumbrado</u> o no <u>sé</u>, pero (2) mmm hasta ahí <u>queda ¿sabes?</u> [O sea] Me los <u>he topado</u> casi casi de frente y (3) pues a mí <u>parecer</u> es como para qué yo, pues si a mí ya me <u>saludaron</u> una vez, es porque después de mucho tiempo los <u>dejé</u> de <u>ver</u> y de repente me <u>vieron</u> y me <u>saludan</u> de “¡hey qué ondas!, ¡qué</p>	<p>(1.3) “(7) <u>No me dan ganas</u> de <u>cotorrear</u> porque no los <u>conozco</u>, o sea los <u>conozco</u> de vista, pero hasta ahí, o sea los <u>conozco</u> porque toda mi vida he <u>vivido</u> aquí (3) y pues <u>son amigos de mis hermanos</u> o los, los amigos de mis hermanos ya, pues, <u>tienen hermanos más chicos, de mi edad</u> y, y <u>los conozco</u> por eso, pero no, no, o sea solamente de vista.”</p>	<p>(1.4) “Exacto, exacto, <u>la confianza ¿no? De, de hablar, platicar,</u> e inclusive con <u>ese amigo que tenía</u>, este, <u>vive</u> en frente de mi <u>casa</u> y... a veces nos hemos <u>visto</u> y (2) pues nos hemos <u>saludado</u>, pero así no más de qué onda, pero de lejos a veces ni siquiera bien y <u>pues no sé, no sé por qué.</u> (risa)”</p>	<p>((2.5) “yo <u>tengo</u> el <u>apoyo</u> de <u>mi mamá</u> y <u>de mi familia</u> y de todos y es por eso que yo no, o sea, no, no <u>sé</u> por qué soy así o sea <u>no sé por qué me hace falta confianza</u> para <u>hacer</u> las cosas, no <u>debería</u> de <u>serlo</u> porque pues, no en mi <u>familia</u> no <u>son</u> así, o sea <u>son</u> personas muy abiertas y, y, pues que siempre <u>están</u> ahí conmigo y todo, y no <u>entiendo</u>, no <u>entiendo</u>, no <u>sé</u> por qué.”</p>	<p>(2.6) “Pues sí, sí, sí la <u>verdad es</u> que sí, <u>falta de confianza</u> pues en mí”  (17.8) “Yo <u>no sé</u>, si todo eso, <u>no sé en realidad</u> <u>sí me ha afectado</u> en, en mi <u>inseguridad</u> o que <u>me haya cerrado, así como dices</u> ya no, no, <u>no, no quiero</u>, o sea <u>prefiero evitar ¿no? conocer más personas</u>”</p>	<p>El consultante considera que no lleva un plan de vida como el que observa que las personas a su alrededor desean, se compara a sí mismo con las personas cercanas y reconoce que no se acepta con su atracción sexual hacia los hombres, la cual aún no alcanza a categorizar. Reconoce inseguridades en sí mismo desde niño, y considera que está trabajando en ellas, para terminar, nombrando que siente miedo.</p>
--	--	---	--	---	---

<p>onda todo bien!" y hasta ahí, pero yo <u>siento</u> que, pues, yo <u>debería de dar</u> el paso, de si los vuelvo a <u>ver</u> pues <u>saludarlos</u> ¿no? como para <u>empezar</u> como a <u>cotorrear</u> y así, pero la verdad es que no, <u>no me dan ganas</u> y hay veces que me los <u>encuentro</u> casi casi de frente y hasta nos <u>vemos</u> y todo (habla más fuerte) y pues <u>no, no les hablo ni [nada]</u>"</p>					
<p>(1.6) "Tal vez eso que te <u>digo</u>, he, o sea pues más relación con las personas, este yo, o pues <u>aceptar</u> que así <u>soy</u> o sea <u>no me gusta</u>, sí me <u>gusta</u> salir y me <u>gusta</u> salir a cotorrear y todo, pero pues con las personas que <u>conozco</u> o sea no, no</p>	<p>(2.4) "6) mmmm (3) pues <u>confío</u>, pero hasta un cierto límite, la verdad es que no <u>hay personas</u> con las que <u>yo pueda llegar</u> y <u>platicarles</u> algo, algo como más personal, ni, ni con mi <u>familia</u> ni con nadie, yo <u>no me</u></p>	<p>(3.18) "Porque <u>siento</u> que, <u>todo mundo, se aprovechan</u> las <u>personas</u>, o sea, que <u>te ven</u> pendejo (baja el tono de voz) y ah bueno, <u>vamos a hacerle pendejadas</u>, vamos a <u>robarle</u>, vamos a esto, <u>vamos</u> al otro. (sube el tono de voz) ¿me</p>	<p>(11.22) "Pues, no, no todo, no siempre, no <u>creo</u> que, al cien por ciento, <u>sea</u> eso, pero para <u>agarrar confianza</u> con personas, sí, o sea no, <u>me cuesta mucho trabajo</u>. A lo mejor sí <u> puedo</u> llegar y para <u>preguntar</u> algo a un <u>desconocido</u>, ¡oye y qué onda!, y esto,</p>	<p>(11.23) "(4) <u>no esperando</u> que algo malo <u>pase</u>, pero si en estado de alerta, pero a lo mejor, pues, es como, ahorita que lo <u>dices</u>, como un estado de alerta automático ¿no? porque de alguna manera, pues <u>estas como viendo</u>, nomás a <u>ver</u> qué</p>	

<p>soy capaz de hacer yo nuevos amigos no soy capaz de llegar ahí con la esquina de mi casa con los que se juntan y empezar a cotorrear o algo, no sé, no sé por qué”</p>	<p>siento con la confianza, pues platicar cosas mías o llegar y platicarle algo que me sienta mal yo pues algo, porque sí puedo llegar a platicar así como pues cosas que me suceden ¿no? o sea en el transcurso del día pero, pero así que yo platique algo de mí, por eso es que también me cuesta mucho, al principio me costó mucho trabajo como pues aceptar que voy a venir porque (4) sí me cuesta mucho trabajo como platicar cosas de mí, o sea, no sé, no sé cómo hacerlo”</p>	<p>entiendes?, y de alguna manera, así son las personas, si ven la oportunidad de chingarte, te van a chingar, y me ha pasado muchas veces, me han chingado muchas veces, y pues, como que me ha dado esa experiencia, ¿no? que no debo de mostrar más, ante las personas, debo de ser un poco, pues más fuerte, más, para que no piensen, por lo menos eso aparentar, aunque no lo sea, pero aparentar más seriedad, no sé, no sé cómo llamarlo, más fuerza, ante las personas pues”</p>	<p>oye y esto, inclusive llegar y venderle algo ¿no?, pero, no, puedo como, confianza, no me da confianza, siempre estoy al pendiente, de todo. ¿entiendes?”</p>	<p>puede pasar, pero también es como, pues, pues cuidarme ¿no?”</p>
<p>(1.2) “Mmmm (4) ¿cómo más me ha afectado? (6) pues yo</p>	<p>(2.2) “mmm no sé qué decir, o sea me quedo callado</p>	<p>(2.7) “sí, yo vivía en una burbuja, o sea yo no salía de mi casa,</p>	<p>(2.3) “(5) mmm, pues, mmm, me la pasaba con ella, todo el tiempo</p>	<p>(14.12-15) “No lo sé, si yo soy bien sangrón, pero sí me ha pasado,</p>

<p>creo que en todo ¿no? en relaciones, por ejemplo, pues, eh, yo no tengo amigos cerca de mi casa, todos mis amigos que tengo, pues los pocos amigos que tengo son, eh, los que me quedan de la prepa, eh, algunos de unos trabajos que pues me hice muy compa de ellos y pues cotorreamos seguido y así, nos llevamos bien y todo he yo creo que es, no sé por qué, no sé por qué ni en qué momento pasó que yo no me comporté igual que todos he, porque todo mundo o sea, pues, yo creo que siente la necesidad de salir ¿no? Y de conocer gente y algo así y yo no sé, pero a mí se me pasó en ese</p>	<p>porque en mi mente (habla más fuerte) no, no sé qué decir, no sé qué platicar, no sé cómo comenzar no sé y así, yo creo que es por eso, por ahorita que recordando, o sea cuando yo estoy así con alguien nuevo o sea gente nueva, eh, no, no sé qué, no sé qué decir, o sea no sé qué platicar no sé cómo conversar cómo llegar y sacar plática no, no se me viene, en ese momento mi mente estaba en ceros, pienso yo [en cosas] más bien lo que pienso es, es eso, porque no es porque no, porque no puedo ser más abierto, más, con más confianza con las personas”</p>	<p>yo estaba todo el tiempo en mi casa”</p>	<p>me la pasaba con ella, no hacía nada, de más chico pues, o sea todo el tiempo yo convivía con ella, todo el tiempo, todo el tiempo, no salía, nada más todo el tiempo yo estaba con ella, no sé, yo no sé en qué momento fue cuando dejé de hacer lo que todo mundo hace ¿sabes? que es como salirse de su casa, a cotorrear con amigos, pero salirse. (suena el celular) ¡Ay perdón!”</p>	<p>o sea, los pocos amigos que tengo, pues, o sea hablan cosas muy chidas de mí y no nomas conmigo, o sea con la gente, los he escuchado y me presumen y así, yo digo “no mames güey, no hables de mí, habla de ti” pero les cuentan, porque les cuentan a sus novias, les cuentan de mí, ¿sabes? está raro ¿no? (se ríe). Pero me presumen, como su amigo, ¿me entiendes? Y yo no soy así, yo no estoy haciendo nada de cariñoso ni nada, de nada, o sea. Me pasa, con mis pocos amigos que tengo, pues son buenos amigos, creo yo.”</p>	
---	--	---	---	---	--

<p>tiempo en el que yo era niño y <u>salía</u> pues con los de mi cuadra y algo así.”</p>					
<p>(1.1) “pues <u>no le hallo mucho</u> sentido a nada, no <u>hallo</u> sentido a <u>trabajar</u>, no le <u>hallo</u> sentido a <u>estudiar</u>, no le <u>hallo</u> sentido a... (1) <u>no se me antoja tener</u> una <u>novia</u>, no se me <u>antoja casarme</u> como todos, o sea a mi edad ya <u>están todos</u>, <u>están</u> casados y <u>tienen</u> 3 hijos y así y pues a mí no, a mí no se me <u>antoja</u>.”</p>	<p>(15.1) “Pues sí, por todo lo que <u>te han comentado</u>, por todo lo que <u>te han dicho</u> (5) Yo me <u>siento como si trajera una culpa</u>, más bien, como que <u>no me acepto</u>. Pues que <u>estoy con un wey</u>, que es hombre y yo me <u>considero bisexual</u>, pero a la vez no. Pero como que <u>llegan momentos en los que digo “chale, ¿por qué?”</u>, por qué <u>no puedo ser normal</u>, como todos, por qué <u>no puedo conseguirme una novia, casarnos o simplemente cosas que pasan como mis compas que</u></p>	<p>(17.2) “O más, que fue cuando me <u>fui</u> a vivir a (Ciudad en la costa, donde vive su padre), <u>con él</u>, no, no sé, no sé, es lo que <u>estoy intentando descubrir</u>, porque yo no sé, en qué momento mi personalidad <u>cambió</u> tanto, porque yo, yo <u>recuerdo que de niño era</u> muy diferente, o sea, más <u>abierto</u>, mmm, siempre he <u>sido</u> muy vergonzoso, pero, <u>era</u> más abierto y hasta <u>tenía</u> una <u>novia</u>, no sé, desde muy chico, me <u>hice</u> una novia y ¿me <u>entiendes?</u> Ese tipo de cosas, <u>no entiendo</u>, no <u>entiendo</u> en qué momento,</p>	<p>(17.1) Sí, pues sí, yo <u>creo que de más niño ¿no?</u> <u>Siento</u> que <u>inconscientemente</u>, no sé si, que sí <u>sea</u> esa la razón, o, no sé si sea como una forma mía, como de <u>evadir o echar culpa</u>, pero, no sé, a veces <u>siento</u> que todas esas inseguridades, con las que <u>yo crecí</u> y que todavía <u>es, tengo</u>, pero <u>estoy tratando</u> de pues, de que ya no <u>sean</u> inseguridades, de alguna <u>manera me afectaron</u> ¿no?</p>	<p>(17.3) “Por complejos, por miedo, <u>por miedo</u>, porque <u>me daba, me da, me daba</u> miedo. <u>Ahora entiendo</u>”</p>	

	<p>embarazan a sus novias y ya se casan.”</p>	<p>cambié tanto mi personalidad, pero fue a mal, porque me encerré, no hice un círculo social, o sea no hice una vida normal, como todos.”</p>			
--	---	--	--	--	--



### 5.2.1 Análisis Estructural del Relato: Identidad

En el presente apartado se analiza la sistematización realizada con el esquema de Adam sobre los relatos de identidad. Se identifican las redundancias, secuencias, intrigas, el *topos* o línea argumental, los personajes involucrados y sus papeles en la historia; además de los momentos de mejora y degradación, entendidos como *turning points*.

#### 5.2.1.1 Situación Inicial:

- *Topos*: No le dan ganas de nada.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Novia”: personaje que no existe en su vida, dado que no tiene una pareja mujer. Sin embargo, es un personaje que le hace pensar que puede ofrecerle un proyecto de vida tradicional, como casarse o tener hijos.
  - “Todos” / “Todo mundo”: personaje que representa lo que él debería ser y hacer, no son personas específicas, pero sí una representación con la influencia lo suficientemente importante como para representar el ideal de cómo debería comportarse.
  - “Amigos”: son personas que no hay en su vida, considera que no sabe cómo generar lazos de amistad ni hablar con las personas.
- Tipo de discurso: discurso saturado con la postura de ser anormal, rígido porque está enfocado en verse a sí mismo como alguien que no es capaz de interactuar o tomar decisiones como “todos”. Usa secuencias simples en Modo porque el relato habla principalmente de posibilidades e imposibilidades. La narrativa presenta intriga melodramática, se observa

en cómo sabe que la está pasando mal pero no entiende por qué sucede; el consultante, como personaje que cuenta su historia, presenta una intriga de maduración donde está aún sin experiencia pero con potencial para abrirse a madurar a partir de lo que vive; tiene una intriga de revelación en el pensamiento porque ignora su condición todavía.

#### **5.2.1.2 Complicación/disparador 1:**

- *Topos*: No es normal.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Un wey”: utiliza esta forma para referirse a su pareja, sabe que siente atracción hacia él, es una persona con quien disfruta estar pero no lo cuenta a sus cercanos.
  - “Personas”: individuos con los que no sabe cómo conversar, le hacen preguntarse por qué no puede ser más abierto para acercarse a ellos y platicar. No le dan confianza.
  - “Mis hermanos”: sus hermanos son personas con quienes el consultante considera llevar una relación lejana. Sin embargo, aparecen en múltiples ocasiones en sus discursos, normalmente para hacer referencia a las cosas que ellos le recuerdan sobre su propia infancia. Son un recordatorio de su infancia.
  - “Bisexualidad”: Es un personaje que no le permite ser normal, lo mantiene incómodo consigo mismo.
  - “Familia”: personas con las que convive pero no les tiene confianza. Al mencionar a su familia puede hacer referencia a su familia nuclear (mamá, papá, hermanos y hermana) o a su familia

extensa (tíos, tías, primos y primas). Esta última le presiona en cómo debería armar su proyecto de vida. En general, son fuente de confusión en su identidad sexual porque piensa mucho en qué podrían decir y cómo le harían sentir. Además, él percibe que lo presionan armar un proyecto de vida específico que en realidad no quiere.

- Tipo de discurso: No siempre se refiere a sí mismo al momento de conjugar sus verbos a pesar de estar hablando de su propia experiencia, lo cual hace que su discurso sea impersonal. Al decir: “Pues sí, por todo lo que te han comentado, por todo lo que te han dicho” (15.1) en lugar de incluirse a sí mismo diciendo “me”, se refleja que el consultante no se puede plantear una posición frente al mundo. Suele utilizar verbos intransitivos para mantenerse impersonal en el discurso. Además, se observa que sí llega a hacer construcciones personales en su relato pero tienden a ser puntos de vista negativos sobre sí mismo.
- *Turning point*: Comienza hablando de su orientación sexual y hace entender que es un tema confuso porque: “es bisexual, pero a la vez no” (15.1), cuando cambia el punto de vista desde donde hablar y se cuestiona a sí mismo por qué no puede ser “normal”. Este discurso tiende a la degradación porque le aleja de la comprensión de sí mismo a través de pensamientos claros que describan quién es él y qué desea. También es contradictorio al decir que es bisexual y al mismo tiempo no. Además, se encuentra que en el discurso no asume lo que siente pero sí alcanza a identificar que está ahí como culpa y falta de aceptación. Sin embargo,

continúa con un discurso que lo deja en papel de víctima del entorno reafirmando la degradación.

### 5.2.1.3 Acciones/evaluación:

- Topos: Cualquier persona puede aprovecharse de él, debe mantenerse seguro.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Él”: su padre representó una figura con quien el consultante ha reconocido estar molesto por no haber estado presente. Acción: ausencia.
  - “Niño”: la infancia del consultante es una etapa de la que él no recuerda casi nada. Sin embargo, hace referencia a ella en múltiples ocasiones, casi siempre, para compararse con quien es ahora.
  - “Burbuja”: fue el espacio seguro donde vivió el consultante toda su vida, en especial después de que su padre y su madre se separaron. La burbuja siempre estuvo en su casa con su madre. Ha mencionado que su mamá nunca le dijo que no saliera, pero en muchas ocasiones le ha dicho que no se quiere quedar sola. Cumple la función de aislar y proteger.
  - “Casa”: el espacio físico donde se desarrolla la metáfora de la burbuja.
  - “Amigo que tenía”: representan las amistades que tuvo y ahora ya no puede tener.

- “Todos”/“Personas”/“Todo mundo”: en este momento el personaje representa riesgo, alguien que se puede aprovechar de él y lastimarlo.
- Personajes que continúan apareciendo con mismo papel: Novia.
- Tipo de discurso: Se observa que las construcciones impersonales comienzan a aparecer menos. Sin embargo, las construcciones personales continúan siendo percepciones negativas sobre sí mismo impidiendo que asuma por completo sus decisiones. Utiliza secuencias simples sobre resultados enfocándose en lo que no ha conseguido ni logrado. Lo matiza identificando, a nivel impersonal, el miedo a ser “chingado”.
- *Turning point*: El consultante comienza a reconocer su propia historia de vida y se cuestiona en qué momento las cosas comenzaron a ser diferentes con cómo socializa con otras personas. Reconoce que no hizo ciertas cosas, pero no sabe dónde empezó el problema; los cambios en el discurso representan una mejora (no total), gracias que comienza a reconocerse a sí mismo como un elemento en su narrativa.

#### **5.2.1.4 Resolución/disparador 2:**

- *Topos*: Si convive con otras personas lo van a lastimar.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:
  - “Ella”: su madre es un personaje que representa protección para él pero, desde que ella enfermó, él ha sido quien se ha encargado de cuidarla a ella.

- “Amigos”: El personaje comienza a resignificarse, comienzan a aparecer en la narrativa como personas con quienes se puede salir a convivir pero no lo hizo por estar dentro de la burbuja.
  - Personajes que continúan apareciendo con mismo papel: Familia, niño.
- Tipo de discurso: Comienza a observarse un discurso flexible ante las posibilidades de qué causó que se mantenga a la defensiva al momento de interactuar con otras personas. También reconoce que le genera desconfianza tener interacciones no superficiales con otras personas. El poco discurso impersonal que queda se empieza a complejizar y ser de Aspecto. Se conjugan en tiempo progresivo; sin embargo, el discurso personal se mantiene simple en resultados dando una visión negativa sobre las cosas que no ha hecho. La intriga de revelación sobre el pensamiento comienza a transformarse en una intriga afectiva donde el consultante cuestiona creencias pero aún no las cambia.
- *Turning point*: El consultante cambia su discurso y comienza a considerar la posibilidad de tener responsabilidad sobre la forma en que decide evadir la socialización con otras personas. Se observa una mejora en el relato, el consultante lleva un proceso de pensamiento donde primero cuestiona para después aceptar.

#### **5.2.1.5 Situación Final:**

- *Topos*: Sentir miedo e inseguridad hizo que se cerrara a ver a otras personas.
- Personajes y acciones atribuidas a ellos:

- “Sus novias”: como tener una novia para él representa tener una vida estable sus amigos con novias representan una referencia para él.
  - “Amigos”: El personaje vuelve a resignificarse, ahora son personas que sí están en su vida y le retroalimentan sobre qué opinan de su personalidad.
  - Personajes que continúan pareciendo con mismo papel: “Personas”.
- Tipo de discurso: El discurso reconoce emociones como el miedo. La construcción impersonal vuelve a aparecer pero en esta ocasión es para contradecir los sentimientos que se van descubriendo y nombrando. El relato se complejiza y ahora las secuencias rondan entre el conocimiento adquirido y la descripción del mismo para la comprobación de la experiencia reflejadas en los múltiples *turning points*. El relato continúa en una intriga de destino melodramática, aún no se asume responsable, pero es capaz de observar el problema; pasa a una intriga de personaje en prueba donde están las posibilidades de resistir o abandonar los ideales. La intriga de pensamiento es de educación porque está en proceso de maduración, pero el comportamiento aún no cambia.
  - *Turning point*: El consultante cambia el discurso por completo y tiende a la mejora. Ahora reconoce que tiene amigos, estos incluso le dicen que es un buen amigo. Identifica que siente miedo e inseguridad respecto a conocer personas nuevas así que prefiere evitar la socialización.

Menciona que está alerta para cuidarse, se refiere a sí mismo y a sus acciones conectándolas con el significado que tienen para él.

#### **5.2.1.6 Moraleja:**

El miedo que se alcanza a visualizar en el relato de adultez joven se ve nombrado abiertamente en los relatos de identidad. A pesar de generar cambios en su relato y en cómo percibe a los personajes del mismo, explica como no se acepta en su atracción hacia los hombres y el reconocimiento de sus inseguridades de la infancia que actualmente impactan. Los *turning points* tienden a la degradación porque no generan cambio. De hecho, sigue sin identificarse como no-heterosexual a pesar de tener una pareja del mismo sexo.

Gracias a los resultados anteriormente presentados se puede pasar a realizar un diálogo con los autores que permita comprender la dificultad que atraviesa al consultante para asumir su identidad adulta con todas las dificultades que ello implica. A continuación, se presenta la teorización del caso.



### 5.3 Diálogo con autores

El diálogo con los autores está construido para ir de lo general a lo particular, por lo que el desarrollo iniciará hablando de la adultez y sus descripciones después se analizará si éstas se ven reflejadas en el discurso del consultante y si el desarrollo significó una mejora o degradación para el relato. De igual manera, yendo de lo general a lo particular, se conectará cómo es que en la adultez joven se da un proceso de construcción identitaria, se analizará si el relato refleja una identidad consolidada, o si es que hubo momentos de resignificación.

Como se analizó en el planteamiento del problema del presente documento, la posmodernidad ha generado una etapa de adultez joven como momento de transición entre la adolescencia y la adultez; creando un proceso enmarcado por la era de nuevas tecnologías y erosionando los pensamientos tradicionales para implementar mayor diversidad. En el caso estudiado, el relato se desarrolla constantemente como una confrontación entre el pensamiento tradicional de su familia y lo que él desea para su vida.

Cordero y Roa (2016) hablan de la adultez joven como una transición, un periodo de experimentación donde los aprendizajes aproximen a la sensación de satisfacción en áreas como las que menciona Erikson (1985) sobre relaciones íntimas, independencia emocional y productividad. En el relato se puede observar que el consultante habla de no saber ciertas cosas como interactuar con personas o qué proyecto de vida desea. Esto hace que no dé continuidad a sus ideas causando insatisfacción.

Se puede entender que el consultante se encuentra en la etapa de la adultez joven porque está en el proceso de consolidación de una identidad que implique hacerse cargo de sí mismo. Está en búsqueda de construirla a través de la comprensión de su dificultad para permanecer en situaciones que puedan ofrecer sensación de libertad e incluso estabilidad, tomar decisiones y asumir responsabilidades. Se encuentra que en la narrativa construida gracias a la historia de vida a su edad él ya debería estar sentando cabeza, teniendo un trabajo estable, novia o matrimonio, e incluso hijos. Pero no tiene ninguna de esas características consolidadas así que cae en frustración.

Tomando en consideración a Izquierdo e Izquierdo (2005) el desarrollo ocurre cuando el entorno genera necesidades que invitan a una persona a adquirir nuevas competencias. La adaptación debe ser a largo plazo al igual que las competencias adquiridas. Como se puede observar en el relato sistematizado el consultante presentó dificultades de adaptación y desarrollo, se encuentra que la “burbuja” es el personaje que le impidió salir a socializar.

También se identifica que el resultado de la interacción dentro de la “burbuja” fue reducir la socialización hasta llegar al punto en el que el consultante no tuvo otros significantes con quienes construir una identidad. Es por esto que no hubo significados que añadir a su narrativa cuando pasó a la adultez joven.

La “burbuja”, fue el espacio seguro donde se mantuvo con su madre. El consultante se ha mantenido alejado de la interacción social ajena a la “burbuja” mientras que la relación con su madre va generando una interacción donde ella obtiene cuidado y compañía para no estar sola; y él obtiene la posibilidad de tener

menos responsabilidades de las que ya debería estar asumiendo al tomar decisiones. Esta dinámica causa que el inicio de la adultez joven se prolongue evitando los compromisos consigo mismo y con su entorno.

Erikson (1985) explica que en las experiencias que atraviesan a la adultez joven se aprende a amar y a trabajar. Esto implica desarrollar la capacidad para interactuar con el entorno y las personas aprendiendo a entablar relaciones. Estas pueden ser laborales o afectivas y requieren introspección, comunicación y acuerdos.

En la evolución del relato sobre el trabajo, se puede observar que el consultante inicia psicoterapia concibiendo el trabajo como algo únicamente útil para pagar sus gastos, expresó abiertamente no encontrarle un sentido a trabajar, dijo que todos los trabajos eran iguales para él y deseaba que no existieran. Después, el trabajo fue resignificado en la resolución del relato, se convirtió en un espacio de múltiples aprendizajes, lo suficientemente cómodo como para quedarse en uno. Al llegar a la situación final el consultante le asignó al trabajo un papel más allá de la obligación, se convirtió en una elección; así como ha elegido renunciar a muchos, descubre que también puede elegir quedarse en uno y ser consciente de que no todo puede ser negativo ni positivo todo el tiempo.

Por otro lado, se observa que el relato no menciona el concepto de amor en ningún momento. Lo que podría ser más cercano al amor pueden ser los momentos en los que habla de su relación con las personas en su vida pero estas construcciones en el discurso no suelen usar secuencias complejas que conecten lo que sucede con cómo le hacen sentir los hechos.

Según la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson (1985) se puede observar en el relato que el consultante que está pasando por la crisis juvenil de intimidad vs. aislamiento presentando un conflicto de identidad como consecuencia de la falta de construcción de relaciones íntimas, eligiendo el aislamiento.

El contexto le ha llevado a consolidar una vida laboral y, aunque podría parecer que está pasando por la crisis de generatividad vs. autoabsorción al elegir una profesión y permanecer en un trabajo, el relato indica que no se ha dado la oportunidad para aprender de cuidado, productividad, autoridad o creatividad. No puede estabilizar por completo esta área de su vida gracias a que continúa en el reto de la primera parte de la adultez aprendiendo a amar.

El caso presentado tiene la característica de un relato sobre el inicio de la búsqueda de independencia económica y emocional, sin la afirmación explícita de ser adulto. El relato no cumple con condiciones de adultez joven establecidas por Uriarte (2015), se puede observar que evita la adquisición de responsabilidades y obligaciones, no se ha permitido construir un autoconcepto diferente al de la familia y sus reglas; no hace uso de su libertad ni de su autonomía pero en el proceso sí comenzó a reconocer que tiene la opción de hacer uso de ellas.

Aunque el consultante no hizo estudios universitarios que pospusieran su independización, sí tiene una situación económica que le impide independizarse. De hecho, pareciera que eligió mantenerse en esa situación económica renunciando constantemente a sus trabajos cuando comienza a sentir que algo en ellos no le gusta antes que explorar cuál es el problema.

En sesiones más recientes se ha encontrado que después de que el consultante resignificó el papel del “trabajo” como personaje en su narrativa y se mantuvo en el puesto de servicio técnico. En sesiones posteriores a las analizadas cumplió un año con el puesto, pero sigue viviendo en casa de su mamá explicando que siente la deuda con ella de cuidarla para agradecer cómo lo cuidó ella sola.

El consultante no consolida su vida adulta porque continúa viviendo en la “burbuja”, aunque tiene un trabajo y expresa querer salirse de su casa, reconoce que prefiere evadir sus responsabilidades. No se encuentra en un desarrollo adulto ideal, aunque su organismo funciona biológicamente de acuerdo con su edad. Ante los criterios sociales no tiene solidez económica para solventarse a sí mismo y ofrecer aportes sociales; mientras que a nivel psicológico inicia psicoterapia sin la capacidad de responsabilizarse de sus actos. Se observa en el esquema de Adam que más adelante resignificó el personaje “responsabilidad” en múltiples ocasiones pero ninguna opción se asumió y regresó a un significado como el del principio donde la “responsabilidad” cumple la función de indicarle que está creciendo.

Arnett (2008) menciona los problemas externos e internos a los que un adulto se enfrenta mientras atraviesa su etapa. Aunque no aparece en el esquema de Adam el consultante consume marihuana desde la preparatoria. No considera ser adicto a la sustancia como considera serlo al cigarro y se ha observado que a lo largo de las sesiones su consumo de ninguna de las dos sustancias ha disminuido. Considerando la teoría de Arnett (2008) se puede interpretar que continúa consumiendo diariamente ambas sustancias porque no tiene actividades estructuradas más allá de su trabajo y cuidar a su mamá cuando su hermana no

está. La transición de responsabilidades no se ha concretado y, por ende, el consumo no ha disminuido. Cabe destacar que sí consume alcohol pero el consultante no identifica tener una adicción a él, incluso en su familia hay antecedentes de alcoholismo que le hacen procurar alejarse de esa sustancia específicamente.

Otro de los problemas externos que atraviesan el caso estudiado es la conducta sexual riesgosa y, sobre todo, se puede analizar que el consultante sabe que siente atracción hacia los hombres, pero tiene dificultad para identificarse con ello gracias al contexto familiar en el que creció. La “familia” como personaje es interpretado con desconfianza. Aunque es un espacio seguro si es fiel a sí mismo se dejará de sentir protegido.

Según Bordignon, (2007) se puede interpretar que la falta de herramientas de afrontamiento causadas por la dificultad para resolver los problemas externos ha tenido impacto en cómo se percibe a sí mismo y cómo se relaciona con lo que le rodea. Se encuentra que hay dificultad para construir lazos fraternales con personas ajenas a su familia y de hecho en la situación inicial no podía identificar a amigos ni nombrarse a sí mismo con cualidades positivas, pero al llegar a la situación final del esquema se encuentra que de hecho sí tiene amigos a quienes comienza a nombrar y reconocer como personajes.

A partir de todo lo descrito anteriormente se puede entender que el consultante se encuentra estancado en el umbral a la adultez porque, a pesar de tener 27 años, aún no asume las responsabilidades que tocan según su contexto y edad. Su relato describe cómo siente que no está haciendo nada, se le acabaron

las ideas de qué puede hacer, se abruma y entra en tristeza profunda que roza la falta de sentido. No tiene la capacidad de cuidarse a sí mismo y a sus decisiones; después de un proceso de reflexión admite abiertamente evadir sus responsabilidades.

Erikson (1985) explica que la consecuencia del aislamiento y la autoabsorción es la incapacidad de incluir a personas o grupos en su generación de ideas. En la situación inicial del relato el consultante no podía nombrar que tenía amistades, se rechaza a sí mismo por no ser heterosexual, casado o con hijos como en su familia se espera que sean los integrantes; incluso llegó con la descripción de la que habla González (2016): con sensación de vacío, monotonía, fatiga crónica y sin creatividad para buscar nuevas opciones.

En las transcripciones del proceso terapéutico se observa gracias al AER que el consultante llega a reconocer parcialmente su atracción hacia los hombres, mas no la asume. De hecho, su terapeuta fue la primera persona con quien *salió del clóset*, pero no lo ha expresado con nadie más, a pesar de que él cree que no es algo malo. También logra identificar que sí tiene amigos, lo cual implica una mejora, ya que el discurso se abre a nuevas posibilidades.

El ejercicio personal que implica la identidad requiere actos creativos (Alsina y Medina, 2006). La rigidez en el discurso del consultante al iniciar las sesiones es una representación de su falta de creatividad para adaptarse o hacer homeostasis a la etapa que vive. Esto se puede observar en los relatos en torno a la identidad analizados en el segundo cuadro con el AER. Se puede observar que, en la situación inicial del consultante, hay dificultad para identificarse con la dinámica de

las personas alrededor de su edad y no encuentra un sentido en las actividades que percibe como comunes.

Él identifica que lo anterior ha repercutido en su día a día porque le cuesta interactuar con otras personas y no considera tener amigos. Parece que compara sus capacidades con lo que las otras personas pueden hacer y no se siente capaz de lograr hacer lo mismo que ellos. Ya sea porque no le encuentra sentido como en las dinámicas de trabajar, estudiar y casarse; o porque no se siente capaz como en la habilidad de socializar.

El proceso de identificación implica un periodo de crisis en el que se cuestiona lo que se conoce y se constituyen nuevas narrativas que sean útiles para la persona. En el caso del consultante, las identificaciones presentes en el entorno son rechazadas y, como ninguna representa afinidad, no se integran al “uno mismo”, se consideran negativas y al no existir identificaciones positivas que sean incorporadas total o parcialmente el consultante se encuentra en una situación inicial con falta de creatividad que impide la construcción de la identidad (Esparza, 2012).

Para el momento de la complicación se encuentra que el consultante se siente con dificultades en su identidad ya que no se siente conforme con sentirse atraído a los hombres. Considera que no es “normal”, incluso, su bisexualidad es un personaje que le representa la incomodidad de no poder serlo. Expresa una dificultad para confiar en las personas lo cual puede tener relación con su capacidad para acercarse a platicar con ellas.



El cliente llegó a consulta con sensación de vacío, esto como consecuencia de la falta de identificaciones, resultado de su aislamiento social (Alsina y Medina, 2006). En las tablas se puede observar que al saber que la dificultad que está pasando para sumirse adulto es algo que le pasa a muchos y menciona que probablemente a nadie le desanima como a él.

Giddens (1991) indica que la seguridad psicológica del individuo está influida por la confianza que puedan ofrecer los marcos institucionales. En este apartado el consultante indica que no cuenta con personas a quienes pueda acercarse para compartir temas personales. Lo anterior está influyendo en su capacidad de asumirse con la capacidad de tomar decisiones y posturas.

Esparza (2012) explica que las identificaciones negativas suceden cuando no se incorpora lo exterior al “uno mismo” mientras que las positivas pasan cuando se reciben y se imitan total o parcialmente. En el caso analizado, la persona no incorpora la postura de la familia extensa respecto a otras formas diversas de vivir la adultez y la orientación sexual; pero tampoco actualiza a sus Otros relevantes para incorporar la postura liberal, por lo que se encuentra en una identificación negativa que le causa inadaptación, dolor y confusión.

El consultante recuerda que en su infancia, cuando vivía en una ciudad de la costa con su padre, sí tuvo una novia. También recuerda que tenía mayor facilidad para socializar pero, en algún momento, su personalidad se hizo más cerrada. Además rememora que en su infancia vivía en una burbuja y que todo el tiempo estaba en su casa; lo cual pudo tener impacto en su capacidad para conocer personas nuevas y reconocer la diversidad en ellas. Reconoce que hay un tema de

confianza de por medio, también admite que desea aparentar mayor seriedad y fortaleza para que las personas no se aprovechen de él.

Shanahan en Molina (2015) explica que la adultez es resultado de interacciones sociales con otros significantes que promueven la construcción de la identidad a través del encuentro con el Otro. Al tener el personaje que nombra como “Burbuja” participando en su narrativa, cuyo objetivo es protegerlo del exterior, el consultante dejó de socializar. En consecuencia, dejó de haber significados para añadir a la narrativa de su identidad.

El lenguaje es un canal que contacta con la cultura. A través de este acercamiento se aprende a generar acuerdos y sentido de pertenencia con quienes están alrededor. En el caso estudiado, la falta de interacción fuera de los espacios familiares disminuyó la posibilidad de descubrir identificaciones que ofrezcan el sentido de pertenencia anteriormente mencionado. Por ende, al reducir las socializaciones se ve afectada la capacidad para generar acuerdos.

Al momento de la resolución el consultante reconoce que hay inseguridades que se esfuerza por trabajar en sí mismo, también identifica que sí puede interactuar con otras personas pero su dificultad está en confiar en ellas. Identifica que la “burbuja” en la que vivió, donde no salía de su casa y se quedaba con su madre, sí influyó en que no salió a convivir con personas cuando fue niño, se cuestiona por qué tiene problemas de confianza si es que en su familia esa no es la dinámica y continúa la comparación de lo que las personas hacen normalmente y él no. A pesar de que sigue comparándose con su entorno el discurso sí representa una mejora

porque el consultante comienza a visualizar los acontecimientos que lo colocaron en el punto donde está actualmente.

Esparza (2012) explica que el Otro relevante influye en las identificaciones que surgen a lo largo del crecimiento, esto como consecuencia del replanteamiento de las identificaciones que surgen conforme se va cambiando el foco de quién es relevante a lo largo de la vida. El consultante no ha cambiado de Otro relevante debido a la “burbuja”, lo cual le ha impedido la búsqueda de nuevos recursos para convivir con nuevas personas manteniéndolo rígido.

El proceso de identificación implica una crisis ya que se cuestiona lo que se conoce para replantear la narrativa. El consultante está en crisis debido a las interrogantes que se plantea sobre lo que conoce pero, como aún está en proceso de construir una identidad, no tiene una forma de acercarse a la sociedad que funcione para él. Al no construir una narrativa clara el consultante no ha podido identificar quién es él, lo que quiere y quiénes son los Otros.

El consultante se encuentra en un momento de crisis de identidad, donde el desarrollo debe tomar una nueva dirección para obtener nuevos recursos, ya que la identificación construida hasta ahora dejó de funcionar para afrontar los nuevos retos de la etapa del desarrollo (Esteban, Nadal y Vila, 2008).

Al no construir una narrativa clara, el consultante no ha podido identificar quién es él, lo que quiere y quiénes son los Otros. Sin embargo, para el momento de la situación final, reconoce que siente miedo cuando se trata de salir y hacer relaciones con otras personas. Identifica que sí tiene amigos, que incluso dicen

cosas agradables de él, aunque parece que él no reconoce los halagos. Considera que sí evita conocer nuevas personas y se mantiene en estado de alerta constante ante la posibilidad de ser lastimado. Lo anterior representa una mejora en el discurso ya que está nombrando variables nuevas a la construcción de su relato. Estas enriquecen lo que está pasando y lo dejan más claro.

Albillos (1974) propone que las nuevas etapas de la vida implican adaptación desde ajustes en la personalidad a identificación con el entorno. Se observa dificultad en la capacidad de adaptación en el consultante debido a la evitación de conocer nuevas personas por miedo a ser lastimado. El ejemplo de otro elemento incorporado a su nueva narrativa es el del trabajo. El consultante reconoce buscar “pretextos” para no establecerse laboralmente, sin embargo, comenzó a asumirse como técnico de servicio, una profesión en la que es bueno, y se siente cómodo. La interpretación de las responsabilidades en su trabajo pudo girar en torno a narrativas positivas, como el hecho de disfrutar viajar en su trabajo, que le den la libertad de elegir hacer horas extras o no y de utilizar su capacidad de análisis para reparar los equipos.

La libertad y responsabilidad es consecuencia de otorgar sentido a la vida (García-Alandete, Martínez, Sellés y Lozano, 2018). Esto invita a generar las experiencias que no atraviesan únicamente a la identidad, que se construye con la experiencia. También tiene que ver con la adultez joven porque asumir la libertad de tomar decisiones, vivir experiencias y responsabilizarse de ellas: es una capacidad adquirida en la adultez por lo que el consultante no se coloca a sí mismo en un rol familiar ni social porque le da miedo.

El personaje de la “burbuja” es uno de los que más influyen en que las modificaciones en el relato no se lleven a acciones concretas. Al mantenerse aislado se generó una falta de identidad en cada etapa de su vida. Actualmente, al no identificarse como un adulto, no toma responsabilidades adultas sin importar que el contexto y la cultura ya lo hayan convertido en uno. Esto causa que su experiencia del Yo se vea limitada.

La consulta psicoterapéutica tiene la finalidad de que el consultante integre la polaridad rechazada de sí mismo (Feixas y Miro, 1993). En el caso analizado, lo rechazado es asumir la identidad de adulto joven. Aunque el consultante aún no integra su realidad al relato no significa que no haya tenido avances significativos.

Se puede observar que el consultante sí avanzó en el reconocimiento de su problema y la causa de éste. Una “burbuja” que lo mantuvo en aislamiento desde que se quedó sólo con su madre después de la separación de ella con su padre. Además, desarrolla la capacidad de nombrar emociones como el miedo, la felicidad o la tristeza. Así mismo, se anima a nombrar que se siente cansado de cuidar a su madre pero al mismo tiempo siente el compromiso de corresponder a los años de cuidado que ella le dio cuidándola ahora que está enferma.

Al mismo tiempo descubre que la libertad también significa no elegir y ese resulta ser un *insight* importante para su proceso porque permite la flexibilidad de pensar que no está determinado por la vida que le tocó. Otro cambio importante en el relato es el reconocimiento de amistades, que incluso dicen cosas positivas sobre él, después de haber llegado a consulta considerando que no tenía la capacidad de construir relaciones amistosas.

A pesar de que la relación terapéutica está suficientemente fortalecida como para integrar nuevas posturas al relato la adherencia al tratamiento es un factor importante en el proceso del consultante ya que suele faltar constantemente a sesión. De hecho, el proceso terapéutico está planteado clínicamente para una atención semanal. Sin embargo, las 15 sesiones utilizadas para el Análisis Estructural del Relato fueron realizadas en 30 semanas. El consultante llegaba a faltar hasta dos semanas seguidas con la explicación de que había olvidado la sesión o tenía que acudir a un servicio en su trabajo por lo que el seguimiento de las reflexiones resulta complicado.

Como parte de una propuesta de abordaje es necesario que la persona en proceso de asumirse como adulto joven se conecte con la realidad para reconocer qué es lo que su contexto le solicita e identifique si está preparado para afrontarlo. Y, en caso de que no sea así, pueda desarrollar las herramientas necesarias para resolver su crisis.

La temporalidad de asistencia a las sesiones, pudiese ser quincenal para un consultante que presente dificultad para tomar la responsabilidad de ser un adulto y comprenderse a sí mismo. Esto podría dar más espacio a las reflexiones y a la aplicación de las mismas. Sin embargo, en caso de que las inasistencias sean continuas se podría generar un acuerdo que las limite. En el caso del consultante del presente trabajo se tenía un acuerdo donde el límite era de tres inasistencias seguidas o se le daría de baja en la atención psicoterapéutica. De hecho, el consultante nunca llegó al límite de inasistencias a pesar de “olvidar” sus sesiones de psicoterapia.

## 6. Conclusiones

Con el presente trabajo es posible responder a la pregunta de investigación: “¿Cómo evoluciona el relato en consulta psicoterapéutica de una persona que se enfrenta a la crisis de adaptación a la etapa de adultez joven?”.

A partir de los resultados encontrados se puede describir que el consultante tuvo una evolución del relato con mejoras en puntos muy específicos como: la identificación de sus emociones, la apertura a nuevas posibilidades en su relato, reencuadrar su concepción de libertad como la posibilidad de elegir o no algo. Además, se observó una mejora en la identificación de su problema y la fuente que lo inició, así como el reconocimiento de que tiene un círculo de amistades que no identificó al comenzar el proceso.

A pesar de que hubo mejoras en el relato que acercaron al consultante a la identificación de ser un adulto joven este no reflejó una identidad consolidada en la pudiera integrar sus experiencias pasadas, la persona que es en el presente y lo que desea en el futuro. Esto mismo sugiere que hacen falta resignificaciones de su historia de vida. En específico se encuentra que el personaje de la “burbuja” es uno que requiere mayor integración a la realidad presente para poder avanzar en el proceso de identidad gracias a un trabajo de apropiación que ayude a que no la reconozca como un impedimento para experimentar y asumir su realidad.

A pesar de que el consultante desea vivenciarse en libertad no está dispuesto a hacerlo desde la responsabilidad que conlleva ya que la falta de sentido a la vida persiste en su relato. Como consecuencia no genera metas realistas a partir de sus posibilidades ni se asigna un rol de acuerdo a su contexto.

La identidad ayuda a que el individuo pueda comprenderse a sí mismo. La persona en el caso estudiado no logra consolidar una identidad, comprenderse a sí mismo ni posicionarse con una orientación sexual o asumir la atracción hacia los hombres.

Ya que la “burbuja” estuvo presente desde temprana edad en el consultante no hubo encuentro con el Otro. En la infancia no solía convivir con otros niños, durante la adolescencia no se relacionaba con sus pares y ahora, en su adultez, no encuentra un lugar que le identifique. Debido a esto no pudo aprovechar lo que la cultura le ofrecía en términos de referencia para saber qué es lo que deseaba y la experiencia es crucial en la construcción de la identidad de adulto joven.

El trabajo de obtención de grado desarrollado a lo largo de las anteriores páginas representa un aporte a la necesidad de estudios sobre la adultez joven. Es un documento que recopila y ordena información documental para teorizar y explicar el tema. Se trata de los pocos estudios escritos en español y enfocados a un consultante mexicano. Esto cobra relevancia ya que una gran cantidad de los documentos existentes sobre la adultez joven son originarios del idioma inglés. Es útil para la psicoterapia porque ofrece a los terapeutas de la psicología una opción que les permita abordar a los consultantes que inician el camino de la construcción identitaria. Sobre todo en una etapa del desarrollo nueva para la época histórica actual. Además, invita a la creación de nuevos estudios que amplíen el panorama de una problemática de la que no se habla lo suficiente.



La identidad es un proceso en constante evolución y reconstrucción. Para futuras investigaciones sigue pendiente la oportunidad de estudiar el caso de un consultante que ya haya finalizado su proceso terapéutico.

El caso analizado cuenta con más sesiones disponibles de las que fueron recuperadas. Al momento de concluir el presente trabajo el consultante aún no había sido dado de alta por lo que la información recopilada sólo representa una parte del proceso de cambio.

Aunque los momentos de estancamiento y miedo son naturales en los procesos terapéuticos (Esteban Guitart et al., 2008) la adultez joven es una etapa de la vida que requiere de crisis que pueden parecer difíciles, pero también están acompañadas de logros que construyen el proyecto de vida y llenan de satisfacción para encontrar libertad en la independencia.

## Referencias

- Adam, J., Lorda, C. (1999). *Lingüística de los textos narrativos*. Editorial Ariel.
- Albillos, V. (1974). Aproximación al concepto psicológico de adaptación. *Revista Española de Pedagogía*, 125, 95–113.
- Alfonso, E., Bermúdez, A. (2017). La psicoterapia: un momento oportuno en nuestra profesión de psicólogos clínicos. *Psicología Desde El Caribe*, 34 (3), 230-241.
- Alpízar Díaz, W. (2006). Hacia La Construcción Del Concepto Integral De Aduldez. *Enfermería Actual En Costa Rica*, 10, 1–14.  
<https://doi.org/10.15517/revenf.v0i10.10704>
- Alsina, M., Medina, P. (2006). Posmodernidad y crisis de identidad. *Revista Científica de Información y Comunicación*, 3, 125–146.
- Arnett J. J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *The American psychologist*, 55(5), 469–480.
- Arnett, J. (2008) *Adolescencia y adultez emergente. Un enfoque cultural*. Pearson.
- Bahillo, L. (2022) *Historia de Internet: cómo nació y cuál fue su evolución*. Revisado el 16 de junio del 2022. Recuperado de: <https://marketing4ecommerce.mx/historia-de-internet/>

Barthes, R. (2002). *Introducción al análisis estructural de los relatos*. Editor de América Latina, Buenos Aires.

Bascuñán, M. (2014). *Desafíos éticos en psicoterapia. perspectiva de formadores, psicoterapeutas y consultantes*. [Tesis doctoral, Universidad de Chile] Repositorio ANID. [http://repositorio.conicyt.cl/bitstream/handle/10533/180841/BASCU%C3%91AN\\_MARIA\\_LUZ\\_2473D.pdf?sequence=1](http://repositorio.conicyt.cl/bitstream/handle/10533/180841/BASCU%C3%91AN_MARIA_LUZ_2473D.pdf?sequence=1)

Booker, J. A., Dunsmore, J. C., & Fivush, R. (2021). Adjustment Factors of Attachment, Hope, and Motivation in Emerging Adult Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 22(7), 3259–3284. <https://doi-org.ezproxy.iteso.mx/10.1007/s10902-021-00366-5>

Bordignon, N. (2007). O desenvolvimento psicossocial do jovem adulto em Erik Erikson. *Revista Lasallista*, 4(2), 7–16.

Briones, C. (2007). Teorías performativas de la identidad y performatividad de las teorías. *Tabula Rasa*. 30 (6), 55-83. <http://www.scielo.org.co/pdf/tara/n6/n6a04.pdf>

Campo Redondo, M. (2004). Epistemología y psicoterapia. *Opción*, 20(44), 120–137.

Carbajo, D., Santamaría, E. (2015). Trabajo, jóvenes e identidad en un contexto de crisis de los referentes modernos: una aproximación a la figura del emprendedor. *Papeles del CEIC*, (3), 1-14. Recuperado de: <https://doi.org/10.1387/pceic.14626>

- Castillo, I., Ledo, H., del Pino, Y. (2012). Técnicas Narrativas: Un Enfoque Psicoterapéutico. *Norte de Salud Mental*. 10(42), 59–66.
- Chantepie, P.-J. (2021). From puberty to young adulthood: Earthquake and after-shock. *Cahiers de Psychologie Clinique*, 57(2), 41–63. <https://doi-org.ezproxy.iteso.mx/10.3917/cpc.057.0041>
- Código civil federal. (2021) *México: Cámara de diputados del H. Congreso de la Unión*.
- CONEVAL (S.F) *Medición de la pobreza: Glosario*. Revisado el 29 de marzo del 2022. Recuperado de: <https://www.coneval.org.mx/Medicion/Paginas/Glosario.aspx>
- Cordero, C., Roa, A. (2016). *Bienestar de personas con o sin discapacidad física que se encuentran en la adultez temprana*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca] Repositorio de la universidad de Cuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/24273>
- Darío, N., Carmona, M. (2012). *¿Crisis de adolescentes o crisis de adultos?* *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 3(1), 37–46.
- Ducrot, O. y Todorov, T. (1986). *Diccionario Enciclopédico de las Ciencias del Lenguaje*. Siglo XXI: Buenos Aires Argentina (pp. 337-343).
- González. (2016). *El Desarrollo Psicosocial de Erick Erikson*. UNAM.
- Dominguez, E., Herrera, J. D. (2013). La investigación narrativa en psicología: definición y funciones. *Psicología desde el Caribe* 30(3), 620-641.

- Esparza, D. (2012). Crisis de identidad y revolución digital. *Caracteres: Estudios Culturales y Críticos de La Esfera Digital*, 1(1), 77–85.
- Erikson, E. H. (1985). *El ciclo vital completado*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Feixa, C. (2000). Generación @ la juventud en la era digital. *Nómadas*, 13, 75–91. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105115264007>
- Feixas, G., & Miro, M. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia*. Monteblanco: Barcelona y la laguna.
- García, F., Fuentes, R., & Sánchez, A. (2016). Amor, satisfacción en la pareja y resolución de conflictos en adultos jóvenes. *Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UCBSP*, 14(2), 248–302.
- García-Alandete, J., Martínez, R., Sellés, P., & Soucase, B. (2018). Meaning in Life and Psychological Well-Being in Spanish Emerging Adults. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(1), 196–205. <https://doi.org/10.14718/acp.2018.21.1.9>
- Guitart, M., Nadal, J. M., & Vila, I. (2008). La construcción narrativa de la identidad a través del conflicto y la ventrilocuación. <http://www.recercat.cat/handle/2072/180256>
- Giddens, A. (1991). *Modernidad e identidad del Yo. Historia, Ciencia, Sociedad*. Penínnsula.

- Gimeno, A., Barrio, A., & Álvarez, M. (2018). Psicoterapia: marca registrada. *Revista de La Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 38(133), 131–144. <https://doi.org/10.4321/s0211-57352018000100007>
- González. (2016). *El Desarrollo Psicosocial de Erick Erikson*. UNAM, 1, 16.
- Hall, S., & du Gay, P. (2003). *Cuestiones de identidad cultural*. Amorrortu.
- Higley, E. (2019). *Defining Young Adulthood*. DNP Qualifying Manuscripts.
- Izquierdo, A., & Izquierdo, A. (2005). Psicología del desarrollo de la edad adulta: teorías y contextos. *Revista Complutense de Educación*, 16(2), 601–619. <https://doi.org/10.5209/RCED.16845>
- Kosinski, A. (2016). Una manera de responder ¿quién soy?: la identidad narrativa de Paul Ricoeur. Avatares Filosóficos. *Revista Del Departamento de Filosofía - UBA*, 2, 213–221.
- Maldavsky, D. (2004). Un enfoque sistemático de las investigaciones desde la perspectiva de la subjetividad y la intersubjetividad en psicología y ciencias sociales. *Nómadas*, 11(2), 219–232.
- Maldavsky, D. (2008). Sobre las investigaciones de caso único y las combinaciones entre ellas, con especial referencia a la perspectiva de la intersubjetividad. Estudios sistemáticos con el Algoritmo David Liberman. *Clínica e Investigación Relacional*, 2 (1), 185-219.

- Marzana, D., Pérez-Acosta, A., Marta, E., González, M. (2010). La transición a la edad adulta en Colombia: Una lectura relacional. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 28(1), 99–112.
- Molina, N. (2015). Población estudiantil de la universidad de Costa Rica. *Revista indizada* 15(13). <https://www.redalyc.org/pdf/447/44741347002.pdf>
- Moller, J. (2020). La resignificación de la narrativa como herramienta en la elaboración de las pérdidas. [Tesis de maestría, Universidad ITESO] Repositorio ITESO.
- NIDA. (2021) Revisado el 1 de abril. *¿Cómo produce sus efectos la marihuana?* Recuperado de: <https://nida.nih.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/la-marihuana/como-produce-sus-efectos-la-marihuana> en 2022
- Norman, D. (2014). Terapia Narrativa y cuentos terapéuticos. *Revista electrónica Procesos Psicológicos y Sociales*, 10 (1), 1-19.
- ONU Mujeres (2019) Cuando se trata de consentimiento, no hay límites difusos. Recuperado de: <https://www.unwomen.org/es/news/stories/2019/11/feature-consent-no-blurred-lines>
- Páramo, P. (2008). La construcción psicosocial de la identidad y el self. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(3), 539–550.
- Payne, M. (2002). *Una visión global de la terapia narrativa. Terapia Narrativa: Una Introducción Para Profesionales*, Paidós.

- Reyes, S., & Losantos, M. (2016). Terapia narrativa aplicada a una persona con crisis de identidad femenina. *Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSA*, 14(2), 227–246.
- Roussos, A. (2007). Estudio De Caso Único Metodología. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*. 16(3), 261-270.
- SAHM. (2017). Young Adult Health and Well-Being: A Position Statement of the Society for Adolescent Health and Medicine. *Journal of Adolescent Health*, 60(6), 758–759.
- Stoppiello, L. (2009). Estudio de caso único: vicisitudes en la selección de la muestra de una investigación doctoral. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 13(2), 224–246.
- Urbano, C. y Yuni, J. (2014). *Psicología del Desarrollo. Enfoques y perspectivas del curso vital. Brujas*.
- Uriarte, J. (2015). Adulto Emergente. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 145–160.
- Velasco, M. (2017). Paulo Freire, Paul Ricoeur y la identidad narrativa. Realidad: *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 123, 117–147.  
<https://doi.org/10.5377/realidad.v0i123.3317>
- Watzlawick, P. Beavin, J. Jackson, D. (1991) *Teoría de la comunicación humana*. Herder. Barcelona



White, M. (2002). Medios narrativos para fines terapéuticos. En *Revista de Trabajo Social* (4), 129-131.

Zlachevsky Ojeda, A. (2003). Psicoterapia sistémica centrada en narrativas: una aproximación. *Límite: Revista de Filosofía y Psicología*, 10, 47–64.

Zohn, T., Gómez, E. N., Enríquez, R., Casillas, E., Sofía, C., González, J., Moreno, S., Sánchez, A., y Valencia, D. (2016). *Psicoterapia contemporánea. Dilemas y perspectivas*. ITESO.

## **Anexos**

### **Consentimiento informado:**

**Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente**

**Departamento de Psicología, Educación y Salud**

**Maestría en Psicoterapia**

## **Forma de consentimiento informado**

**Título:** EVOLUCIÓN DEL RELATO EN UN ADULTO JOVEN QUE ACUDE A CONSULTA PSICOTERAPÉUTICA: ESTUDIO DE CASO.

**Alumno y programa:** ANDREA RAUDA GAONA

**Nombre del asesor:** BERNARDO ENRIQUE ROQUE TOVAR

### **Propósito**

Este trabajo tiene la finalidad de conocer cómo es que evoluciona la narrativa (la forma en que hablamos y las palabras que elegimos para contar nuestra historia) dentro de la consulta psicoterapéutica de un consultante que se encuentra en la etapa de adultez joven y se enfrenta a dificultades de adaptación a la misma.

Se solicitan personas que estén actualmente en un servicio de atención psicológica por parte del Proyecto Presencia en Centro Polanco, de la Maestría en Psicoterapia, y que su caso sea el de una persona adulta joven que se enfrenta a las dificultades de adaptarse a esta etapa de su vida.

### **Riesgos**

Ningún riesgo es esperado para los participantes.

### **Beneficios**

Además del trabajo en el propio proceso psicoterapéutico, ningún beneficio es esperado para los participantes. El beneficio primario de este proyecto será obtener información que permita la mejor comprensión de los modos de intervención en psicoterapia para una mejor atención.

## **Participación y Retiro Voluntario**

La participación es totalmente voluntaria. Usted tiene el derecho para negarse a participar de este proyecto. Si decide participar y cambia de opinión se puede retirar en cualquier momento.

## **Confidencialidad**

Los hallazgos se resumirán y serán informados en un reporte académico. Los participantes serán identificados con el uso de pseudónimos, los nombres reales no aparecerán en ningún registro, ni cualquier otro dato que permita la identificación de los participantes. Las grabaciones de las entrevistas serán guardadas bajo llave y en un dispositivo electrónico. El encargado de esta información será la alumna (Andrea Rauda Gaona) junto con el director del proyecto (Bernardo Enrique Roque Tovar) y estarán disponibles por un lapso de tres años para académicos y alumnos del programa que justifiquen el acceso a los datos.

## **Procedimientos**

Las entrevistas se llevarán a cabo vía Microsoft Teams y cuando las autoridades pertinentes lo permitan, dentro de las instalaciones del Centro Polanco. Tendrán una duración de 50 a 60 minutos. La fecha y hora será acordada con el alumno del proyecto.

## **Personas de Contacto**

Si existen preguntas acerca de sus derechos como participante puede contactarse con:

- Andrea Rauda Gaona. Cel: --- --- ----
- Bernardo Enrique Roque Tovar. Cel: --- --- ----

Recibirá una copia de esta forma de consentimiento informado para que se quede con ella. Si está dispuesto a participar de este proyecto, por favor firme abajo.

\_\_\_\_\_  
Fecha \_\_\_\_\_  
Participante

\_\_\_\_\_  
Fecha \_\_\_\_\_  
Alumno encargado del proyecto