

**COMPRENSIÓN DE LA EXPERIENCIA DE ANSIEDAD DE UNA NIÑA DE
NUEVE AÑOS CON INTENCIONALIDAD EXPANSIVA**

Autor:

Ps. Natalia Daza González

Directores:

Ps. PH, D. Alberto Mario De Castro Correa

Ps. MG. Guillermo García Chacón

BARRANQUILLA

UNIVERSIDAD DEL NORTE

MAESTRIA EN PSICOLOGÍA – PROFUNDIZACIÓN CLÍNICA

2017

Índice

Introducción	3
Justificación	4
Área problemática	6
Preguntas guías u objetivos	7
Historia clínica del paciente	7
Descripción detallada de las sesiones	12
Marco conceptual de referencia	22
Análisis e interpretación del caso	41
Conclusiones y discusión	63
Bibliografía	67
Anexos	70

Introducción

Una de las principales características del hombre es su libertad, la necesidad y la posibilidad de autoconstruirse, de ser autor de su mundo y de la manera en la que se relaciona con él. El mundo que configura a su vez lo moldea y lo determina, orientando su proyecto de vida hacia un sentido vital que puede verse amenazado ante la posibilidad de fracasar y poner en riesgo aquello que considera valioso preservar. Esta capacidad autocreadora le exige decidir en todo momento y hacerse responsable de asumir una postura, apuntando a metas, buscando significado y creando su propio futuro (Bugental, 2000; citado por De Castro y García, 2011).

La manera en la que se asume la ansiedad resultante de estas decisiones es determinante en la manera cómo se relaciona consigo mismo y con los demás. El hombre, como ser intencional, dirige sus acciones a partir de la forma en la que vivencia sus determinismos y el uso de su libertad (Schneider y May, 1995), teniendo la posibilidad de experienciarse por una parte caprichoso, creativo y expansivo, y por otra ambiental y socialmente restringido; siendo esta la oscilación dialéctica entre la Libertad Vs. Determinismo.

Al expandirse, intencionalmente, el sujeto busca emerger y hacerse grandioso, mientras que al restringirse, pretende anularse y reducir sus posibilidades. Cuando el sujeto se polariza hacia uno de estos dos extremos tiende a la disfuncionalidad, por lo tanto lo ideal o lo sano es que tienda a centrarse, es decir, a pendular entre ambas polaridades de acuerdo con las necesidades adaptativas que se requieran en determinada situación.

De acuerdo con todo lo anteriormente planteado, a lo largo del presente trabajo se analiza el proceso experiencial de una niña de 9 años con tendencia a expandirse dentro de

la relación terapéutica, para así conocer su manera de relacionarse y reconocer su responsabilidad en la construcción de su ser-en-el-mundo. De igual forma, se busca mostrar la intencionalidad de la consultante de acuerdo con la dialéctica de su Libertad Vs. Determinismo como forma de asumir su experiencia de ansiedad ante la amenaza latente de su proyecto vital, que a su vez implica una amenaza a su no-ser. Esto se pretende a la luz de los postulados de la psicología existencial a partir del análisis de las vivencias dentro del encuentro en terapia, ya que, de acuerdo con Romero (2003), la calidad del vínculo terapéutico le permite al co-agente moverse en un espacio privilegiado de verdad, respeto y autenticidad, enmarcando una invitación al autoconocimiento, donde el terapeuta cumple la función de mostrar y acompañar en el encuentro interpersonal a partir de lo que se vivencia en terapia.

Justificación

La ansiedad es aquello que le muestra al ser humano que está vivo, forma parte de la existencia del hombre pues surge cuando siente amenazado su centro de valores, lo cual moviliza su actuar hacia la preservación de estos, pero con frecuencia se tiende a sentir el afán por erradicarla, sin percatarse de lo valioso que puede llegar a ser dicha experiencia entendida desde su forma constructiva. May (2000) señala que el rasgo distintivo de la ansiedad humana proviene del hecho de que el hombre es el animal que valora, aquel ser que interpreta su mundo y su vida sobre la base de significados y símbolos que identifican y dan sentido a su existencia como persona. La forma de asumirla, ya sea destructiva o constructivamente, lleva a la persona intencionalmente a relacionarse de determinada manera consigo mismo y con los demás; bien sea con tendencias expansivas o restrictivas.

La amenaza a cualquier valor es un recordatorio latente a la amenaza del no-ser, entendido desde su aspecto psicológico como la posibilidad de que el proyecto vital del ser humano fracase. Este tipo de experiencias son transversales a las etapas evolutivas, pues desde edades tempranas el hombre se ve enfrentado a la experiencia de ansiedad y al temor a la muerte, por lo tanto, como lo menciona Oaklander (2001) es alentador la creciente toma de conciencia de las necesidades de los niños, pues no son ajenos a estas vivencias.

Teniendo en cuenta lo anterior, el presente estudio de caso constituye una investigación cualitativa que procura comprender la experiencia de ansiedad de una paciente de 9 años de edad con tendencia a una intencionalidad expansiva. Se realizará un análisis a la luz del enfoque fenomenológico-existencial dentro de la relación terapéutica y las vivencias que emergen dentro de esta dinámica.

Dado a que es un estudio de caso único no se considera pertinente generalizar los resultados y conclusiones que serán aquí discutidos. Sin embargo, el trabajo realizado puede contribuir a soportar los planteamientos teóricos de la perspectiva psicológica desde la que se trabaja, buscando así servir de apoyo a la academia y a terapeutas interesados en conocer, a partir de la práctica, la dinámica relacional entre un terapeuta y su paciente a lo largo de las sesiones efectuadas.

A través de las intervenciones terapéuticas se buscará captar las necesidades afectivas de la paciente para orientar las sesiones hacia la comprensión de las vivencias del cliente para analizar sus deseos, uso de la voluntad, intencionalidad, afrontamiento de la amenaza del no-ser, uso de la libertad y responsabilidad como forma de preservar su centro de valores.

Área problemática

La labor del psicólogo clínico es de gran exigencia pues su objeto de estudio, el cliente, es un ser dinámico que fluye en un vaivén de vivencias y experiencias cuya intencionalidad pretende preservar lo que considere valioso y le proporcione sentido. Sin embargo, la manera como dirige su actuar puede estar matizada por mecanismos o modos que evitan la confrontación e integración constructiva de su ansiedad ante la amenaza del no-ser. Por consiguiente, el caso clínico aquí presentado alude al proceso experiencial del cliente a partir de los postulados de la teoría de psicología existencial.

Comprender su experiencia, y todo lo que abarca, es de particular relevancia en todo proceso terapéutico pues le permite al terapeuta estar en sintonía con su cliente, y así dirigir y orientar las intervenciones a partir de las necesidades afectivas del paciente. Paralelamente, brinda un encuentro que permite la aceptación y autenticidad de los miembros en esta dinámica, propiciando el autoconocimiento y el despliegue de las potencialidades del cliente. Se pretende dejar de lado las explicaciones a comportamientos, para permitir dentro del vínculo, comprender experiencias que ayuden al paciente a reconocer y clarificar sus deseos, orientándolos hacia significados con los que si se identifique.

El proceso de terapia busca hacer al paciente responsable de su forma de relacionarse con aquello que lo determina, pues tal y como plantea May (1981) citado por Greenberg, Watson & Lietaer (1998), el objetivo de la psicoterapia existencial es liberar a los clientes, entendiendo la libertad como aquella capacidad de decidir dentro de los determinismos naturales y autoimpuestos en el vivir.

A su vez, la experiencia con este estudio de caso permite analizar la importancia del trabajo en el aquí y ahora, los saberes y las actitudes del terapeuta como herramientas

fundamentales dentro del trabajo clínico para propiciar un encuentro a tono con las necesidades afectivas del paciente que guíen los objetivos terapéuticos.

Preguntas Guías

¿Cuál es el **valor**, o los valores, que el consultante ve posiblemente **amenazados** dentro de su **relacionamiento** con su realidad objetiva?

¿Qué pretende **afirmar** y/o **evitar** el cliente con una **intencionalidad expansiva**?

¿Cómo es la manera en que el cliente **construye su mundo** a partir de la forma como se **relaciona consigo mismo y con los demás**?

¿Cómo los **saberes y actitudes** del terapeuta atienden a las necesidades afectivas dentro del espacio terapéutico?

¿Cómo la **calidad del vínculo** en terapia contribuye a que el cliente se muestre **auténticamente**?

Historia clínica del paciente

Identificación del paciente

Nombre: Camila

Género: Femenino

Edad: 9 años

Fecha de nacimiento: 06/julio/2007

Escolaridad: 4°

Motivo de consulta

Motivo de consulta del padre: la menor es traída a consulta por su padre, quien desea que la niña reciba atención psicológica ya que en el último año la ha percibido “triste” y “sin emoción” en comparación a lo que él considera usual en los niños. El padre manifiesta que desea que la niña asista a terapia principalmente para él conocer el estado emocional de su hija y poder mejorar la relación entre ambos. Desea que con la terapia puedan tener una relación más “estrecha” ya que está considerando pelear la custodia legal de la niña.

Motivo de consulta de la niña: “No sé por qué vengo aquí, mi papá me dijo que vendría donde la psicóloga para que pueda hablar de cómo me siento. Yo me siento bien”.

Episodios previos

Desde los 5 años la menor vive con sus abuelos maternos ya que su madre se fue a vivir fuera del país. La niña comenta que ve a su madre muy ocasionalmente y que suele hablar con frecuencia con ella por el celular. El padre expresa que solo se ve con su hija los días domingo de cada semana, no suele comunicarse con regularidad con ella durante la semana.

Tiempo del problema

El padre comenta que desde hace 1 año durante sus encuentros, una vez por semana, ha notado que la niña se muestra “triste” y con una actitud “desanimada”.

Factores desencadenantes del problema actual

La menor no convive con ninguno de sus padres y no mantiene una relación cercana con ellos. El padre expresa que no tiene una relación afectuosa con su hija y teme que eso pueda incidir en su estado de ánimo.

Historia personal

Camila es una niña de 9 años de edad, hija única, tiende a rodearse entre adultos pues en su familia no hay muchos niños contemporáneos a su edad que sean cercanos a ella. Sus tres mejores amigas del colegio son muy importantes para ella pues considera que son lo más cercano que tiene a unas hermanas. Académicamente siempre se ha destacado y no reporta dificultades en su comportamiento en casa ni en el colegio.

Su madre decidió que ella naciera en E.E.U.U pero su padre no estaba de acuerdo, sin embargo no se opuso, y fue a los tres meses de nacida que el padre tuvo el primer acercamiento con ella. A los dos años de edad sus padres se separan y empieza a haber un distanciamiento más marcado en la relación con su papá pues éste poco la visitaba. A los 5 años su madre decide irse a estudiar fuera del país y la niña queda a cargo de sus abuelos maternos quienes son los que la han criado hasta el momento, el padre ha respondido por las necesidades económicas de la menor y acuerda con los abuelos en ver a la niña los días domingo de cada semana. Por su parte, Camila se comunica frecuentemente con su madre por vía telefónica y en ocasiones la mamá ha venido en los periodos de vacaciones de la niña para compartir tiempo con ella.

Los abuelos maternos son de gran importancia para la niña, son quienes han estado siempre ahí para ella y los considera su “todo”. La relación con sus abuelos maternos es afectuosa y a la vez son ellos los encargados de ponerle los límites a la menor.

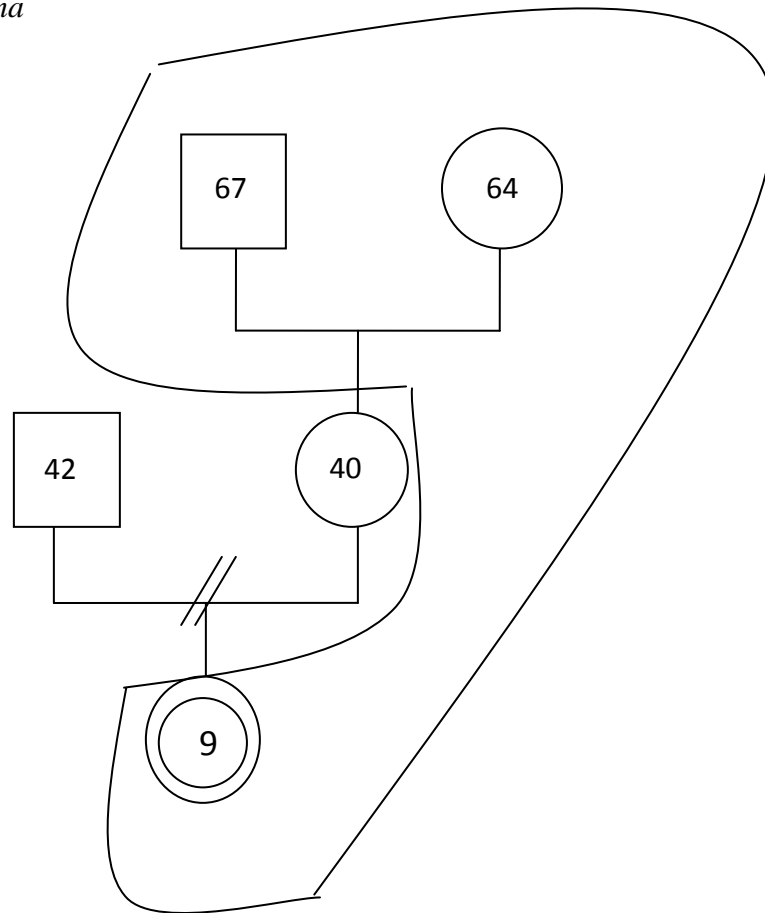
Camila se muestra como una niña cariñosa, amable y enérgica. Es empática ante las necesidades de sus compañeros en clase y tiende a ser acogedora con sus amigos; refiere estar dentro del grupo de las “populares” de su grado. Tiene interés por el piano y el tenis, le gusta sentir que sobresale en las actividades que realiza.

Historia familiar

Los padres de Camila no tienen ninguna comunicación entre ellos, el padre se entiende únicamente con el abuelo materno de la niña para cumplir con sus obligaciones económicas y para cuadrar las horas a las que recoge a su hija los domingos para verla. Los abuelos maternos son parte fundamental de la vida de la niña, son quienes la han criado y han asumido el rol de padres. La menor visita esporádicamente a su abuelo paterno y siente que no tiene una relación de confianza con él.

La niña también convive con su tío materno con quien comparte frecuentemente idas a cine, al parque y a comer; considera esta relación muy valiosa para ella.

El padre de la menor tiene una pareja que comparte con ellos los domingos que se ven, la niña refiere que la novia de su papá es buena con ella pero siente que “invade” los espacios de padre e hija. La novia de su padre tiene un hijo de 3 años a quien Camila encuentra “fastidioso” y no se siente a gusto compartiendo con él.

Genograma*Conceptualización diagnóstica*

Falta de confianza en los contactos sociales y en la propia productividad.

La consultante se siente abrumada por su presente y su realidad objetiva, por lo que recurre a la fantasía para experimentar sensaciones de seguridad.

Vive con ansiedad las relaciones familiares: desea cercanía en el vínculo, sin embargo, se vivencia con insignificancia y desvaloración en dichas relaciones.

Percibe su figura paterna como rígida, tensa, lo cual le dificulta relacionarse con éste de forma espontánea ya que puede percibirlo forzado y con desdén.

Falta de apego seguro que le proporcione confianza en sí misma.

Descripción detallada de las sesiones

Antes de describir las sesiones realizadas es importante tener en cuenta que la consultante asiste a terapia por interés del padre pues él considera necesario que la niña reciba atención psicológica ya que reconoce que su relación con ella ha sido distante y cree que eso puede afectar emocionalmente a la menor. A su vez, percibe que el desarrollo afectivo de la niña puede estar afectado por el hecho de que la niña no tenga a sus figuras paternas presentes de forma constante, pues vive con sus abuelos maternos, su mamá vive por fuera del país y solo hablan telefónicamente, y solo se ve una vez a la semana con el padre.

En el transcurso de los encuentros terapéuticos Camila mostró su interés marcado por tener una relación estrecha y cálida con su padre, sin embargo, su forma de relacionarse con él es distante y se encuentra nublada por sentimientos de rabia y tristeza debido a sensaciones de abandono.

Sesión 1.

Desde un inicio las sesiones con Camila giraron en torno a conocer su mundo; cómo éste la configura y cómo es configurada por él. A pesar de que en la primera sesión la niña se mostró un poco desconcertada por no saber a qué iba a ese consultorio, no tuvo problema en relacionarse con el ambiente, tanto con el terapeuta como con los objetos que se encontraban ahí.

De forma educada pedía permiso para hacer uso de los juguetes, pedía con dulzura que la terapeuta se uniera a su juego, en el cual ella iba estableciendo los roles y dando las instrucciones, era como si no quisiera desagradar a nadie con su comportamiento pero a la vez se evidenciaba su determinación e imponencia por marcar la pauta en la sesión, estaba acostumbrada a hacer “lo que quisiera”.

Camila manifestó desde el principio su interés por jugar a la casa de muñecas, en esta primera ocasión personificó a la niña de la casa mientras le otorgó a la terapeuta el rol de la abuelita. En repetidas ocasiones expresaba: “yo soy el centro de ésta casa”, “mis abuelos me complacen en todo lo que yo quiera”, “soy la princesa de mis abuelos”. A primera vista se observa que la niña se percibe a sí misma como un ser especial y se destaca la importancia para ella de que sus abuelos la hagan sentir de esta manera.

A pesar de lo anterior, la dinámica del juego empieza luego a cambiar y la “niña que todo lo tiene” comienza a hablar por fuera de los roles de los personajes para contar sobre su vida. Refiere que, aunque es feliz viviendo con sus abuelos constantemente escucha a su abuela quejarse por tener que criarla pues la abuela le expresa que ya está “vieja para criar niños”. Al indagar por las sensaciones que ella experimenta cuando la abuela le hace estos comentarios dice que prefiere “encerrarse” en su cuarto a escuchar música para “no prestarle atención”, de cierta manera Camila trata de poner distancia afectiva para bloquear dichos comentarios y hacer de cuenta que no los escucha; que no los siente. Pero al tratar de profundizar en su respuesta se da el siguiente dialogo:

-Terapeuta: ¿qué tal es vivir con tus abuelitos?

-Camila: es genial porque me consienten mucho, y me compran demasiados juguetes, pero no sé, a veces siento que me hace falta algo.

-Terapeuta: ¿qué crees que te hace falta?

-Camila: a veces me siento sola, aunque tenga el cuarto lleno de juguetes.

Desde el primer encuentro terapéutico la consultante se mostró abierta a hablar de sus situaciones en casa, se evidenció sus ganas de ser escuchada y sus necesidades afectivas se fueron mostrando poco a poco, las cuales pudieron evidenciarse con más fuerza cuando la menor se despide de la terapeuta al decir: “me gustó conocerte, fue genial sentir que alguien me escuchaba y que no se aburría de lo que yo decía, todos se quejan de que hablo mucho”.

Sesión 2.

En esta sesión Camila ingresa al consultorio manifestando estar preocupada por su llegada tarde, pues esto implica que esta “perdiendo tiempo valioso de su espacio en terapia”, lo cual puede indicar lo importante que se está tornando para ella estar en ese lugar y en ese ambiente terapéutico en el cual se siente escuchada, ¿qué tanto tiene que decir y no ha podido hacerlo en otros ambientes?

Camila tiende a mostrarse como una niña creativa en los juegos, aunque siempre escoge la casa de muñecas se emociona con los juegos y crea con facilidad historias para los personajes. Con respecto a esto menciona que: “me considero una niña creativa, soy una estrella, me destaco en todo”. Se denota el interés de ella por sentir que sobresale, como si tuviera de esta manera que reafirmar su importancia, su necesidad de destacarse para ser “notada”.

Con respecto a estas ganas de ser notada Camila expresa que desea ser “notada” por alguien en particular: su padre. Lo cual se percibe cuando narra una experiencia reciente en la que su padre en un intento por acercarse más a ella (como parte de las recomendaciones dadas en la entrevista inicial) decide llevarla a sus clases de tenis los sábados, un día distinto al que regularmente se ven, pero no fue como ella lo esperaba:

-Camila: pensé que si mi papá iba a verme se iba a sentir feliz de lo bien que juego al tenis, pero ni me noto.

-Terapeuta: ¿cómo así que no te noto?

-Camila: estaba jugando excelente, pero él estaba pendiente de su celular. Luego decidí jugar mal a ver si así se fijaba, pero nada. Tiré mi raqueta, me caí en la cancha, hice de todo, pero él no me notaba, solo me gané el regaño del entrenador, ninguna estrategia funcionó.

-Terapeuta: ninguna estrategia parecía servir.

-Camila: ¿para qué fue a acompañarme si no iba a verme jugar?

Para ella era algo nuevo estos intentos del padre por pasar más tiempo juntos, sin embargo, ella experimenta ese acercamiento como frío y lejano a la vez, por lo cual recurre a sus “estrategias” para que él la “note”, ser notada implica que el padre se interese por ella y su mundo en un estar presente dentro de los espacios que comparten. Todo esto genera en la niña sensaciones de poca valía que se muestran cuando dice: “soy la mejor en todo, pero mi papá no lo ve, quiero ser la mejor en todo para que papi se interese en mi, entonces de qué me sirve, entonces no soy tan buena como creo si no lo ve”.

El afán de la niña por que el padre se interese en ella es tan grande que hace que ponga en marcha distintas estrategias que le quitan el disfrute mismo de compartir con su papá, su vínculo con él va perdiendo espontaneidad y goce, tiende a centrarse más en idear planes más que aprovechar el plan en sí, “la verdad ni me gusta el tenis, lo juego para que se sientan orgulloso de mi”.

Sesión 3.

A través del juego con los títeres Camila da espacio para conocer más sobre su manera de sentir dentro del mundo que la envuelve y la forma como participa en él.

Durante el juego expresa sentirse “triste de no ser escuchada” en casa y alega que su mundo gira en torno a puros adultos que le exigen que se comporte como “uno de ellos”, en el cual debe estar “bien puesta”, “no exaltarse al hablar”, y debe “controlar los sentimientos”.

Cansada de no sentirse escuchada manifiesta que en las últimas semanas han puesto quejas a sus abuelos de su comportamiento en clase, refiere que la regañan por “incitar el desorden” y por “no seguir instrucciones en las clases”, pero con gran claridad explica que todo se debe a una nueva “estrategia” para ver si su padre le “pone más cuidado” pues vio en una película que la protagonista, una niña de una edad parecida, lo hizo y tuvo el resultado esperado. Este “grito” por ser escuchada, principalmente por su padre, muestra como tiende a sentirse “dejada de lado”. Su intencionalidad a desafiar las normas, luego de ser una niña sobresaliente, es sentirse tenida en cuenta. Sin embargo, reconoce que no es del todo exitoso este mecanismo pues las cosas con su padre han continuado distantes.

Con base a lo anterior, se interviene al finalizar la sesión para mostrarle como en terapia no recurre a esas estrategias y se puede relacionar de una buena manera:

-Terapeuta: pero aquí no te vales de todos esos trucos y mira que igual podemos hablar y compartir un buen rato.

-Camila: pero no te das cuenta que aquí es diferente, tu si quieres estar aquí conmigo y juegas conmigo, pero mi papá no, y eso es lo que me da rabia, sentir que no le importo.

Sesión 4

La niña llega desanimada al consultorio, se nota triste en sus gestos y no está con la energía y el entusiasmo que la ha caracterizado en las sesiones anteriores. Al indagarle por su sentir refiere que esta “triste” porque su padre no fue a verla a un acto cívico del colegio en el que participó.

- Camila: se siente feo que mi papá no vaya a los shows del colegio, los otros papás si van.

- Terapeuta: ¿cómo así que lo sientes feo?

- Camila: feo, triste. Es como si yo fuera invisible para él.

Terapeuta: ¿invisible?

- Camila: si, soy invisible para papi, a pesar que hago de todo él nunca está, él no quiere estar en nada de lo mío.

- Terapeuta: pero sabes que no eres invisible.

- Camila: ¿por qué no puede ser un papá normal?

-Terapeuta: ¿cómo es un papá normal?

-Camila: pues normal, que se divierte con su hija, que se ríe con ella, que jueguen. Todo es tan serio con él.

- Terapeuta: y es ahí cuando te portas mal para que al menos él se fije.

- Camila: claro, quisiera que al menos me regañara, así siquiera hablaría conmigo, aunque fuera un regaño. Por eso tengo rabia con él, ya ni me importa si no va a mis shows del colegio, ya me dejó de importar, mejor que ni vaya.

Al parecer, se mueve entre su deseo de querer cercanía con su padre y la rabia que siente por no sentir que le importa, lo cual la lleva a distanciarse de él. Al decir que no le importa busca evitar sentir esas sensaciones de tristeza; al poner distancia con su padre pretende poner distancia de las vivencias de tristeza que le genera su relación con él.

Sesión 5.

Camila asiste a consulta luego de haber estado ausente por dos meses debido al periodo de vacaciones. Desde que ingreso plantea estar “metida en una situación difícil” pues recientemente su padre le ha pedido que se quede a dormir los fines de semana en su casa. Al indagarle por qué lo percibe como una “situación difícil” comenta que no se siente “cómoda” con ese hecho pues siente que su padre no le dará la atención y los cuidados necesarios que recibe en casa con sus abuelos y se logra evidenciar lo esencial que es para ella sentirse importante:

- Terapeuta: ¿qué tendría de malo dormir en casa de tu papá?
- Camila: me da miedo que al irme Tita se deje de preocupar por mí, ya no me vería casi, puede que se olvide de mí.
- Terapeuta: ¿tú crees que ella puede olvidarse de ti?
- Camila: sí. Aparte no creo que mi papá sepa cómo cuidarme, nunca ha vivido conmigo como para saber qué necesitan las niñas, así que prefiero quedarme segura con Tita. Me pone nerviosa pensar en ir a dormir donde él.
- Terapeuta: ¿nerviosa? ¿cómo es eso?
- Camila: me preocupa, nunca antes lo he hecho, no creo que me guste. Aparte, no sé qué podríamos hacer con tanto tiempo juntos.

La sesión transcurre indagando esas sensaciones de “miedo” y “nervios” que le genera la idea de hacer algo totalmente nuevo para ella. Camila enfatiza en los “nervios” que le da imaginarse estando en casa con su padre, sintiéndose incomoda pues tiende a percibirlo “raro”, así que expresa que: “últimamente he sido grosera con él para que se le quite la idea de llevarme”.

Llama la atención de la terapeuta la manera como la niña describe a su padre, por tanto, al profundiza en esta palabra que la niña utiliza para referirse a él, “raro”, la menor comenta que: “él es raro, como de hielo y no sé qué es lo que siente en su corazón. No habla mucho conmigo entonces me da nervios dormir en su casa y que no tengamos de qué hablar en la noche”.

No obstante, a pesar de que Camila deja claro que no quiere aceptar la invitación de su padre se muestra preocupada de “herir sus sentimientos” al decirle que no desea pasar las noches en su casa: “no quiero que se sienta triste cuando sepa que no quiero dormir ahí, no quiero lastimar sus sentimientos, pero de verdad no me siento cómoda con la idea de dormir en su casa”.

Al finalizar la sesión la niña resalta que aunque hablar de su padre es un tema difícil para ella se ha sentido “chévere”, a gusto de poder hablarlo dentro del espacio de la terapia pues a veces se preocupa por “no ser buena hija” al pensar de esa manera de su padre. Por lo que la terapeuta aprovecha la oportunidad para mostrarle que a veces hay sentimientos en nosotros que no nos gustan y que no hay nada de malo en sentirse así. Así mismo, le muestra a la niña que así como ha podido hablar las cosas dentro de las sesiones también puede hacerlo afuera con su padre y su abuela sobre cómo se siente con todo, por lo que la terapeuta le plantea a Camila la siguiente pregunta: “¿Cómo te sientes al hablar de estos sentimientos malos aquí conmigo?”, y ella responde: “liberada”. Esto muestra la importancia que tiene para ella poder ponerse en contacto con sus sentimientos y sensaciones.

Sesión 6.

Camila retoma el proceso luego de 3 semanas que no había asistido pues se encontraba de vieja con sus abuelitos y su tío.

Al ingresar al consultorio se sienta con molestia en el sofá y lanza la siguiente expresión: “me están robando a mi papá, la novia me lo está robando”. Con tono de rabia manifiesta estar “brava” y molesta pues siente que la novia de su padre es una “intrusa” que esta frecuentemente involucrada en los planes que ellos hacen y a su parecer eso no permite que su padre y ella tengan una relación más cercana. Sin embargo, reconoce que la pareja de su papá “nunca ha hecho algo malo” en su contra. Con claridad explica que le molesta sentir que debe “compartir” a su papá pues esto implica que el poco tiempo que pasan juntos es “robado” por alguien más, lo que puede llevar a su padre a “no prestar tanta atención” a sus espacios con ella.

Cuando la terapeuta profundiza en la experiencia de Camila, ésta comenta:

-Camila: nada de lo que hago hace que papi se interese más en mí, ahora su novia pasa más tiempo en nuestros planes y le presta más atención a ella que a mí, me lo robó.

-Terapeuta: ¿y eso cómo te hace sentir?

-Camila: con una rabia y unas ganas de explotar, pero igual no dejo que se me note.

-Terapeuta: ¿explotar?

-Camila: explotar de la rabia, es como si el prefiriera estar con ella que conmigo.

¡No le importo! No le importé antes y no le importo ahora.

La sesión transcurre permitiéndole a Camila expresar su forma de sentir con respecto a la situación de su padre y su novia. Manifiesta estar “frustrada” pues siente que falla al intentar tener una relación más estrecha con su padre. No obstante, plantea un dilema al que se ve expuesta pues recuerda que en su sesión anterior se sentía con ansiedad por dormir en casa de su padre y ahora se queja pues siente que no pasa tiempo suficiente con él, de lo cual expresa: “es raro lo que me pasa, quiero pasar más tiempo con papi pero no quiero dormir en su casa. Es como si quisiera y no quisiera estar con él, es que no sé cómo estar con él”.

Sesión 7.

Camila asiste a esta sesión con una preocupación en particular, refiere que no entiende muchas cosas de las que piensa con respecto a lo que quiere con su papá. Por un lado, manifiesta explícitamente querer tener una relación más “amorosa” con su padre en la cual sienta que pueden “disfrutar” el rato que comparten y que puedan hablar de cosas “interesantes”, pero por otro lado refiere tener rabia con él por sentir que no está presente lo suficiente y por eso reconoce que en ocasiones se pone “insoportable” y “fastidiosa” cuando están juntos: “me pongo insoportable y fastidiosa, pero porque me da rabia que él sea como es, frío”.

Dentro de sus preocupaciones resalta que teme en ocasiones que su forma de ser aleje más a su padre, por lo que tiende a dudar en cómo comportarse cuando están juntos: “no sé cómo actuar con él, soy la mejor para que sienta orgulloso, pero a veces me porto mal para que al menos me diga algo”. A su vez, manifiesta que cuando se siente “llena” de estas sensaciones prefiere ponerse a dibujar o a tocar el piano para “no pensar en eso”.

Al plantear estas sensaciones se percibe que la consultando en cierto grado tiene conciencia de cómo está actuando intencionalmente con su padre, identificando así un *para qué* se comporta en la forma como lo hace con él. A su vez, permite mostrarle a la paciente su participación en la construcción de sus relaciones interpersonales, apuntando hacia su responsabilidad y libertad en la creación de su mundo.

Marco conceptual de referencia.

El presente marco conceptual de referencia se desarrolla a la luz de los postulados de la psicología fenomenológica existencial, la cual le otorga mayor relevancia a la comprensión de la experiencia del ser-en-el-mundo, centrando, en gran medida, su foco de atención en la manera como el hombre configura y es configurado por su mundo. De acuerdo con Romero (2003) “la psicología comprensiva fenomenológica define su objeto como el estudio de la experiencia y de las vivencias. Las vivencias se articulan y organizan constituyendo los rasgos particulares de la persona, es decir, las formas características que tiene un individuo de establecer la trama del mundo personal”.

Dentro de dichas experiencias y vivencias se destaca el concepto de sentido, el cual será abordado más adelante, entendido con base a los planteamientos de De Castro & García (2011) como el concepto que nos exige atender, captar e ilustrar los valores personales que cada ser humano defiende y trata de expresar en todo momento, en cada situación a la que se ve enfrentado cotidianamente. Así, también se tienen en cuenta conceptos como: libertad, voluntad, orientación hacia el futuro, capacidad de elección responsable e intencionalidad como aspectos fundamentales que dirigen las experiencias humanas.

Ansiedad- centro de valores

El hombre, haciendo referencia a su característica autocreadora, se encuentra en una constante relación con el mundo que va construyendo, dentro de esta forma de ser-en-el-mundo va dando significado a sus experiencias y constantemente se encuentra valorando las situaciones y experiencias en las que se ve inmerso. La ansiedad surge cuando el hombre ve amenazado alguno de esos valores que pretende afirmar o evitar en dicha construcción. Tal y como lo plantea De Castro (2005) las referencias al ser humano se deben hacer teniendo presente el entendimiento surgido de dicha situación concreta de existencia en que la experiencia de ansiedad ocurre. No se puede dejar por fuera de toda comprensión aquellas necesidades existenciales y valores que resultan significativos para la persona y que esta pretende preservar, reafirmar y/o dar vida mediante la creación de los distintos mecanismos, impulsos y procesos de que se vale.

De forma complementaria, la ansiedad debe ser entendida “como una experiencia que emerge y se origina, precisamente por la posibilidad y capacidad que tienen los seres humanos de valorar, dar significado a sus acciones y tratar de afirmar o preservar aquello que consideran importante en sus vidas” (De castro, 2005).

Casi sin darse cuenta, el ser humano se encuentra continuamente valorando sus experiencias, dándoles significados y relacionándose con lo que Yalom (1984) denomina como supuestos básicos de la existencia. Por tanto, para este autor la ansiedad emerge a partir de la conciencia de éstos supuestos básicos de la existencia (muerte, libertad, aislamiento y necesidad de sentido), lo cual indica que indistintamente a la situación que el hombre vivencie siempre se enfrentará a la posibilidad de que su sistema de valores se vea amenazado.

A su vez, Riemann (1996) asegura que la ansiedad indica una señal de alarma ante lo que es considerado importante para el individuo, y a la vez implica la exigencia de superarla. Al aceptar y dominar la ansiedad, el sujeto se permite direccionar hacia adelante, es decir hacia el desarrollo de sus potencialidades, llevándolo hacia formas más maduras de afrontamiento. No obstante, al rehusar el enfrentamiento de ésta, se estanca y reduce sus posibilidades de desarrollo, se fija así en el infantilismo al no superar los limitantes impuestos.

Es decir, que la ansiedad es inherente al ser humano, es el motor de la vida psíquica y la persona tiene distintas formas de afrontarla, tanto constructiva como destructivamente, pero nunca podrá vivenciar una situación sin que este enmarcada dentro de una experiencia de ansiedad. Lo anteriormente citado se complementa con lo postulado por Kierkegaard, citado por López & Moreira (2014), pues siempre es necesaria e insuprimible en el irse haciendo de la existencia propia, es decir que siempre esta presenta como parte de la existencia humana.

Muerte

Como ya se ha mencionado, el ser humano va configurando su mundo y a la vez es configurado por éste, continuamente va creando con base a las relaciones y formas de vincularse el tan anhelado proyecto de vida. Por lo cual se enfrenta día a día con la amenaza latente de la muerte. Pues la muerte, entendida desde su aspecto psicológico, no es la mera ausencia de la vida, sino tal y como lo refieren Angarita & De Castro (2002), el sinsentido cobra mucha más fuerza cuando se es consciente de la amenaza a cualquier valor que se está tratando de crear: el no ser, y cuya expresión más cruda es la muerte. Es decir que morir no hace referencia únicamente a la parte biológica del ser, sino también al fracaso del proyecto de vida que pretende.

Así mismo, Angarita & De Castro (2002) complementan lo anterior al señalar que la confrontación con la muerte se encuentra ligada en la experiencia de la persona a partir de su manera de relacionarse con su realidad objetiva y sus condiciones vitales. Por lo tanto, es importante comprender cómo es asumida la muerte desde edades tempranas y el sentido dado a ésta. Esto permite comprender el significado que se le da a la vida y como incide en el desarrollo del proyecto de vida de la persona.

Así, aquella amenaza del no ser, la amenaza latente del sinsentido, influencia la manera en la que cada individuo se relaciona con su mundo y cómo lo va configurando, pues en el fondo de cada uno de nosotros se debate el perpetuo conflicto entre el deseo de seguir viviendo y el conocimiento de la muerte inevitable (Yalom, 1998). Con respecto a esto Angarita & De Castro (2002) mencionan que estos conflictos se vivencian desde niños, ya sea de manera constructiva o bien puede llevar a la persona a bloquear sus potencialidades. De esta forma, la persona puede llegar a reconocer sus limitantes para determinar su forma de actuar coherentemente a éstos.

Sin embargo, se puede también evitar asumir el afrontamiento de esta, lo que lleva a la reducción de las posibilidades en las situaciones cotidianas. Pero, esto lleva al individuo a vivenciarse con sensaciones de sin sentido, perdiendo su autonomía y sensaciones de valoración propia.

Desde pequeños nos confrontamos a aquella posibilidad de que los valores que nos generan particular sentido se vean amenazados, y así experimentando, muy seguramente, sensaciones de frustración, vacío, incapacidad: muerte psicológica. Sobre esto Yalom (2000) citado por Angarita & De Castro (2002) sostiene que desde niños nos ponemos de cara a situaciones que confrontan al sujeto de cara con la muerte, por lo cual recurre a

mecanismos adaptativos como la negación y la evitación para no asumir la ansiedad que esto genera.

En la niñez se recurre a la seguridad proporcionada por los vínculos paternos o la religión, para sentir que de cierto modo se será salvado. En otras ocasiones se recurre en la niñez a formas de desafiar la muerte a través de travesuras o insensibilizándola pretendiendo a través de la burla no asumirla. Vivir nos recuerda que vamos a morir, construir nuestro proyecto de vital es un recordatorio de que puede fracasar y no escatima en la edad. Nuestra consciencia de esto determina la manera en la que nos relacionamos como ser-en-el-mundo.

Deseo y voluntad

May, citado por Yalom (1984) nos plantea que “a través de la voluntad nos proyectamos hacia el futuro, y es el deseo el punto de partida de este proceso”. Es decir que se necesitan mutuamente para consolidar nuestra fuerza vital y así afirmarnos de una forma más coherente. Con respecto a la importancia de integrar estos dos conceptos, De Castro, García & Eljagh (2012) sostienen, con base a May (1990b) & Yalom (1984), que “un proyecto de vida que se desarrolle de espaldas a la consciencia de las necesidades afectivas vivenciadas en la vida cotidiana iría en contra de esa fuerza que motiva y dirige al ser humano: el deseo”. Esto indica que desde esta perspectiva dicho deseo apunta siempre a un significado, y este significado puede ser tanto sano como patológico; constructivo como destructivo, inmerso en el proceso de valoración de cada persona.

Lo anterior es sostenido por De Castro & García (2011) al afirmar que el deseo siempre orienta a la persona hacia la afirmación de algo que necesita a nivel experiencial y considera valioso o importante para su existencia y citando a May (1990b, 1990c) plantean

que a este deseo se le llama desear, para aclarar que no está desvinculado de la propia voluntad e intenciones, pues siempre implica una posición psicológica ante lo que se siente.

Desear es el “juego imaginativo de la posibilidad de que ocurra algún acto o estado” (May, 2000), convirtiéndose en el primer paso en el acto de la voluntad, y afirma que solo después de que se produce el deseo, el individuo puede tirar del <<gatillo del esfuerzo>> e iniciar el resto del acto volitivo, constituido por el compromiso y la elección. Por lo tanto, De Castro & García (2011) destacan que el desear es lo que le da calidez, vitalidad, frescura y contenido a la voluntad, mientras que ésta dirige el deseo y le da madurez a la experiencia.

No obstante, la falta de capacidad de desear provoca la enfermedad (May, 1990b; Yalom, 1984; De Castro & García, 2011) pues al dejar de desear la persona no se compromete con el descubrimiento de sus deseos y con el respectivo desarrollo consciente y constructivo, dejando de obtener sensaciones de bienestar o gratificación consciente que perdure en el tiempo, y es de esta manera la persona recurre a medios compensatorios que llenen el vacío y falta de significación creada.

Según De Castro & García (2011) la voluntad implica la capacidad de elección del ser humano, quien a través del uso de su libertad de ser emplea la voluntad para disponerse a vivenciar aquello que lo motiva y “juega” en su imaginación con las diversas posibilidades y por medio de su libertad de hacer se da paso a la voluntad de acción como tal que es la capacidad práctica de organizarse con relación a la propia experiencia. Sobre esto Yalom (1980) entiende la voluntad como la capacidad de elección del hombre sobre determinados fines y el camino que toma para llegar a ellos.

Sin embargo, la voluntad puede ser utilizada destructiva o constructivamente. De Castro & García explican que con el uso destructivo de la voluntad la persona evita los

propios deseos a través de la *fuerza de voluntad*, manteniéndose al margen de sentir aquello que le afecta. Puede también valerse de conductas *impulsivas o compulsivas* para anularse en su capacidad de elección pues le atribuye a fuerzas ajenas a sí que lo gobiernan y limitan su capacidad de decisión y responsabilidad. O se vale de la *apatía* para no asumir el riesgo de sentir y al tiempo comprometerse con una decisión significativa; por tanto, el deseo y la acción implican un compromiso.

Libertad y responsabilidad

Al hablar de *libertad* se tiende comúnmente a pensar que nos referimos a la ausencia de reglas o límites que se oponen a la responsabilidad. Con respecto a este tipo de actitudes De Castro & García (2011) señalan que se evidencia una clara falta de conciencia de la propia situación concreta de la vida, lo que hace que se evada el asumir compromisos y responsabilidades y se actúe de forma impulsiva, viviendo en ausencia de compromisos y con metas a corto plazo que generan gratificaciones inmediatas pero desligadas de un proyecto vital coherente. Por lo tanto, Schneider (2008) citado por De Castro & García (2011), destaca que paradójicamente se requiere ser en alguna medida consciente de los propios limitantes y determinismos (pasados, biológicos, interpersonales, cognitivos o ambientales), y así al reconocer en el presente nuestros limitantes poder resignificarlos acorde con los valores que se procuran afirmar.

Yalom (1984) señala ciertas defensas que las personas emplean para evitar la libertad, dentro de las cuales destaca: la *compulsividad*, donde las personas aluden a una fuerza irresistible dentro de sí, ajena al yo, con autonomía propia, que obliga al sujeto a hacer lo demandado por el impulso, dejando a la persona sin opción de elegir, sin experimentar la libertad. *Desplazamiento de la libertad* a otro individuo, donde la persona se percibe como incapaz y es ese otro quien decide por él; *pérdida del control*, alude a un

estado irracional en el cual la persona evita hacerse responsable de sus acciones y comportamiento y la *evitación de la autonomía*, estado en el cual el sujeto conoce qué debe realizar para desarrollarse a plenitud, pero a la vez se niega como una manera de renegar contra las exigencias de la libertad.

La libertad puede ser utilizada para negar la posibilidad de elegir ante las situaciones que se presenten en la vida. Supone la posibilidad de experienciarse a sí mismo como un ser libre o como un ser carente de libertad. En gran parte, la elección de alguna de estas vías definirá el camino en y desde el cual se orientará la experiencia de ansiedad, bien sea destructiva o constructivamente (De Castro, Cardona, Gordillo & Támara, 2007), lo cual indica que hacer uso de la libertad siempre implica asumir una postura: hacernos cargo.

De esta manera, se entiende que la libertad y la responsabilidad van de la mano, pues el ser humano es libre y responsable no sólo de lo que hace, sino también de lo que prefiere o pretende ignorar. Al ser consciente de sus limitantes sabrá hacia dónde le interesa que vaya el peso y dirección de sus acciones (De Castro & García, 2011). Por lo tanto, ser libre no significa vivir sin determinismo, sino reconocerlos y siendo responsables con nuestro actuar en el presente continuo con relación a aquello que nos determina.

Intencionalidad y sentido

Al hablar de la relación entre el deseo y la voluntad se hace referencia a clarificar la dirección y orientación del proyecto vital del individuo como ser en el mundo, por lo cual la intencionalidad es la estructura que da sentido a la experiencia (May, 2000). Cada una de las experiencias del ser humano va orientada de una determinada forma, no es la experiencia como tal la que gana mayor importancia, sino cómo es vivenciada dicha experiencia por el sujeto lo que realmente nos interesa.

Desde esta perspectiva no se desconoce la relevancia del tiempo pasado en la intencionalidad de cada quien, se reconoce que las necesidades afectivas que vienen del pasado aparecen y se siguen presentando en el presente con una intencionalidad específica, por lo cual, hoy en el presente, cada vez que aparecen dichas necesidades afectivas, el ser humano implícita o explícitamente asume inmediata y simultáneamente una postura ante ellas (De Castro & García, 2011). La intencionalidad es nuestra participación imaginativa en las posibilidades del día, participación que nos permite darnos cuenta de nuestra capacidad para formarnos, modelarnos, modificar los hechos del día en su relación con nosotros.

A medida que la intencionalidad va dirigiendo y orientando el deseo y la voluntad de la persona hacia ganancias afectivas que le den sentido y significado a las experiencias, pero no necesariamente implica que el individuo se identifique con dichas ganancias. Si al clarificar el deseo, su vivencia y su significado la persona no siente gratificación o no se identifique con dicha ganancia, la persona en un desear consciente puede reorientar su sentido hacia significados coherentes a su centro de valores (De Castro & García, 2011).

El ser humano es pura intencionalidad, es decir, su forma de relacionarse con el mundo siempre va dirigida a un *para qué*, actuamos de determinada manera para obtener una ganancia afectiva con la cual nos identifiquemos y nos genere cierto grado de bienestar psicológico. Esta forma de relacionarnos con nuestro mundo y de ser seres intencionales puede ser una forma tanto constructiva como destructiva, pero en el cual siempre hay algún grado de responsabilidad.

Sobre lo anterior, Yalom (1984) referenciando a Bugental, sostiene que el hombre posee la capacidad de elección, y es esta capacidad la que le permite pasar de ser un simple espectador del transcurrir de su vida a quien le ocurren experiencias y a quien le llegan

impulsos y sensaciones, para ser un constructor activo de sus propias experiencias que intencionalmente participa en la dirección y orientación de las mismas.

Al hablar de intencionalidad no se puede dejar de lado el sentido, pues la intencionalidad siempre apunta a un sentido, por lo tanto, se implican mutuamente: por un lado, la intencionalidad orienta a la persona hacia formas específicas de valorar las situaciones y ante las nuevas posibilidades de sentido, mientras que por otro lado, pero simultáneamente, la intencionalidad se desarrolla a partir de y con base en el proceso de valoración y en el sentido experimentado que se vaya obteniendo (De Castro & García, 2011).

Con respecto al sentido Angarita & De Castro (2006) afirman que no hay una única guía para vivir ni un diseño predeterminada para todas las personas, tampoco un significado universal que oriente por igual a todos los sujetos. El único significado válido o real es aquel que es creado en la acción por cada individuo. Es decir, cada sentido de vida y su respectivo centro de valores es particular a cada ser, pues este es quien va construyendo su proyecto y va orientando su intencionalidad hacia un sentido que para él gana importancia, y el cual esta permeado por sus vivencias y su proceso experiencial.

En contraste con esto, Frankl (1993) asegura que el ser humano no inventa el sentido de su existencia, sino que lo descubre, de lo cual Angarita & De Castro (2006) señalan que indistintamente a la postura que se asume con respecto al sentido, se hace énfasis en el compromiso, la entrega a una causa que da significado, y a la creación de valores personales que guíen el desarrollo del propio proyecto vital.

Psicopatología

La clasificación de la sintomatología brinda un conocimiento externo de la situación de la persona, si bien es de gran importancia el conocimiento de dichos síntomas, desde

esta perspectiva se enfatiza más por conocer la manera como vivencia las experiencias dentro de determinada patología. Por tanto, la psicología existencial busca comprender la psicopatología desde la forma en la que el individuo configura su mundo, pues las manifestaciones sintomáticas son creadas desde una estructura particular y con un sentido específico en un momento determinado (García y De Castro, 2008).

De modo que entendiendo al ser humano a partir de su relación con el mundo, va buscando sentido vital con base en los valores que le generan significados y los cuales, a su modo, siempre pretenderá preservar; la manera de preservarlos puede ser tanto sana como enfermiza. Según García & De Castro (2008), la enfermedad no debe verse como contraria a la salud o cuantitativamente como salud: ausencia de síntomas y enfermedad: presencia de síntomas, sino mas bien desde un punto operativo, ya que tanto en la salud como en la patología el sujeto busca reafirmar algo de sí mismo, preservar algún valor que le otorgue sentido a su experiencia.

Así bien, la enfermedad mental se comprende como el resultado de la desviación de la persona de su propia estructura de potencialidades para desarrollar su proyecto vital coherente, y al verse frustrado dicho proyecto vital se trata desesperadamente de recurrir a algún medio (patológico) para tratar de preservar este mismo (García & De Castro, 2008).

Diamond (1996) citado por García & De Castro (2008) comenta que el sujeto al evitar asumir su libertad pretende darse algún valor como persona al tratar de autoafirmarse violenta o destructivamente, o al tratar de ganar sentido tal y como lo menciona Fromm (1992, 1994) referenciado por García & De Castro (2008), a través de medio conformistas, destructivos o referentes al autoritarismo, para por medio de éstos sentirse con poder y significación, compensando así en algún grado sensaciones de impotencia e insignificancia,

a pesar de que el valor creado limite el desarrollo auténtico de sus potencialidades como seres humanos.

El ser humano al emplear los mencionados mecanismos compensatorios para preservar el valor que le otorga sentido a su proyecto de vida, hace un uso inadecuado de su libertad para confrontar la ansiedad, convirtiéndose en un síntoma patológico cuando evita enfrentarla de forma consciente. May (1996) citado por García & De Castro (2008) afirma que la ansiedad asumida de forma destructiva es desproporcionada a la amenaza objetiva, reduce las posibilidades de ser e involucra el uso de mecanismos de defensa.

A su vez, May (1990b) & Yalom (1984) citado por De Castro & García (2011) señalan que la falta de capacidad de desear provoca la enfermedad, pues al no desear el sujeto deja de comprometerse con el descubrimiento de sus deseos y con el desarrollo constructivo y consciente de los mismo, dejando de obtener sensaciones de bienestar o gratificaciones conscientes perdurables en el tiempo. Por el contrario, la persona se ve obligada a medidas compensatorias, como las ya mencionadas, para suplir el vacío y la falta de significación.

Tendencias expansivas o restrictivas de la intencionalidad y sus posibles disfunciones.

Como ya se ha planteado anteriormente, la intencionalidad constituye la totalidad de las orientaciones y direcciones del proyecto vital del ser humano, dicha orientación apunta a la preservación de valores de cada ser. Todo este proceso de intencionalidad está matizado por las experiencias y vivencias del ser humano al ponerse de cara con su libertad, Shneider & May (1995) afirman, de acuerdo con la postura existencial integrativa, que esa experiencia humana se mueve en la dialéctica de *libertad Vs. Determinismo*; por una parte es libre (deliberado, creativo y expresivo) y por otra determinado (social y ambientalmente

restringido). Si el hombre niega o ignora esta dialéctica se torna polarizado hacia alguno de estos extremos, llevándolo a la disfuncionalidad, pero al confrontarlo e integrar ambos polos, se vuelve vigorizado y enriquecido.

Así mismo, Shneider & May (1995) establecen que la dialéctica de libertad Vs. determinismo está clínicamente caracterizado por la capacidad del ser humano para restringirse (retirarse, anularse) o expandirse (emerger, hacerse grandioso) y centrarse (interjuego entre ambas polaridades). Por su parte, Maslow (1967) citado por Shneider & May (1995), señala que el ser humano teme tanto su grandeza como su humildad y es precisamente este dilema el punto central de la psicología existencial integrativa, pues el temor tanto a la restricción como a la expansión surge a lo largo de todo el espectro de la libertad existencial; haciendo uso de su libertad el ser humano intencionalmente decide hacia qué polo moverse y cómo hacerlo dentro de sus significados.

Con relación a esto Shneider (2008) citado por De Castro & García (2011) destaca que la tendencia expansiva es una tendencia que apunta al crecimiento y el desarrollo de las potencialidades a través de la afirmación de la libertad y la individualización, mientras que las tendencias restrictivas aluden a una tendencia a adaptarse ya que el sujeto se ajusta a las exigencias socio culturales. A su vez, la salud mental desde estos planteamientos es la oscilación entre ambas tendencias, y es lo denominado como centración, lo cual alude a que la persona logre identificar en qué momentos es más apropiado individualizarse o adaptarse.

No obstante, si el sujeto decide evitar integrar las tendencias mencionadas en sus experiencias diarias empieza a identificarse con una sola de ellas negado a su opuesta lo cual desencadena en disfunciones tales como la hiper-expansión o hiper-

restricción. Con relación a esto, De Castro & García (2011) comentan que las personas con tendencias hiper-espansivas se caracterizan por temor a sentirse limitadas, temor a no percibirse como un ser con importancia, temor a no tener poder de decisión, temor a perder individuación. También se destacan ganancias secundarias tales como sensaciones de importancia, utilidad y capacidad. Las tendencias hiper-restrictivas presentan temor a sentirse libres, temor a nuevas posibilidades, temor a la toma de decisiones que involucren riesgo, temor a sentirse responsable y autónomo de sí y temor al futuro. Aquí se señalan ganancias secundarias como: sensaciones de seguridad, evitan la soledad y responsabilidad, sensación de protección.

La relación terapéutica

La relación terapéutica constituye una de las bases fundamentales en todo proceso de psicoterapia. Para la psicología existencial, tal y como lo señala Moreno (2010), esta es una dinámica de igual a igual, es decir, el encuentro se precisa en una dar y recibir, por lo que se concibe al cliente como sujeto activo en dicha relación. Este mismo autor enfatiza en tres elementos característicos de este tipo de relación: la autenticidad, la aceptación incondicional y la empatía, pues a través de estos elementos, basado en los planteamientos de Reich, se logra sentir lo que el paciente siente y este le permite al terapeuta comprender y aceptar mejor a su paciente.

Por su parte, Romero (2003) señala que el encuentro en la relación terapéutica es aquel espacio de genuinidad, calidez y confianza que le permite al otro desarrollar sus potencialidades, y es justamente eso lo que se busca en terapia, pues las ricas oportunidades de vincularse son precisamente lo que hace que la terapia sea tan satisfactoria (Yalom, 2008). Así mismo, Sassenfeld & Moncada (2006) retoman el planteamiento de Husserl, quien indica que el contexto psicoterapéutico se da *una vuelta a las cosas mismas*, lo cual

se convierte en una vuelta a las vivencias actuales en su estado directo e inmediato. Esto implica que el terapeuta da inicio a un proceso terapéutico en general y a cada sesión en particular, desde el lugar experiencial y existencial en el cual se encuentra el paciente en un momento determinado (Brazier 1993; Sassenfeld & Moncada 2006).

Este tipo de relacionamiento determina un grado de intimidad tal que presupone un ambiente de respeto mutuo, así como plantea Romero (2003), desde un abordaje comprensivo-existencial el relacionamiento (terapeuta-cliente) es complejo, implica exigencias del trabajo en común en un plano de intimidad e intercambio afectivo. Dado que se da en la esfera de la intimidad, de la confianza mutua y del secreto presupone lazos afectivos de índole positivos, negativos y ambivalentes.

Lo que pretende la relación es comprender y acercarse lo mejor posible a la forma de vivenciar las experiencias particulares del co-agente, debido a esto Bleger (1985) enfatiza, que la primera regla fundamental en esta relación interpersonal es tratar que el campo se configure especialmente y en mayor grado por las variables que dependen del entrevistado o paciente/cliente; es la relación entre ambos quien delimita y determina la dinámica de la entrevista y todo lo que en ella acontece.

De acuerdo con estos planteamientos, se destaca la importancia de la sintonía del terapeuta con respecto a las necesidades que se capte del paciente durante los encuentros, de ahí que los saberes y actitudes del terapeuta cobren marcada relevancia, pues determinaran que la relación terapéutica se de manera tal que permita al paciente abrirse al despliegue de sus potencialidades.

Trabajo terapéutico en el Aquí y Ahora

Como ya se ha mencionado, el ser humano se encuentra continuamente en un proceso de relacionamiento tanto consigo como con los demás. A partir de esta idea se

desprende la importancia del trabajo terapéutico en el “aquí y ahora” y no en el “allá y entonces”. Yalom (2006) es enfático en el uso del aquí y ahora pues considera la fuente principal de poder terapéutico, entendiéndolo como lo que está ocurriendo *aquí* en este consultorio partículas, y *ahora* en el tiempo inmediato de la sesión. Este autor fundamenta la utilidad de esto con base a los de que el hombre es un animal intrínsecamente social, donde las relaciones influyen al individuo, y a su vez sostiene que la terapia es un microcosmos social por lo cual los problemas interpersonales del cliente se harán evidentes en la relación terapéutica aquí y ahora. De esta forma se entiende que la manera como el paciente se relacione dentro del espacio terapéutico de cada sesión es semejante a la forma de relacionarse con las otras personas por fuera de la terapia, así que esta herramienta de trabajo le permite al terapeuta adentrarse a una mejor comprensión de las vivencias de su paciente.

El trabajo en el aquí y ahora se vale del uso de las equivalencias como estrategia que enriquece los alcances en terapia. Con respecto a esto Yalom (2006) que al mostrarle al paciente en el aquí y ahora un equivalente de alguna interacción disfuncional que tenga por fuera del contexto de terapia, en sus relaciones interpersonales, hace que las intervenciones sean mucho más exacta e inmediatas y serán posiblemente mejor recibidas por el paciente para captar su intencionalidad dentro de su manera de relacionarse en general. Para esto Yalom (2006) expone que “los hechos cotidianos de cada sesión de terapia son ricos: preste atención a cómo lo saluda su paciente, cómo toma asiento, cómo inspecciona o deja de inspeccionar el entorno, cómo comienza y termina la sesión, cómo cuenta su historia, cómo se relaciona con usted.”

Partiendo de lo anterior, Shneider & May (1995) citado por De Castro & García (2011), aluden a *invocar lo actual*, es decir, atender a lo que el paciente está vivenciando en

la manera particular en que se relaciona consigo mismo a partir de la relación con el terapeuta. En el encuentro actual es también muy provechoso que el terapeuta hable sobre su sentir ya que esto ayuda a que el paciente tenga mayor apertura experiencial.

Paralelamente, el terapeuta debe hacer uso de la *presencia*, pues De Castro & García (2011), citando a Schneider & May (1995), aluden a este concepto como una de las herramientas principales dentro de la psicoterapia existencial, ya que “apunta al hecho de atender a la experiencia inmediata, presente, afectiva, kinestética y corporalmente sentida que ocurre en el paciente en su relación presente consigo mismo y con el terapeuta”. Para esto, el terapeuta debe considerar intervenciones hacia el proceso y no estrictamente dedicarse al contenido, pues Yalom (2006) explica que el contenido es lo que el paciente dice (palabras, conceptos expresados), mientras que el proceso es cómo se siente al decir las cosas, lo cual capta “la naturaleza de la relación entre los individuos que expresan las palabras y los conceptos”, y así el paciente se permite conocer a sí mismo.

Saberes del terapeuta

Como ya se ha venido mencionando, el encuentro terapéutico es un espacio que debe propiciar el despliegue de las potencialidades del coagente, pero para que el cliente experimenta sensaciones de apertura emocional que le permitan dicho alcance, se requiere del terapeuta ciertos saberes particulares que catalicen este proceso, para este caso se destacan los siguientes: saber acoger, saber ser empático y saber escuchar. Es importante tener en cuenta que estos saberes deben ser internalizados por el terapeuta para constituir parte de sí mismo, y no fallar en la naturalidad y espontaneidad de estos durante las sesiones.

Romero (2003) destaca que el saber acoger es un acto de confianza, es invitar al paciente para que sea el mismo en ese específico encuentro, convida a que se sienta bien al

mostrarse tal cual es, por lo que el terapeuta debe mostrar aceptación con relación a eso que es su paciente. El terapeuta consigue esto a través de sus gestos, su manera de expresarse, su mirada, sus movimientos, pues al acoger al paciente, éste se va permitiendo acoger a sí mismo, se permite aceptarse.

No obstante, acoger y aceptar al otro demanda un gran esfuerzo ya que en la dinámica de la relación los afectos y sentimientos del terapeuta inciden durante el encuentro, por lo cual requiere que de éste una actitud fenomenológica. Con respecto a esto, Yontef (1993) citado por Sassenfeld & Moncada (2006) alude a la puesta en paréntesis o *epoché* como aquella suspensión temporal de los valores personales, prejuicios, inferencias y suposiciones que pueden hacer que se juzgue al paciente durante la terapia.

Frente a esto, el saber ser empático implica saber acompañar al otro, pues según Romero (2003) “el movimiento de la empatía es la comprensión”, lo cual me permite captar el movimiento afectivo del paciente, es decir, que el terapeuta realice intervenciones de acuerdo con las necesidades afectivas de su paciente. Al ser empático el terapeuta es tocado por el dolor de su paciente de una manera distinta, comprender sus motivos e intenciones, pero no peca en la complicidad, pues con la captación del movimiento afectivo del cliente se logra incluso confrontarlo.

En cuanto al saber escucha, Romero (2003) expresa que es una actitud de receptividad, captando un mensaje en el que se atiende al sentido menos explícito, es decir, comprendiendo de dónde y a quién habla. Saber escuchar implica saber omitirse para no interferir en el discurso del otro, por lo que se deja de lado la necesidad o urgencia de expresión personal.

Contextualizar la terapia: El mundo del niño

Cada paciente representa un caso distinto, tal vez se tengan situaciones similares, pero sin duda cada uno vivencia su experiencia de manera única y particular. Sin embargo, etapa evolutiva en la que se encuentra cada respectivo cliente es un aspecto que no se debe dejar pasar por alto. Por consiguiente, el interés de este estudio de caso se dirige a contextualizar la terapia entorno al mundo del niño.

Romero (2005) comenta que el niño es un ser afectivo y emocional que, a diferencia de otras etapas, se ve afectado intensamente por los objetos, situaciones y personas que lo rodean, por lo que las experiencias afectivas en esta etapa estructuran redes y patrones vivenciales. A su vez, señala que el cuidado y afecto materno son determinantes para el encaminamiento psíquico saludable. El niño siente la falta de cuidados maternos como un rechazo que genera en él posibles sentimientos de abandono, desamparo, auto-rechazo y un sentido precario de identidad.

Oaklander (2001) propone que el trabajo en terapia con los niños es suave y fluido, partiendo del objetivo de ayudarlo a darse cuenta de sí mismo y de su existencia en su mundo, lo cual implicaría su intencionalidad y sentido vital a preservar. Esta autora destaca el juego libre y el dibujo en terapia con niños como una de las formas más útiles para éstos logren expresar sus sentimientos y su propia identidad, pues los niños se auto-protegen de alguna forma: algunos se retraen para evitar ser dañados, otros recurren a la fantasía para hacer su realidad objetiva un poco más llevadera y otros actúan como si nada les importara dejando por fuera todo lo que les es doloroso. Por lo tanto, a través de los recursos terapéuticos del juego y del dibujo se logrará penetrar el sentir y la forma de vivenciar las situaciones.

Análisis e interpretación del caso

El presente apartado pretende analizar las sesiones terapéuticas descritas anteriormente a la luz de los planteamientos de la psicología fenomenológica existencial para comprender la experiencia de ansiedad de Camila, una niña de nueve años con intencionalidad expansiva. El análisis de las sesiones se centrará en el proceso experiencial de la consultante, donde se atenderá a su deseo, voluntad, libertad, responsabilidad, afrontamiento de ansiedad, temor a la muerte, intencionalidad y tendencias expansivas, sin embargo, se hará mención a la importancia de la relación terapéutica y de los saberes del terapeuta para favorecer la comprensión de dicho proceso experiencial.

De esta manera, este estudio de caso busca ilustrar de forma didáctica a través del trabajo clínico aspectos que son considerados esenciales atender en el abordaje terapéutico, no obstante, se reconoce que existen otras variables que son igualmente esenciales pero que no serán analizadas con prioridad debido al propósito de este estudio, que enfoca su atención en la vivencia del paciente.

Ahora bien, es preciso aclarar que la paciente asiste a terapia por interés del padre pues él considera necesario que la niña reciba atención psicológica ya que reconoce que su relación con ella ha sido distante y cree que eso puede afectar emocionalmente a la menor, a su vez percibe que el hecho que la niña no tenga a sus figuras paternas presentes de forma constante puede incidir negativamente en su desarrollo afectivo, pues vive con sus abuelos maternos, su mamá vive por fuera del país y solo hablan telefónicamente, por su parte, solo se ve una vez a la semana con el padre.

Amenaza del no-ser: muerte psicológica

En el transcurrir de las sesiones, Camila constantemente hacía mención a frases como “soy la consentida de mis abuelitos”, “yo soy el centro de esta casa”, dejando ver así la importancia que tenía para ella “sobresalir”, pues esto representa quien ella *es*. La esencia de su *ser* gana importancia en la medida que sea reconocida por otros, en este caso por sus abuelos, pues le proporciona sensaciones de capacidad que para ella son, al parecer, vitales para poder existir como ser-en-el-mundo, ese ser que *está ahí* presente (May, 1995). En este caso de interés, el *ser* de Camila es ese estar presente en la relación con sus abuelos que le genera las mencionadas sensaciones que pretenderá afirmar y defender a través de su manera de relacionarse con otros y consigo misma.

De acuerdo con los planteamientos de May (1995), dado que el hombre es un individuo en relación con otros sujetos, el *ser* significa la relación del individuo con su mundo, más precisamente, cómo éste se relaciona con dicho mundo es la fuente de la potencialidad, implica que el sujeto está en el devenir de algo pues no es estático. *Ser* no es sinónimo de función, es decir, al hablar del *ser* que es Camila no nos referimos a que es una niña de 9 años, estudiante, hija y nieta; todos estos aspectos son ciertos con respecto a ella, pero ella *es* lo que ella está siendo, es ella y sus vivencias, sus sensaciones y sentimientos que experimenta. Por lo tanto, para la consultante existir y poder ser-en-el-mundo, en su mundo, está sustentado bajo sensaciones de significancia y valía que la relación con otros le genera, en especial la relación con sus abuelos.

No obstante, durante el proceso se le presentaron situaciones que pusieron en riesgo su centro de valores (sentirse importante), es decir, amenazan sus posibilidades de *ser*, como lo fue la propuesta de su padre de irse a vivir temporalmente con él; abriéndole espacio a la posibilidad de dejar de sentirse tan “especial”, pues la niña refiere sobre esto

que: “me da miedo que al irme Tita (su abuelita) se deje de preocupar por mí, ya no me vería casi. Puede que se olvide de mí”. Con respecto a ese temor de ser olvidada, Yalom (2008) sugiere que el olvido prefigura la muerte, pues para él una de las cosas que más aterra al hombre de la muerte no es perder el futuro, sino renunciar al pasado y aquellas vivencias.

De esta manera, se entiende que para Camila dejar de vivir con sus abuelitos, en un hogar en el que siente que es lo más importante y especial es una amenaza latente a su *ser*. Ante la posibilidad de ser olvidado por Tita se queda sin aquella relación que le da sustento a su existencia, para adentrarse así a su muerte psicológica. Es preciso aclarar que al referirnos al no-ser o a la muerte psicológica no se hace énfasis a la finitud de la vida biológica de la persona, sino al fin de sus posibilidades de ser. Por lo tanto, en la situación de la paciente aquí descrita, la posibilidad de no-ser es el riesgo de dejar de sentirse importante, pues quien le proporciona esa sensación es la relación con Tita y la seguridad que experimenta con ella; al ser olvidada por su abuela se le cierra la posibilidad de *ser*.

A su vez, lo anterior se relaciona con lo que Yalom (2008) plantea, pues para este autor las relaciones íntimas ayudan a las personas a sobreponerse al temor a la muerte. Por lo cual, Camila atesora fielmente su relación con su abuela, y se encuentra por tanto conflictuada ante la propuesta de su padre. Es decir, a través de la cercanía del vínculo entre ella y Tita se permite negar la posibilidad de dejar de importar: morir psicológicamente.

Entonces, dejaría de estar donde se siente valiosa para pasar a una casa donde se sentiría “nadie”, donde dejaría de ser tan especial pues reconoce que su relación con su padre es lejana y esa distancia en el vínculo con él no la hace sentir significativa. Con respecto a esto, Yalom (1984) afirma que los niños suelen recurrir a la negación como

manera de defenderse ante la muerte, cuyos pilares son las creencias de que son inviolables y en que siempre estarán protegidos. Por consiguiente, al dejar de sentirse cuidada por sus abuelos y pasar a vivir con su papá, con quien no tiene una relación estrecha, implicaría dejar de sentirse protegida, lo que derrumba su defensa de negación ante la muerte, viéndose expuesta ante la posibilidad de dejar de ser. Este temor de no-ser que experimenta por la propuesta de su papá marca la manera en la que la niña se empieza a relacionar con él en el transcurso de la terapia, lo cual será analizado más adelante.

La tensión que le genera a Camila pensar que deja de existir y ser importante para sus abuelos, sus máximas figuras protectoras y en cuya relación encuentra grandes sensaciones de valía, es afrontado por ella evitando estar presente en situaciones que considera dolorosas, lo que la lleva a aislarse. Esto se percibe cuando la niña manifiesta que al escuchar expresiones de su abuela que hacen referencia a que se siente “cansada” de criarla ella opta por “encerrarse en su cuarto a escuchar música y dibujar para no tener que oírla”.

Teniendo en cuenta que la muerte entendida desde su aspecto psicológico, no es la mera ausencia de la vida, sino tal y como lo refieren Angarita & De Castro (2002), el sinsentido cobra mucha más fuerza cuando se es consciente de la amenaza a cualquier valor que se está tratando de crear: el no ser, y cuya expresión más cruda es la muerte. Es decir que morir no hace referencia únicamente a la parte biológica del ser, sino también al fracaso del proyecto de vida que se pretende. Así pues, Camila “evita” morir, psicológicamente hablando, al evitar escuchar los comentarios de su abuelita que generan en ella un sin-sentido y el posible fracaso de su proyecto vital actual: sentirse importante.

No obstante, Camila desarrolla una forma de negar o tratar de evitar el mencionado sin-sentido que se asoma en sus relaciones, recurriendo a lo que Yalom (1984) se refiere como uno de las maneras de negar la muerte: la creencia que se es específicamente distinto. El afán marcado de la niña por reafirmar constantemente que era “la mejor en todo” le ayuda a tapar sus sensaciones de minusvalía e insignificancia que le recuerdan que su proyecto de vida puede derrumbarse. Por lo tanto, siente que cada actividad que realiza lo hace mejor que los demás: “soy la mejor en tenis”, “soy la mejor de mi clase”, “estoy en el grupo de las populares”, todas estas frases que Camila una y otra vez se preocupaba por repetir la sitúan en un nivel “superior” que los demás para negarse a experimentar fracaso: muerte.

Con respecto a esto Yalom (1984) propone que aunque se sepa que en los límites básicos de la existencia todos los seres humanos son iguales, al recurrir a esta defensa se tiende a creer que la inexorabilidad de la muerte, en este caso representado en fracaso, es para los demás, pero no para uno mismo. Debido a esto, la paciente necesita corroborar su valía destacándose entre sus pares para rehusarse a aceptar que puede fallar, pues probablemente al fracasar se acentuarían sensaciones de minusvalía e incapacidad que no se encuentra fortalecida para afrontar.

Rinpoche (1992), propone a su vez, que a las personas se les enseña desde pequeños a negar la muerte, pues desde edades tempranas se le muestra al niño que la muerte significa aniquilación y pérdida total. En su interés por negar la amenaza de morir, Camila establece una forma particular de relacionarse con su terapeuta pues desde el inicio de los encuentros se hizo evidente su deseo por agradar; de forma educada pedía permiso para hacer uso de los juguetes, pedía con dulzura que la terapeuta se uniera a su juego, en el cual

ella iba estableciendo los roles y dando las instrucciones. Era como si no quisiera desagradar a nadie con su comportamiento, pero a la vez se evidenciaba su determinación e imponencia por marcar la pauta en la sesión, estaba acostumbrada a hacer “lo que quisiera”. Muy probablemente con esta manera de entrar en contacto con la terapeuta buscaba sentirse aceptada en esta relación, así evita exponerse nuevamente a la posibilidad de perder importancia en el contacto.

Esto se relaciona con lo que sugiere Rinpoche (1992) al decir que desde la infancia se asumen actitudes que ayudan al individuo a escabullirse de la muerte, ya que al darle la espalda se cree evitar el sufrimiento que esta puede generar. Con respecto a esto, Camila asume una actitud de querer agradar a otros con su comportamiento para que le reafirmen que vale y no asumir el riesgo de fracasar en su propósito de sentirse estimada. Crea entonces la ilusión de que podrá escapar de la inminencia de la muerte, pero ésta no dejará de estar presente en la vida del ser humano, pues siempre que se va construyendo un proyecto está la posibilidad de que fracase.

Afrontamiento de la ansiedad

De acuerdo con el apartado anterior, se evidencia la importancia que tiene para Camila sentirse importante, por lo cual, ante la ansiedad que le genera ver ese valor amenazado prefiere poner distancia en sus relaciones, específicamente con su padre. De esta manera, evita la posibilidad de dejar de sentirse especial pues percibe que el modo de ser de él no le proporciona sensaciones de valía, así que no se permite acercarse en la relación para evadir un posible sufrimiento.

Esto se observa con claridad cuando la niña comenta sobre cómo es para ella el tiempo que comparte con su padre: “estar con él es como si yo fuera invisible para él”. De

modo que, ante la posibilidad de experimentar dolor prefiere distanciarse afectivamente en su relación con él. Lo anterior se reafirma cuando dice: “ya ni me importa si no va a mis shows del colegio, ya me dejó de importar, mejor que ni vaya”. Al decir que “no le importa” busca evadir posibles sensaciones de tristeza, sentimiento que muy probablemente experimenta al sentir que pierde valía cuando su papá deja de asistir a actividades escolares que para ella representan algo importante.

Sobre esto, De Castro (2005) propone que la ansiedad es una experiencia que emerge en el ser humano cuando ve amenazado algún valor o valores que pretende afirmar o preservar, en este caso para Camila la ansiedad se origina al poner en riesgo la posibilidad de perder importancia, lo que la lleva a tomar distancia para preservar dicha sensación de significancia que se ve expuesta ante la “invisibilidad” que su padre la hace vivenciar.

Así mismo, Camila enfatiza en los “nervios” que le genera imaginarse vivir con él, tal y como éste se lo ha insistido, pues al profundizar en dichas sensaciones de nerviosismos, que se traducen en angustia, la consultante expresa que: “él es raro, como de hielo y no sé qué es lo que siente en su corazón.” Aquí se evidencia la preocupación ante la incertidumbre de no ser significativa para su padre, de lo cual De Castro (2005) sugiere que existe una estrecha relación entre la experiencia de estar ansioso y la confrontación a la incertidumbre que viene del futuro, pues la ansiedad emana del sentir personal de que no se es capaz de alcanzar aquello que es significativo para cada quien.

Esto lleva al sujeto a recurrir a mecanismo compensatorios que le proporcionen vías para preservar su centro de valores; aquello que le da sentido a su existencia. Ahora bien, cuando se ama a alguien de verdad, auténticamente, se enfrenta a la probabilidad de no-ser, en este caso Camila no se permite amar en la relación con su padre pues esto implica

ansiedad a la opción de dejar de existir, pues si amara genuinamente tendría que aceptar que la pueden abandonar, que su padre puede morir o que la puede rechazar. Pero como teme morir, psicológicamente, rehúsa la posibilidad del no-ser negándose a aceptar que esta relación se puede acabar. Le da tanta ansiedad no saber qué siente su padre “en su corazón” pues teme que no sienta “nada” por ella, así que se aferra neuróticamente a la idea de que esas sensaciones de valía siempre estén ahí y que el otro siempre se lo esté reafirmando. Debido a esto, se siente llevada a corroborar que los sentimientos de significancia siempre estén ahí y al no saber con certeza lo que él siente por ella, maneja esta tensión distanciándose, ya que esta relación no le proporciona un piso sólido donde sostenerse.

May (2000) expresa que amar implica abrirse tanto a lo negativo como a lo positivo, a la aflicción, al dolor. Amar completamente acarrea consigo la amenaza de la aniquilación de todo, somos arrancados de nuestro estado de existencia y arrojados al vacío, y es precisamente esto de lo que busca salvarse Camila, la incertidumbre de no-ser. No se permite quedar sin piso, sin aquel sustento que fortifica las bases de su ser y que se nutre de relaciones que constantemente le reafirman sensaciones de significancia que la ayudan a sentirse tan especial como desea.

En este orden de ideas, Camila no quiere hacerle frente a su aislamiento existencial pues estar en soledad es una amenaza a su proyecto vital de sentirse significativa en la relación con otros, por lo cual esto le genera ansiedad. Esto se muestra cuando al continuar profundizando en cómo se siente ante la opción de vivir con su padre la niña dice: “No habla mucho conmigo entonces me da nervios dormir en su casa y que no tengamos de qué hablar en la noche”. Los “nervios” representan la angustia de la posibilidad de sentirse

abandonada en esa relación, al preocuparse de no tener de qué hablar con él refleja el temor de la paciente por autoafirmarse como un ser independiente y autónomo.

Dicho temor no le permite aceptar su aislamiento existencial y su soledad dentro de esa relación, como no logra autoafirmar ese valor de sentirse especial se siente abrumada con su aislamiento existencial; se siente abandonada y desprotegida. Como dice Yalom (1984), basado en planteamientos de Rank, el proceso del desarrollo es un proceso de separación, lo cual implica autonomía, autoconfianza, independencia; sostenernos sobre nuestros propios pies, y es precisamente eso lo que se rehúsa a hacer Camila. Por lo tanto, recurre a otros para que le ratifiquen lo que aún no se siente capaz de reafirmar con su autonomía y es que en soledad puede igual sentirse valiosa.

Camila se pone ansiosa con tan solo pensar que no sabrá qué hacer si no tiene de qué hablar con su padre. De acuerdo con Yalom (1984), renunciar a un estado de fusión interpersonal significa encontrar el aislamiento existencial, con todos sus temores e impotencias. Por esta razón, ella prefiere quedarse “segura” donde se siente protegida, como se evidencia cuando señala que: “no creo que mi papá sepa cómo cuidarme, nunca ha vivido conmigo como para saber qué necesitamos las niñas, entonces prefiero quedarme segura con Tita”. Pretende protegerse del aislamiento existencial al no permitirse estar sola con su aislamiento, sin que haya otro que le reafirme que es importante.

Con respecto a lo anterior, Yalom (1984) sostiene que la principal defensa contra el terror del aislamiento existencial radica principalmente en la relación, es decir, Camila encuentra en los vínculos con los otros, principalmente con su abuela, una forma de escapar a su aislamiento existencial pues es con el otro con quien logra sentirse valorada, si asumiera su soledad tendría que ser capaz por sí misma de experimentar valía o aceptar

que puede fracasar, y es precisamente esto de lo que pretende escabullirse, de la autonomía de su propio desarrollo.

El temor a ser abandonada radica probablemente en un apego inseguro que ha constituido con base en sus vínculos de la infancia. Tomando como referencia a Bowlby, citado por Barton (1996), un apego no-seguro se vivencia con miedo al rechazo y al abandono dado por falta de vínculos en etapas tempranas de la infancia. Lo anterior coincide con la historia personal de Camila, pues su madre se fue del país cuando ella era muy pequeña, haciendo entonces que se aferre a comportamientos infantiles por presuntas tensiones en conflictos no resueltos.

Así pues, Camila enmascara la angustia de asumir su autonomía negándose a crecer, pues esto implicaría que acepta eventos que han sido dolorosos para ella, por tanto, prefiere quedarse estancada en su relación con su padre pues esta es la forma que ella ha encontrado de ser-en-el-mundo, el infantilismo. El negarse a amar y relacionarse maduramente con su papá es la estrategia de adaptación a la que recurre. Se logra ver lo anterior cuando afirma: “me pongo insoportable y fastidiosa, pero porque me da rabia que él sea como es, frío”.

Ante el abandono del papá, la niña genera una disposición afectiva hacia la situación con él, pues debido a que en el pasado él tuvo poca participación en los primeros años de su vida, ahora se relaciona en el presente buscando protegerse de las sensaciones de tristeza antes experimentada. Si bien esta es una reacción normal en el presente, por estar estancada en el pasado se cierra a posibilidades, lo cual la lleva a asumir, en cierto grado, su ansiedad de una manera destructiva. Sobre esto De Castro & García (2011) establecen que en la experiencia de ansiedad asumida destructivamente el sujeto se encierra defensivamente ante sus diversas posibilidades tratando de reducir las opciones que

automáticamente le dan ansiedad. Justamente es lo que la Camila hace con esta estrategia de adaptación, ya que en la actualidad reduce sus posibilidades y sus potencialidades de ser por el afán de defender su centro de valores. Como consecuencia, se encuentra estancada, pues no es lo que hacen con nosotros en el pasado, sino lo que uno decide hacer en el presente con eso que nos hicieron. Esto se relaciona con el tipo de apego ambivalente que señalan Talarn, Saínz & Rigat (2014) pues ante la sensación de abandono genera estrategias de seducción, pataletas y/o confrontaciones para manipular a los cuidadores.

De igual forma, tal y como resalta Riemann (1996), la ansiedad es una señal de alarma que nos muestra los peligros, en este caso que Camila aún no se siente lista para asumir una relación de mayor compromiso con su padre como lo implicaría vivir con él. Debido a esto, se refugia en actividades externas que la sacan de la experiencia de vivenciar la angustia que le representa la relación con su padre. Lo anterior se muestra cuando ella expresa que al sentirse “llena” de sensaciones que la ponen “nerviosa” prefiere dibujar y tocar el piano para “no pensar en eso”. Debido a que su realidad objetiva le pesa recurre a estas salidas para rehusar sentir aquella angustia. Sin embargo, así como sugiere Riemann (1996), al rehuir o evitar el enfrentamiento con la angustia determina el estancamiento de la persona e inhibe la progresión de su desarrollo, es decir que en el caso de Camila estanca su relación con su padre, limitando sus posibilidades de tener una mejor forma de acercarse a esta persona tan significativa para ella.

Deseo y voluntad

A pesar de que Camila pone distancia afectiva en la relación con su padre para evitar sufrir como manera de afrontar su ansiedad, deja ver que se mueve con base en su deseo por cercanía con esta persona tan importante para ella. Es decir, aunque a simple

vista parece que prefiere mantenerse lejana de su padre, en el transcurso de las sesiones afloran los deseos subyacentes de la niña por tener un vínculo más estrecho con él. Esto se evidencia cuando la consultante expresa: “soy la mejor en todo, pero mi papá no lo ve, quiero ser la mejor en todo para que papi se interese en mí”.

Recurre entonces a distintas estrategias para que él la “note” cuando siente que ser “la mejor en todo” no tiene buen resultado, y es ahí cuando recurre a pataletas y malos comportamientos con el mismo objetivo de acercarse de cierta manera a él en la medida en que él se fije en ella. Pero cuando lo hace a través de esta forma está actuando su deseo ciego y no integrado con su voluntad. Sobre esto, Yalom (1984) menciona que la experiencia de vivir consecutivamente dos deseos conflictivos, es un recurso para defenderse de la angustia, ya que cuando se experimenta plenamente dos deseos conflictivos en forma simultánea, tiene que enfrentarse a la responsabilidad de elegir uno y renunciar al otro. Así pues, Camila evade la ansiedad al no querer decidir y al preferir actuar su deseo ciegamente, encontrando en la pataleta un recurso infantil para no integrar el deseo y la voluntad.

En este sentido, Camila prefiere actuar su deseo ciego pues no quiere hacerse cargo y comprometerse con lo que implica integrar su deseo de cercanía con su padre pues en ese caso tendría que aceptar la posibilidad de sufrir, viéndose expuesta a la posibilidad de que su padre la abandone, la rechace o no sentirse protegida por él. En su interés por no comprometerse en la integración de su deseo a la voluntad opta por idear “estrategias” que llamen la atención de su padre para que así ella pueda sentirse valorada.

Lo anterior se percibe cuando la consultante habla sobre cuando su padre la lleva a sus prácticas de tenis: “estaba jugando excelente, pero él estaba pendiente de su celular.

Luego decidí jugar mal a ver si así se fijaba, pero nada. Tiré mi raqueta, me caí en la cancha, hice de todo, pero él no me notaba, solo me ganó el regaño del entrenador, ninguna estrategia funcionó”. Con esta forma de actuar le resta disfrute mismo en el compartir con su padre, su vínculo con él va perdiendo espontaneidad y goce.

Con respecto al deseo ciego, De Castro & García (2011) argumentan que éste busca la gratificación inmediata que pronto deja a la persona a puertas de la saciedad, experimentando sensaciones de vacuidad. Así, Camila tal vez logre que su papá en ese instante se “fije” en ella, pero la gratificación de que él se interese en ella no será duradera, por el contrario exagera sus sensaciones de insignificancia y desvaloración lo que la llevará en un círculo vicioso a gratificaciones inmediatas de nuevo hasta que no integre coherentemente su deseo y voluntad. Lo anterior se complementa cuando la paciente afirma: “a veces me porto mal para que al menos me diga algo”, a voluntad decide portarse mal para intentar satisfacer su deseo de que su padre se interese en ella, pues así pretende afirmar su sentido fundamental: sentirse importante. Por lo tanto, se entiende que el deseo siempre va cargado de significado y apunta a un objetivo en el cual la voluntad es el impulso que lo empuja, este sentido puede ser constructivo o destructivo.

No obstante, a Camila le falta mayor clarificación de sus deseos, lo cual no contribuye a que pueda integrar coherentemente deseo-voluntad. Esto se evidencia cuando en una sesión revela su rabia ante la novia de su padre pues siente que ella se lo está “robando” pues en ocasiones comparte con ellos. Al hablar de esta situación ella plantea que es un “dilema” pues recuerda como en sesiones anteriores se quejaba por no querer irse a vivir con su padre y ahora no entiende por qué se molesta al sentir que la novia de su papá roba su tiempo. Sobre esto afirma que: “es raro lo que me pasa, quiero pasar más tiempo

con papi pero no quiero dormir en su casa. Es como si quisiera y no quisiera estar con él”. Teniendo en cuenta lo planteado por De Castro & García (2011), al buscar afirmar un valor que es considerado importante por la persona se generan sensaciones de sentido para su proyecto de vida que obtiene simultánea e implícitamente al desear de forma coherente con la voluntad.

En el ejemplo anterior se muestra que Camila no tiene claridad en lo que desea, pues no se encuentra en contacto con lo que siente y quiere, afirma lo que considera momentáneamente valioso reafirmar, aquellas sensaciones de importancia. Si clarificara su deseo podría integrarlo constructivamente a su voluntad, obteniendo mayor sentido vital y explotando su potencialidad de ser.

Libertad, responsabilidad y compromiso

Siguiendo con lo expuesto, es preciso tener en cuenta que al elegir nos creamos, cada decisión que se toma es una forma de construirse, es la manera en que el individuo quiere ser. A partir de esto, se entiende que el ser humano es un ser libre y responsable pues tiene la característica autocreadora de construir su mundo y la forma como se relaciona con él.

Sin embargo, Camila aún no se permite distinguir su participación en la fabricación de dicho mundo, lo cual se evidencia cuando en la sesión 6 llega manifestando estar “molesta” y “brava” pues a su parecer la novia de su padre es una “intrusa” que al estar frecuentemente involucrada en los planes de ellos no permite que su papá y ella tengan una relación más cercana. Aquí se evidencia que la consultante alude a factores externos el problema de la relación distante con su papá, es decir, en este caso para ella es la novia del padre la que impide que ellos sean más cercanos.

Lo anterior se soporta con lo que Yalom (1984) denomina como *negación de la responsabilidad o la víctima inocente*, a través de este tipo de evitación de la responsabilidad, que se observa en individuos considerados de personalidad histérica, niega la responsabilidad por creer que son víctimas inocentes de los acontecimientos que ellos mismos, sin querer, han desencadenado. Al considerar entonces que la novia de su padre es el motivo por el cual ella no logra tener un vínculo estrecho con él, está negando su participación en la manera como decide relacionarse con este.

En consecuencia, no quiere hacerse cargo de sus actitudes hostiles, como las pataletas y tornarse “fastidiosa” e “insoportable” como estrategia de verse a sí misma incapaz de crear y acercarse a su papá de una manera más gratificante para ella. Por lo tanto, con los berrinches espera que otro, en este caso su padre, sea quien se haga cargo del problema para evadir el compromiso que implica ser responsable de lo que decide hacer o dejar de hacer.

Al culpar a otros, se escapa de la responsabilidad de lo que ella debe hacerse cargo en la relación con ese otro ser humano. En gran parte, la elección de alguna de estas vías definirá el camino en y desde el cual se orientará la experiencia de ansiedad, bien sea destructiva o constructivamente (De Castro, Cardona, Gordillo & Támara, 2007), lo cual indica que hacer uso de la libertad siempre implica asumir una postura: hacernos cargo.

En este mismo sentido, Camila reniega de su pasado, de la historia de su vida en la que su padre ha estado ausente, en gran medida, y en donde su forma de ser rígida media la manera en la que él se relaciona con ella, pues ese es la forma de ser-en-el-mundo de él y ella no la acepta, así la paciente restringe su libertad existencial. Esto se evidencia cuando Camila constantemente durante el proceso reniega sobre la manera de ser su papá, como cuando dice:

-Camila: ¿por qué no puede ser un papá normal?

-Terapeuta: ¿cómo es un papá normal?

-Camila: pues normal, que se divierte con hija, que se ríe con ella, que juegan. Todo es tan serio con él.

Con respecto a esto, May (2000) señala que la libertad no es la negación del determinismo, sino que representa la relación del individuo con sus limitantes. El hombre se distingue por su capacidad de saber que es una criatura determinada que elige su relación con aquellas restricciones. La paciente prefiere renegar de la forma de ser de su padre, esperando que sea él quien cambie, como si fuera la única manera de estar bien en la relación con éste. Elige quejarse de que su papá es “frío”, de “hielo”, “serio”, para así, de cierta manera, no responsabilizarse de su participación en la relación con él.

Dörr (1995) referenciando a Heidegger, complementa este aspecto sugiriendo que cuando una persona reconoce su pasado se permite conocerse así mismo, por lo que el pasado se pone de manifiesto a través del *hallarse*. Al distinguir el nexos con su pasado tiene un *desde donde* proyectarse hacia un futuro posible. De acuerdo con esto, al reconocer su pasado Camila se permitiría abrirse a las posibilidades y no renegar de su historia. Pero ella no quiere aceptarla, por tanto, desconoce quién es y cuáles son sus verdaderas necesidades afectivas que la llevan a actuar de determinada manera.

Por tanto, su decisión y su libertad son caprichosas, espera que su padre deje de ser quien es, entonces prefiere no comprometerse en sus decisiones y no asume la responsabilidad de cómo se relaciona. Así, vive para preservar o garantizar seguridades momentáneas para evitar hacerse cargo de lo que se tiene que hacer cargo; de que su papá

es “frío”. Con esa forma de ser con su papá (infantil, hace pataletas) está ganando en algún grado lo que es valioso para ella pero no es un sentido que perdure en el tiempo, a manera de metáfora es como un boomerang: ella tira el boomerang para ganar el afecto pero eso se le devuelve y la hace sentir más insegura, entonces tiene que volver a tirarlo y la “golpea” con más fuerza.

Consecuentemente, ella decide estancarse en la relación con su padre, no quiere crecer, porque crecer significa ser independiente y aceptar que en el amor tiene que reconocer y aceptar su soledad, tendría que ser autónoma y aceptar a su padre tal cual es. Si ella acepta al papá tendría que crecer y le tocaría así aceptar la posibilidad de ser abandonada y correr el riesgo de sufrir al no sentirse valorada.

Intencionalidad, sentido y su tendencia a expandirse

En este orden de ideas, habiendo analizado la manera como Camila busca afrontar su ansiedad ante la amenaza del no-ser, es menester preguntarse ¿para qué decide, en algún grado conscientemente, actuar como lo hace? Así pues, atenderemos a la intencionalidad de la paciente por construir su mundo y reafirmar su forma de ser en él de determinada forma.

La intencionalidad según May (1990b) citado por De Castro & García (2011) es la estructura que da sentido a la experiencia. Estos autores complementan diciendo que todo individuo desde sus experiencias infantiles más tempranas, se relaciona con su mundo y consigo mismo a partir de la configuración del significado y la orientación de sus vivencias: la manera de expresar en el mundo aquello que pretende ser. Esto se evidencia en Camila al construir su mundo orientado hacia el interés por “ser notada”, pues en la medida que ella oriente su comportamiento hacia ser reconocida por los demás, que estos se “fijen” en ella,

estará preservando los valores que reafirman su ser y que constituyen su proyecto vital. Por lo tanto, usa su intencionalidad valiéndose de diversas estrategias que le dan sentido a su ganancia afectiva de sentirse “especial”.

En el primer momento del proceso terapéutico la niña se describía a sí misma como “la mejor en todo”, constantemente buscaba formas de “destacarse” pues consideraba que así su papá estaría “orgullosa” de ella y de lo bien que se desempeñaba en el colegio, en sus clases de piano y en sus clases de tenis. En palabras de Camila: “soy la mejor en todo, pero mi papá no lo ve”, aquí se muestra el para qué direcciona sus esfuerzos por destacarse, van más allá de sentirse capaz, pues para ella las sensaciones de significancia las obtiene cuando es reconocida por los otros, dándole mayor sentido a su proyecto de vida si es reconocida por su padre.

Con el transcurrir de las sesiones, las estrategias de la paciente tomaron un giro, y la niña sobresaliente tuvo un cambio en su comportamiento y que empezaron a regañarla en clase por “incitar el desorden” y por “no seguir instrucciones en clase” poniéndole así quejas a sus abuelitos de su conducta. A su vez, la consultante agrega: “me porto mal para que al menos me diga algo”.

En estos dos momentos, aunque pareciera a simple vista que Camila ejerce conductas opuestas (por un lado, portarse bien, por el otro portarse mal) apuntan a un mismo sentido, y es el de ser “notada” por el padre de la paciente, y atienden a lo que Shneider & May (1995) establecen como *tendencia a la expansión*. Estos autores afirman, de acuerdo con la postura existencial integrativa, que la experiencia humana se mueve en la dialéctica de *libertad Vs. determinismo*; por una parte, es libre: deliberado, creativo y expresivo, y por otra determinado: social y ambientalmente restringido. Si el hombre niega

o ignora esta dialéctica se torna polarizado hacia alguno de estos extremos, llevándolo a la disfuncionalidad, pero al confrontarlo e integrar ambos polos, se vuelve vigorizado y enriquecido.

Haciendo uso de su libertad el ser humano intencionalmente decide hacia qué polo moverse y cómo hacerlo dentro de sus significados, por lo tanto en el caso de interés, Camila intencionalmente decide expandirse pues a través de esta tendencia pretende afirmar su sentido vital, buscando así *ser* y rehuendo a la amenaza del *no-ser*, lo cual lo consigue al ser “notada” por su padre. Al emplear conductas expansivas intencionalmente apunta a preservar sus ganancias afectivas que la hacen vivenciarse como *ser-el-el-mundo*, recordemos entonces que esta forma de *ser*, con respecto a sus relaciones intra e interpersonales las obtiene a través de un movimiento afectivo de sentirse “especial” y “tenida en cuenta” en palabras de la niña.

Con relación a esto, De Castro & García (2011) comentan que las personas con tendencias expansivas se caracterizan por temor a sentirse limitadas, temor a no percibirse como un ser con importancia, y es justamente eso lo que la paciente encuentra amenazante en sus relaciones. Pues considera que si no se expande, si no es notada se siente abrumada en sensaciones de incapacidad y minusvalía, ya que ella se vale del otro para afirmarse como una niña destacada y significativa. Se resaltan entonces ganancias secundarias para ella de utilidad, capacidad y sensaciones de importancia que se destacan en el para qué de los comportamientos de Camila sobretodo con su padre.

La tendencia a intencionalmente expandirse de la consultante se relaciona con una predisposición histórica, pues de acuerdo con Rojas (2001) este tipo de personas se caracterizan por una necesidad de querer llamar la atención de los demás para fascinar y

sorprender y esta versatilidad emocional se ve envuelta en la demanda de ser tenido en cuenta. Con sus comportamientos de ser la mejor en todo y a la vez con sus pataletas Camila busca decirle a su padre *estoy aquí, mírame*, al ser notada ella experimentara sensaciones de seguridad. Dentro de esta predisposición de personalidad se destaca un temor a la finitud del proyecto y un temor a comprometerse con sus elecciones; características que se asemejan a la intencionalidad de la niña que ya fueron descritas en apartados anteriores.

Importancia de la relación terapéutica y los saberes del terapeuta para la comprensión del proceso experiencial del consultante: aquí, ahora y entre nosotros

Ahora bien, este apartado hace mención, de manera breve, a la importancia de la relación terapéutica y de los saberes del terapeuta, aunque no sean el foco de atención de este estudio, solo con el propósito de favorecer la comprensión del proceso experiencial de la paciente en cuestión.

La relación terapéutica constituye una de las bases fundamentales en todo proceso de psicoterapia, así pues, Moreno (2010) enfatiza que esa relación debe estar caracterizada por la autenticidad, la aceptación incondicional y la empatía ya que estos elementos ayudan al terapeuta a comprender mejor las vivencias del paciente, esto se ve reflejado en el caso cuando Camila le expresa a su terapeuta: “me gustó conocerte, fue genial sentir que alguien me escuchaba y que no se aburría de lo que yo decía, todos se quejan de que hablo mucho”.

En la medida en que la paciente se sintió aceptada y acogida por su terapeuta se permitió a su vez aceptar sentimientos que tal vez no le “gustaban”, pero que le permitieron mostrarse auténticamente ayudando a captar las necesidades afectivas de la niña,

permitiendo dejar entre ver desde un primer encuentro lo valioso que es para ella sentirse significativa dentro de su relación con el otro. Sobre esto Romero (2003) señala que el encuentro en la relación terapéutica es un espacio de genuinidad, calidez y confianza mutua ya que al sentirse en una relación de confianza afloraban en la consultante sus miedos más internos, su centro de valores y su manera de ser-en-el-mundo, en donde el saber de la escucha del terapeuta le proporcionó a Camila acogimiento y se logró sentir comprendida y atendida, lo que a su vez permite percibir los deseos de ella y su importancia de sentir que es tenida en cuenta para ganar sensaciones de seguridad, como ya se ha hecho mención.

De igual forma, en el proceso se trabajaba acorde con lo que traía la paciente, es decir, si en ese momento se sentía con ganas de “hablar mucho” podía encontrar en ese espacio un ambiente para hablar tanto como quisiese. Atendiendo a los planteamientos de Sassenfeld & Moncada (2006), el terapeuta da inicio a un proceso terapéutico en general y a cada sesión en particular, desde el lugar experiencial y existencial en el cual se encuentra el paciente en un momento determinado. De esta manera la paciente pudo abrirse experiencialmente a vivenciarse a sí misma en relación con su terapeuta y de acuerdo a su movimiento afectivo de cada particular sesión poder moverse en la consulta, propiciando la captación de su ser.

Tal y como enfatiza Bleger (1985), es fundamental en esta relación interpersonal tratar que el campo se configure especialmente y en mayor grado por las variables que dependen del entrevistado o paciente. Entonces, Camila era quien llevaba a la terapia, a su manera, lo que considerara necesario e importante para ella, no se le impusieron temas, se aceptaba con acogimiento si en una sesión manifestaba querer

acercarse a su padre y en la siguiente renegar de él, pues cada una representaba parte de su forma de afrontamiento ante la ansiedad de ver su sentido vital en peligro.

Paralelamente, se destaca la importancia del *aquí y ahora* dentro del trabajo en terapia con Camila, lo cual fue muy útil para conocerla más a fondo, pues de acuerdo con Yalom (2006) esta técnica se basa en lo que está ocurriendo *aquí* en este consultorio particular, y *ahora* en el tiempo inmediato de la sesión entre las personas presentes (terapeuta y paciente). Esto se sustenta bajo la premisa de que la terapia es un microcosmos social por lo cual los problemas interpersonales del cliente se harán evidentes en la relación terapéutica aquí y ahora.

Lo anterior se ve reflejado claramente en la sesión 1 cuando la consultante desde el primer momento pedía con dulzura a la terapeuta que se uniera a su juego, en el cual ella establecía los roles y dejaba las reglas a su manera, era como si no quisiera desagradar a nadie con su comportamiento, pero a la vez se evidenciaba su determinación e imponencia por marcar la pauta en la sesión. De esta forma se entiende que la manera como el paciente se relacione dentro del espacio terapéutico de cada sesión es semejante a la forma de relacionarse con las otras personas por fuera de la terapia, así que esta herramienta de trabajo le permite al terapeuta adentrarse a una mejor comprensión de las vivencias de su paciente.

Lo previamente expuesto se muestra con más fuerza cuando la paciente comienza expresar que sabe que tiene “sentimientos malos” hacia su padre y no sabe qué hacer con ellos, a lo que la terapeuta interviene diciendo: “¿cómo te sientes al hablar de estos sentimientos malos aquí conmigo?”. Con esta intervención la terapeuta apunta al aquí y al ahora a través de la presencia interpersonal, que se relaciona con lo planteado por Shneider & May (1995) citado por De Castro & García (2011), *invocar*

lo actual, esto implica atender a lo que el paciente está sintiendo en su forma de relacionarse consigo mismo y en su relación con el terapeuta, acentuando el trabajo en el proceso experiencia que está ocurriendo entre el consultante y el terapeuta.

Ese trabajo es provechoso para este caso de estudio ya que le ayudó a Camila, en cierto grado, a asumir la experiencia apoyada en la confianza del terapeuta para mantener la seguridad de que dicha experiencia es normal que sea vivenciada. De modo que, estas consideraciones de la terapeuta dentro de los encuentros con Camila contribuyeron a comprender mejor su proceso experiencial a la vez que le permitió abrirse y explorar su potencia como ser, como lo fue permitirse ponerse en contacto con sus vivencias, como por ejemplo sus “sensaciones malas”, para ayudarla a mostrarle su capacidad autocreadora dentro de sus experiencias en relación consigo misma y con los demás.

Conclusiones y discusión

A lo largo del proceso terapéutico se va clarificando la manera como la consultante ha venido construyendo su ser-en-el-mundo, en donde ha decidió vincularse con los otros en la medida que estas relaciones puedan reafirmarle sensaciones de significancia debido al temor que le genera vivenciarse desprotegida y abandonada pues no desea hacerse cargo de asumir la responsabilidad de enfrentarse a situaciones dolorosas que pueden hacerla ver a sí misma de cara con su aislamiento existencial.

Por lo tanto, Camila se rehúsa a crecer pues de acuerdo con Yalom (1984) basado en planteamientos de Rank, el proceso del desarrollo es un proceso de separación, lo cual implica autonomía, autoconfianza, independencia; sostenernos

sobre nuestros propios pies, por eso al sentir que en la relación con su padre no encuentra la certeza de que éste la valora afronta la ansiedad de forma un tanto destructiva al cerrarse a las posibilidades de construir una relación con él, por lo que evita sufrir al poner distancia afectiva en el vínculo con el padre.

Lo anteriormente expuesto soporta lo señalado por Yalom (1984) quien establece que el sistema de defensas del niño para afrontar el miedo a la muerte está basado en la negación, cuyos pilares son las creencias de que son inviolables y en que siempre estarán protegidos. Por consiguiente, la paciente se aferra a relaciones que le permitan evadir y negar sus posibilidades de no-ser, para poder existir en la medida que se sienta especial y protegida y así no perder sentido vital.

A su vez, el presente estudio de caso apoya la teoría sobre la intencionalidad con tendencia a expandirse de la propuesta integrativa descrita por Schneider & May (1995) la cual propone que la experiencia humana se mueve en la dialéctica de *Libertad Vs. Determinismo*; por una parte, se es libre (deliberado, creativo y expresivo) y por otra determinado (social y ambientalmente restringido). Dicha dialéctica se caracteriza por la capacidad del ser humano para restringirse (retirarse, anularse) o expandirse (emerger, hacerse grandioso) y centrarse (interjuego entre ambas polaridades).

Complementando con Maslow (1967) citado por Shneider & May (1995), el ser humano teme tanto su grandeza como su humildad y es precisamente este dilema el punto central de la psicología existencial integrativa, pues el temor tanto a la restricción como a la expansión surge a lo largo de todo el espectro de la libertad existencial; haciendo uso de su libertad el ser humano intencionalmente decide hacia qué polo moverse y cómo hacerlo dentro de sus significados. De forma consecuente,

Camila intencionalmente se expande para conseguir afirmar sus significados vitales y debido a que polarizarse implica la renuncia del opuesto (Bugental, 1981; Shneider & May, 1995) así consigue rehuir al temor de desvanecerse en conductas restrictivas que la minimizarían y no le permitirían destacarse para potencializar su grandiosidad y encontrar sentirse especial al ser tenida en cuenta por otros.

Por lo tanto, expandirse le otorga sentido a su experiencia y direcciona sus significados hacia las ganancias afectivas que considera necesarias para poder *ser*, pues expandirse la ayuda a sentirse grandiosa y poderosa y es justamente las sensaciones de insignificancia y minusvalía las que quiere esquivar. El temor a sentirse reducida, restringida la lleva a encontrar en las tendencias expansivas una estrategia de adaptación para ocultar dicho temor a vivenciar minimizada y así construir su mundo pues afectivamente necesita percibirse expansiva como un intento de luchar contra la muerte que la asecha en cada relación que la expone ante sus posibilidades de *no-ser* tan especial como necesita y no hacerse cargo autónomamente de su soledad.

De acuerdo con Shneider y May (1995) el sujeto hará lo que considere necesario para evitar la polaridad que tema (ya sea la restrictiva o la expansiva). Lo ideal es que la persona oscile entre ambos polos de acuerdo a como lo amerita cada respectiva situación en la que se encuentre, pero al polarizarse y tender solo a un extremo es evitar afrontar constructivamente el temor a una de ellas.

En conclusión, su libertad es caprichosa, elige renegar de sus limitantes, como la forma de ser de su padre, de su historia familiar, pues amar implicaría aceptar a su papá tal cual es, por lo cual prefiere no comprometerse en sus decisiones y no desea asumir la responsabilidad de cómo ha elegido relacionarse con dichos determinismos. Así, vive para preservar o garantizar seguridades momentáneas para evitar hacerse

cargo de lo que se tiene que hacer cargo: que su papá es “frío” y que en esa relación (como en todas) se corre el riesgo de sufrir, de ser abandonado o lastimado.

Esto confirma lo expuesto por De Castro & García (2011) con respecto a la temporalidad en la terapia, en cuanto a la relación pasado-presente-futuro, pues intencionalmente el individuo se relaciona con su pasada, de una u otra manera, de acuerdo a como actúa en el presente, es decir que no es lo que le ha pasado a Camila, sino lo que ella ha decidido hacer con su historia, lo que implica el uso de su libertad existencial, ya que con base a esta relación pasado-presente ella elige proyectarse hacia un futuro y un proyecto que le confiera sentido a su existir; la libertad nos da la capacidad de darle sentido a nuestras experiencias (Yalom, 1980; Shneider & May, 1995).

Finalmente, el estudio de caso muestra la necesidad e importancia en terapia de atender desde edades tempranas al temor a la muerte, pues indistintamente de la etapa evolutiva del consultante, éste se enfrenta de cara con posibilidades de no-ser que atentan contra su proyecto de vida, con base a lo cual asume una experiencia de ansiedad que bien puede ser orientada constructiva o destructivamente, por tanto la relación terapéutica cobra gran valor para acompañar al paciente en un proceso que tal vez solo le cueste asumir, por lo tanto, de acuerdo con Oaklander (2001) es alentador la creciente toma de conciencia de las necesidades de los niños, pues no son ajenos a dichas vivencias y es preciso recordar que lo que cura es el vínculo (Yalom, 1984).

Bibliografía

- Angarita, C., & De Castro, A. (2002). Cara a cara con la muerte: buscando el sentido. *Red Psicología desde el Caribe*.
- Bleger, J. (1985). *Temas de psicología. Entrevista y grupos*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Vision.
- De Castro, A. (2005). Comprensión cualitativa de la experiencia de ansiedad., *Suma psicológica, 12(1):61 – 76*
- De Castro, A., Cardona, E., Gordillo, M. & Támara, S. (2007). Comprensión de la experiencia de ansiedad de un estudiante que pertenece a un grupo artístico de la Universidad del Norte de la ciudad de Barranquilla. *Red Psicología desde el Caribe*.
- De Castro, A., & García, G. (2011). *Psicología Clínica: Fundamentos existenciales*. Barranquilla: Ediciones Uninorte
- De Castro, A., García, G. & Eljagh, S. (2012). Proceso experiencial: comprendiendo al ser humano en primera persona. *Red Psicología desde el Caribe*.
- Dörr, O. (1995). *Psiquiatría antropológica. Contribuciones a una psiquiatría de orientación fenomenológica-antropológica*. Chile: Editorial Universitaria.
- Barton, F. (1996). *Harry Stack Sullivan. Interpersonal theory and psychotherapy*. New York: Routledge.
- Frankl, V. (1993). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.

García, G. & De Castro, A. (2008). La psicopatología como máscara de la existencia. *Univ. Psychol.*

Greenberg, L. Watson, J. & Lietaer, G. (1998). *Handbook of Experiential Psychotherapy*. New York: Guilford Publications.

López, A. & Moreira, M. (2014). Lo universal y singular en la psicología Kierkegaardiana. *Red Psicología desde el Caribe*.

May, R. (2000). *Amor y voluntad, Las fuerzas que dan sentido a nuestra vida*. México: Editorial: Gedisa.

May, R. (1995). *Existencia*. Editorial Gredos

May, R. (2000). *El dilema del hombre*. Barcelona: Editorial Gedisa

Moreno, N. (2010). Lo Fundamental en la Relación Terapéutica. *Revista Electrónica de Psicología Social, Poiésis*:(19).

Oaklander, V. (2001). *Ventanas a nuestros niños. Terapia gestáltica para niños y adolescentes*. Chile: Editorial Cuatro Vientos.

Riemann, Fritz. (1996). *Formas básicas de la angustia*. Barcelona: Herder.

Rinpoche, S. (1992). *El libro tibetano de la muerte*. Harper Collins.

Rojas, E. (2001). *¿Quién eres? De la personalidad a la autoestima*. Madrid: Editorial Temas De Hoy.

Romero, E. (2003). *Neogénesis: El desarrollo personal mediante la psicoterapia*. Chile: Editorial Norte Sur.

Romero, E. (2005). *Estaciones en el camino de la vida. El desarrollo de los afectos en las diversas etapas de la vida*. Chile: Editorial Norte Sur.

Sassenfeld, A. & Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*.

Schneider, K. & May, R. (1995). *The psychology of existence. An integrated, Clinical perspective*. United States: McGraw-Hill Education.

Talarn, A., Saínz, F. & A, Rigat. (2014). *Relaciones, vivencias y psicopatología. Las bases relacionales del sufrimiento mental excesivo*. Barcelona: Herder Editorial

Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona: Editorial: Herder.

Yalom, I. (1998). *Verdugo del Amor*. Buenos Aires: Emecé editores.

Yalom, I. (2006). *El don de la terapia*. Buenos Aires: Emecé editores.

Yalom, I. (2008). *Mirar al sol*. Buenos Aires: Emecé editores.

Anexos

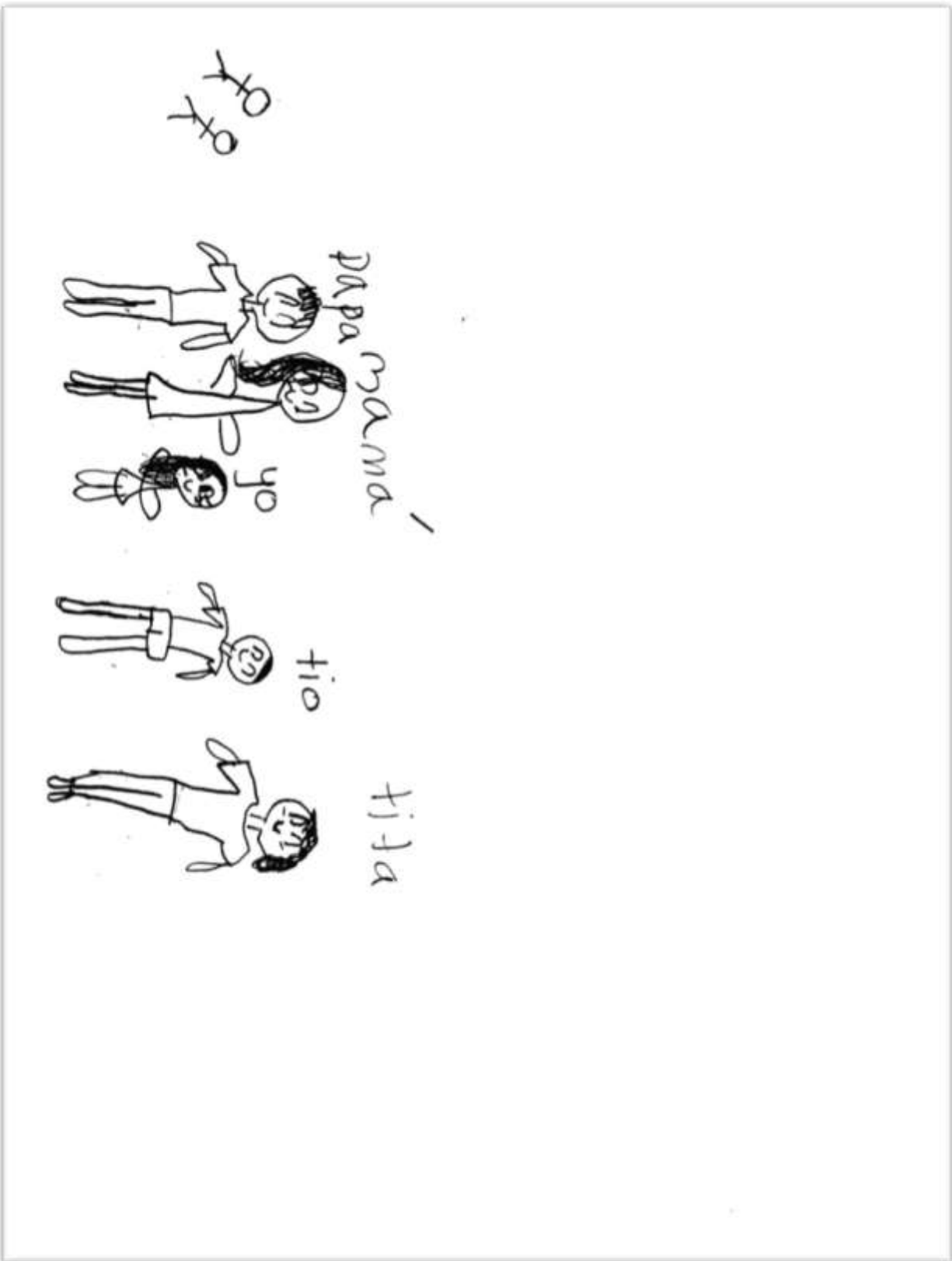
Había una vez una princesa llamada Sofi, Sofi se había encontrado un diamante mágico que le daba a dar 3 deseos. 1er deseo pidió tener todos los juguetes del mundo. 2do deseo pidió tener su línea de ropa, pero el 3er deseo no lo sabía así que fue a su casa a pedirle ayuda a su familia. Entonces le pidió ayuda a su papá, entonces él le dijo que el 3er deseo podría ser que toda la familia se pudiera ir de vacaciones juntos y se hizo realidad y se fueron felices de vacaciones a Disney.



La princesa Sofi parte 2 una aventura en Disney.

Después de un viaje de 2 horas finalmente llegaron a Disney World, y ~~ella~~ la familia no lo sabían pero tendrían una aventura de locos. Sofi estaba muy emocionada. Se quería divertir en todos los juegos, sin embargo su papá le dijo que se podía meter a los juegos pero también tenía que hacer algo en familia, como ir a un restaurante, porque este era un viaje en familia y no solo para ella. Sofi lo aceptó pero al mismo tiempo quería hacer más montañas en los juegos que están en familia, entonces Sofi se montó en los juegos, pero también tuvo que pasar tiempo en familia. Su papá orgulloso le dijo que le alegró que prefirió pasar tiempo con la familia que estar montando en otros juegos.





CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE CASO

Psicóloga Natalia Daza González

Señor(a) Manuel Moreno le estamos invitando a participar en un estudio de caso de la Maestría en Psicología Clínica de la Universidad del Norte de Barranquilla.

Primero, nosotros queremos que usted conozca que:

- La autorización para utilizar en este estudio de caso el material o contenido desarrollado durante las sesiones es absolutamente voluntaria.
- Esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a autorizar utilizar el contenido de nuestras sesiones con fines académicos en la elaboración de un estudio de caso sin tener que dar explicaciones.
- Los temas abordados que serán analizados en este estudio de caso y sus datos personales se mantendrán en absoluta reserva.
- Usted no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual. Los estudios de caso como este sólo producen conocimientos que pueden ser aplicados en el campo de la psicoterapia más adelante.

Procedimientos

En el estudio de caso, en el cual usted participará, se analizarán los contenidos dialogados durante las distintas entrevistas que le fueron o serán realizadas. Sé que de la forma más auténtica y sincera posible usted hable sobre su experiencia en particular.

La información obtenida en las entrevistas será sometida a un proceso de análisis en el que lo importante es poder llegar a comprender la experiencia del sujeto en el proceso terapéutico.

Los resultados serán publicados (manteniendo total reserva sobre los datos personales) y entregados a la Universidad del Norte como requisito para el grado de la Maestría en Psicología. Usted recibirá retroalimentación sobre lo encontrado en el caso antes de ser socializados.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento en relación con el estudio de caso sobre la comprensión de mi experiencia dentro del proceso terapéutico y de haber recibido del señor(a) Natalia Daza G. explicaciones verbales sobre la misma, así como respuestas satisfactorias a mis inquietudes, he decidido de forma libre, consciente y voluntaria aceptar participar en este caso. Además, autorizo a Natalia Daza G. para utilizar la información codificada en este caso en un artículo científico, en el cual se manejará con total confidencialidad y reserva todos mis datos de contacto.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia del señor(a) Natalia Daza Gontález, en la ciudad de Barranquilla, el día 25 del mes de Noviembre del año 2016.

Nombre, firma y documento de identidad:

Nombre: MANUEL MORENO SLAGTER Firma: [Firma]
Cédula de ciudadanía: 72200663 de BAG.

Nombre, firma y documento de identidad de la psicóloga(o):

Nombre: Natalia Daza Gontález Firma: [Firma]
Cédula de ciudadanía: 1140840869 de Barranquilla
Teléfono: 3174402325, Correo electrónico: natydaza20@gmail.com

Nombre, firma y documento de identidad del Tutor del caso:

Nombre: ALBERTO DE CASTRO Firma: [Firma]
Cédula de ciudadanía: 72192337 de DIQUILLA
Teléfono: 3509292, Correo electrónico: AMDECAST@UNINORTE.EDU.CO