UNIVERSIDAD DE VALPARAISO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGIA

TERAPIA CON LOS SUEÑOS DESDE UNA PROPUESTA DIALÓGICO-PRAGMÁTICA ESTUDIO DE CASO

PEDRO REYES RIVERA

Profesora Guía: Oriana Vilches Álvarez M. Sc.

Tesis presentada a la Escuela de Psicología de la Universidad de Valparaíso
para optar al grado académico de Magíster en Psicología Clínica
Mención en Psicoterapia Constructivista y Construccionista

Marzo, 2017
Valparaíso, Chile

A la memoria de John Shotter

(1937-2016)

AGRADECIMIENTOS

A SU, por su disposición colaborativa, por su coraje, primero, para llevar adelante un proceso y, después, para volver a revisarlo, por la estrecha relación que mantiene con sus inquietudes y por su compromiso, ante todo, con el cuidado de sí.

A la maestra con cariño, Oriana, por su paciente guía, por su significativo apoyo, por su dedicación al límite de llegar a 'dar hasta que duela', siempre respetuosa con la subjetividad y consecuentemente colaboradora.

A todos los demás agentes anónimos, cercanos o indirectos, individuales e institucionales, que contribuyeron con lo suyo, ya sea brindando un espaldarazo, realizando una gestión, aportando una información, un dulce o, simplemente, siendo una inspiración…

ÍNDICE

Agradecimientos iii

ÍNDICE iv

Resumen viii

INTRODUCCIÓN ix

I.- ANTECEDENTES RELEVANTES Y CONSTRUCCIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN 1

1.2.- Justificación e importancia del estudio acerca de los sueños 2

II.- MARCO TEÓRICO Y EMPÍRICO 4

2.1.- Sueños: marco de referencia 4

2.2.- Definición del concepto de Sueño 5

2.3.- Antecedentes teóricos acerca de los sueños 6

2.4.- Antecedentes empíricos sobre los sueños 9

III.- MARCO EPISTEMOLÓGICO 11

3.1.- Conceptualización del marco epistemológico posmoderno 11

3.2.- El construccionismo social 12

3.2.1.- Ideas centrales del enfoque epistemológico 13

IV.- OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN 20

4.1.- Objetivo general 20

4.2.- Objetivos específicos 20

4.3.- Preguntas directrices 21

V.- ABORDAJE METODOLÓGICO 22

5.1.- Enfoque metodológico: el Método Dialógico-Pragmático de trabajo con los sueños 22

5.2.- Tipo de estudio. Justificación. 30

5.3.- Diseño de estudio de caso 30

VI.- CASO CLÍNICO 32

6.1.-Identificación del consultante 32

6.2.- Antecedentes familiares y dinámica familiar 33

6.3.- Motivo de consulta 35

6.4.- Antecedentes al motivo de consulta 36

6.5.- Proceso terapéutico 36

6.5.1.- Temas abordados y establecimiento de las metas del tratamiento 36

6.5.2.- Registro de la información 38

6.5.3.- Seguimiento 38

VII.- TRABAJO CON LOS SUEÑOS EN UNA TERAPIA DE ACCIÓN CONJUNTA 39

7.1.- SUEÑO «GATITO GRIS» 40

7.1.1.- Análisis del sueño «Gatito gris» 40

7.1.2.- Síntesis 43

7.2.- SUEÑO «HABITACIÓN VACÍA» 46

7.2.1.- Análisis del sueño «Habitación vacía» 46

7.2.2.- Síntesis 48

7.3.- SUEÑO «ACCIDENTE DE BUS» 50

7.3.1.- Análisis del sueño «Accidente de bus» 50

7.3.2.- Síntesis 54

7.4.- Entrevistas de seguimiento posterapéutico 56

7.4.1.- Seguimiento acerca del sueño «Gatito gris» 57

7.4.2.- Seguimiento acerca del sueño «Habitación vacía» 61

7.4.3.- Seguimiento acerca del sueño «Accidente de bus» 63

VIII.- RESULTADOS Y HALLAZGOS RELEVANTES 65

8.1.- Acerca de la conceptualización del sueño 65

8.2.- Acerca de la propuesta de trabajo con los sueños 66

8.3.- Acerca de los cambios psicoterapéuticos en el trabajo con los sueños 69

8.3.1.- Observados durante el período de atención 69

8.3.2.- Cambios de significados observados durante las entrevistas de seguimiento posterapéutico 71

IX.- CONCLUSIONES 73

X.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 75

XI.- ANEXOS 79

1.- Cuadro comparativo de los principales enfoques de trabajo con los sueños 79

2.- Consentimiento de participación en investigación 80

3.- Convenciones de transcripción 81

4.- Sesiones 82

4.1.- 1ª Sesión 82

4.2.- 2ª Sesión 89

4.3.- 3ª Sesión 90

4.4.- 4ª Sesión 91

4.5.- 5ª Sesión 95

4.6.- 6ª Sesión 100

5.- Entrevistas de seguimiento posterapéutico 107

5.1.- 1ª Entrevista 107

5.2.- 2ª Entrevista 118

5.3.- 4ª Entrevista 119

5.4.- 6ª Entrevista 121

5.5.- 8ª Entrevista 121

6.- Correos electrónicos 124

6.1.- 1er Correo 124

6.2.- 4to Correo 126

6.3.- 5to Correo a 128

6.4.- 5to Correo b (posterapéutico) 129

7.-Método Dialógico-Pragmático de Trabajo con los Sueños 130

RESUMEN

El siguiente es un estudio realizado en torno a los sueños desde un enfoque construccionista: un campo donde escasean planteamientos al respecto. Se presenta una conceptualización sobre el fenómeno onírico y un método de trabajo atinente, ilustrados mediante un estudio de caso.

Se plantea una situación comunicativa entre el sueño y el soñante, entendiéndose el fenómeno onírico como una «narrativa respondiente», esto es, un fenómeno complejo de naturaleza responsiva, local, situado, relacional, multidimensional y estructurado sobre un lenguaje particular, no indiferente al soñante, quien —en terminología shotteriana— es, fundamentalmente, un cuerpo viviente expresivo-responsivo.

Se desarrolla el Método Dialógico-Pragmático de Trabajo con los Sueños (MDP), cuyo énfasis se centra en la interacción —diálogo— entre el sueño y el soñante, y los efectos —pragmática— que el primero pueda tener sobre el comportamiento y los procesos de pensamiento del segundo. Se presentan sus fuentes epistemológicas: el Construccionismo Social Retórico-Respondiente (Shotter, 1993), el Enfoque de «No Saber» (Anderson y Goolishian, 1992) y la Teoría Co-Creativa de los Sueños (Rossi, 1972; Sparrow, 2006).

A continuación se expone un trabajo con los sueños en un proceso terapéutico con una mujer de mediana edad, madre soltera, profesional, cuyo motivo de consulta responde, precisamente, al interés por trabajar con sus sueños de manera clínica. Se describen tres sueños —«Gatito gris», «Habitación vacía» y «Accidente de bus»—, con sus respectivos diálogos, análisis, hallazgos, resultados y entrevistas de seguimiento posterapéutico.

Finalmente se puede señalar, entre los resultados observados durante la terapia, que la propuesta metodológica fomentó la indagación orientacional-relacional a través del imaginario onírico, la vinculación de sus contenidos con los de vigilia y la transformación de los significados en relación con los temas presentados por la soñante, manifestando una tendencia hacia la restauración de su capacidad de independencia y agencia, propiciado en el período de atención y, mantenido y cultivado a posteriori por la propia consultante.

Palabras claves: Trabajo con los Sueños, Método Dialógico-Pragmático, Narrativa Respondiente, Narrador-Oyente

INTRODUCCIÓN

El presente estudio aborda el tema de los sueños y su posibilidad de trabajar terapéuticamente con ellos, mediante una conceptualización del fenómeno y una propuesta metodológica atinente que, ilustradas por medio de un estudio de caso, busca insertarse en el creciente y heterogéneo campo de desarrollo de los modelos de trabajo psicoterapéutico con enfoque construccionista: un área donde, precisamente, escasean este tipo de investigaciones.

Este trabajo, que parte de una inquietud personal y profesional por el tema, comienza con los antecedentes relevantes y la construcción del tema de investigación, donde se expone cómo nace el interés por este estudio a partir de la observación de la incidencia espontánea de los fenómenos oníricos sobre la conducta de las personas, lo que conduce a la consideración de la situación comunicativa entre el sueño y el soñante[1]. Lo prosigue la justificación del estudio, sobre la base de cuatro argumentos: los antecedentes aportados transversalmente desde diferentes modelos sobre los beneficios de trabajar con los sueños en psicoterapia, la conceptualización planteada sobre el fenómeno como contribución teórica, el método de trabajo propuesto como contribución para la praxis y el aporte que representan estas contribuciones para el enfoque epistemológico escogido, el que presenta lagunas en torno a esta área de investigación.

En segundo lugar, se presenta el marco teórico y empírico donde se encuadra y contextualiza el tema, en los desarrollos más contemporáneos atinentes al enfoque epistemológico del estudio. Aquí se conceptualiza el tema como una «narrativa respondiente», esto es, como un fenómeno complejo de naturaleza responsiva, local, situado, relacional, multidimensional, estructurado sobre un lenguaje particular. Lo prosiguen los antecedentes teóricos y empíricos más contemporáneos sobre el fenómeno, en los cuales se abordan, principalmente, las Teorías Adaptativas y la Teoría Co-Creativa del Sueño (Rossi, 1972; Sparrow, 2006).

[1] Se preferirá este término al de «soñador», en razón de que el sufijo *-ante*, significa ‘que ejecuta la acción expresada por la base’, a diferencia de «soñador» que tiene la acepción de “que fantasea sin tener en cuenta la realidad” (RAE, 2014)

En tercer lugar, aparece el marco epistemológico, donde se conceptualiza el enfoque posmoderno, el cual procura avanzar hacia una pluralidad de narrativas más locales para el análisis de temas como el conocimiento, la verdad, el lenguaje… ¿Y cómo no los sueños?. Se presenta una visión general del Construccionismo Social y una más particular del Construccionismo Social Retórico-Respondiente (Shotter, 1993), el enfoque desde el cual toma asidero la investigación y que enfatiza las actividades corporizadas expresivo-responsivas que se desarrollan espontáneamente entre las personas, a partir de sus encuentros con otros. Luego se desarrollan las ideas centrales del enfoque epistemológico, donde se expone su pertinencia para un estudio de caso —debido a que se interesa también por el individuo en forma particular—, su compatibilidad con el enfoque «de no saber» (Anderson y Goolishian, 1992) y con la teoría co-creativa de los sueños.

En cuarto lugar se despliegan los objetivos de investigación —general y específicos— y las preguntas directrices que se hallan sobre la base del trabajo.

En quinto lugar se halla el abordaje metodológico, donde se expone el procedimiento propuesto: el Método Dialógico-Pragmático de Trabajo con los Sueños (MDP), cuyo énfasis se centra en la interacción —diálogo— entre el sueño y el soñante, y los efectos —pragmática— que el primero pueda tener sobre el comportamiento del segundo. El método es introducido por sus tres principales referentes: la forma orientacional-relacional de conocimiento (Shotter, 2009a), la indagación compartida y las preguntas conversacionales (Anderson, 1997) y el Método Cinco Estrellas de Trabajo con los Sueños (Sparrow, 2006; Sparrow y Thurston, 2010). Luego, en concordancia con la propuesta shotteriana, se describe el método como "una «caja de herramientas» bien provista de útiles «prótesis conceptuales»" (Shotter, 2001, p. 266): un set de recursos interventivos para ser aplicados en diferentes momentos del trabajo con los fenómenos oníricos, que faciliten el objetivo de llegar a la construcción de sentido. Prosigue la justificación del tipo de estudio, adecuado a la complejidad intrínseca del fenómeno abordado, y el diseño de estudio de caso, atinente para analizar la interacción compleja de los factores involucrados en un caso único.

En el sexto apartado, se presenta el caso clínico, correspondiente a una mujer de edad mediana, madre soltera, profesora de baile y terapeuta floral, que consulta por motivo de sus sueños —lo que la hizo sujeto idóneo para el presente estudio—: se hace referencia a sus

antecedentes familiares y el motivo de consulta. Se describe el proceso terapéutico, indicando los temas abordados —planteados por la misma consultante—, en relación con los sueños, con la imagen de sí y la relación de pareja, y el establecimiento de las metas del tratamiento —en correspondencia con los temas—, las fuentes de registro de la información —que incluyen audio y mensajería electrónica— y el seguimiento posterapéutico.

En el séptimo apartado, se describe el trabajo con los sueños, donde son incluidos tres —de los cuales dos fueron destacados por la soñante—: sueño «Gatito gris», sueño «Habitación vacía» y sueño «Accidente de bus», cada uno con su respectiva transcripción del fragmento de la sesión donde fueron abordados, su análisis y una síntesis del proceso. Este capítulo finaliza con las entrevistas de seguimiento posterapéutico, relativas a cada sueño.

El octavo apartado, corresponde a los hallazgos y resultados relevantes del estudio, con respecto a la conceptualización sobre el fenómeno onírico, a la propuesta metodológica para trabajar con los sueños y a los cambios psicoterapéuticos observados en relación con los temas que conformaban el motivo de consulta de la usuaria, tanto durante el período de atención como en el período de entrevistas posterapéuticas.

En el noveno capítulo se exponen las conclusiones relativas al propósito del estudio, en concordancia con los objetivos, las preguntas directrices, los hallazgos y los resultados relevantes, y reflexiones finales.

Finalmente, en el capítulo diez se hallan las referencias bibliográficas y en el once los anexos que incluyen: un cuadro comparativo de los principales enfoques de trabajo con los sueños, el consentimiento de participación en investigación, las convenciones de transcripción, los fragmentos de las sesiones, las entrevistas de seguimiento posterapéutico y los correos electrónicos de interés para los efectos del estudio.

Cabe destacar que las traducciones de las citas en inglés fueron realizados por el autor.

I.- ANTECEDENTES RELEVANTES Y CONSTRUCCIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN

El interés por el tema de los sueños nace en la praxis, a partir de la observación de la incidencia que tenían en algunos casos. Por ejemplo, después de una pesadilla, un sujeto era capaz de tomar una decisión, o un sueño repetitivo llevaba al soñante a afrontar una situación. Experiencias como las citadas, entonces, fomentaron la inquietud por indagar más sobre este fenómeno, siempre con el afán de poder canalizarlo con fines terapéuticos.

El sueño, per se, puede influir sobre el sentir, el pensar y el actuar de una persona, de la misma manera como puede hacerlo algo que es visto en un momento puntual, o algo que es dicho; o incluso algo que es pensado como producto del ejercicio reflexivo. Esto es debido al hecho de que el fenómeno onírico constituye una experiencia sensorial conformada principalmente por imágenes y sonidos, en la que se desarrolla una secuencia de hechos. Su configuración permite su transmisión, instituyéndolo en un objeto de comunicación: un objeto tal que, a veces, puede causar una impresión lo suficientemente inquietante, por ejemplo, para producir, a la manera de un acto de habla realizativo-perlocucionario —"los que producimos o logramos *porque* decimos algo" (Austin, 1982, p. 153. Cursivas en el original)— un cambio de alguna índole en el sujeto. Esto, entonces, llama la atención en relación con fenómeno de comunicación entre el sueño y el soñante, respecto de la continuidad entre el imaginario onírico y la realidad y, particularmente, en su *aspecto pragmático*: es decir, en la influencia que el sueño puede ejercer sobre el sujeto.

El contenido onírico, entonces, conforma un decir per se, como un relato emitido por alguien en la posición de un interlocutor y lo que el sujeto se representa y piensa en relación con ese contenido, da cabida al diálogo: una conversación que puede orientar al hablante respecto de algo con relevancia para su vida y que emerge de la interacción con el material del sueño. Por consiguiente, puede atribuirse un carácter responsivo al sueño, lo que implicaría indagar *en respuesta a* qué se articula su puesta en escena, reparando fundamentalmente en la relación entre el sueño y el soñante, en cómo interactúa el sujeto

con ese material onírico. De este modo, en función del proceso indagatorio en co-participación con el paciente, paralelamente a la conceptualización de la experiencia onírica, fue desarrollándose una forma de trabajar con ella, un método para facilitar esa interacción entre sueño y soñante, que lo oriente en relación con un leitmotiv de la puesta en escena, con la finalidad de que pueda conformar un aporte para su vida en vigilia y, en particular, para su proceso terapéutico. En términos clínicos, esto se traduciría en la manifestación de algunos rasgos que, por ejemplo, denotaran cambios conductuales, mejorías en el estado de ánimo y una mayor *capacidad de agencia* en el sujeto: una acepción transversal a toda praxis clínica. Cabe especificar que esta labor representa un esfuerzo por obtener beneficios de la experiencia onírica para el usuario de la demanda terapéutica y no pretende establecer una hermenéutica general con respecto a la temática de los sueños, sino ofrecer una intelección y una herramienta de trabajo ad hoc.

A partir del énfasis puesto en la relación o comunicación entre el fenómeno onírico y el soñante, y en los efectos que esta interacción pueda tener sobre el sujeto, se denomina al dispositivo de intervención: Método Dialógico-Pragmático (MDP). Tanto la conceptualización del sueño como el método de trabajo, toman asidero en un enfoque posmoderno de psicoterapia —un área donde, precisamente, escasean conceptualizaciones y planteamientos para abordar los procesos oníricos— y constituyen el tema central del presente estudio, ilustrado mediante un estudio de caso.

1.2.- Justificación e importancia del estudio acerca de los sueños.

"El trabajo con los sueños merece ocupar un lugar importante en la psicoterapia y las ciencias de la mente" (Ruiz, 2001, p. 4).

El estudio de los sueños, primero que todo, se justifica per se, en la medida en que incursiona en un proceso natural que es esencial para el bienestar global del sujeto (Hill y

Knox, 2010; Sparrow y Thurston, 2010; Medrano-Martínez y Ramos-Platón, 2014; Selterman, 2016).

La presente propuesta busca contribuir en esta materia, tanto para el campo de la teoría como de la praxis psicoterapéutica, aportando una conceptualización del fenómeno, y un método de trabajo atinente a él, centrado en la comunicación entre la experiencia onírica y el soñante, con especial énfasis en los efectos ─cambio terapéutico─ que pueda tener la primera sobre el segundo.

También constituye un aporte para el marco epistemológico del estudio, para el Construccionismo Social en general y el Retórico-Respondiente (Shotter, 1993) en particular, debido a que es un área donde no figura una conceptualización relativa a los procesos oníricos ni tampoco un planteamiento específico para abordarlos.

II.-MARCO TEÓRICO Y EMPÍRICO

2.1.- Sueños: Marco de referencia.

Para el presente estudio se consideran las propuestas más contemporáneas con respecto al tema. Si bien, existen antecedentes de trabajo con los sueños con fines terapéuticos desde el siglo III a. C. (Vinagre, 2000, 129), recién con *La interpretación de los sueños*, publicada en 1900 por Sigmund Freud, comienzan a ser, de manera gradual y transversal, objeto de atención en el quehacer clínico. No es de interés para este estudio exponer la historia relativa al tema, desde la antigüedad hasta nuestros días, ni tampoco realizar una revisión de los principales enfoques, tanto psicoanalíticos como no-psicoanalíticos, que los integran en su praxis[2]. Si bien se consideran los aportes desde distintas fuentes, que son indicados pertinentemente —incluidas las contribuciones desde otras disciplinas—, el objetivo es ofrecer una propuesta compatible con los enfoques posmodernos de psicoterapia, para lo cual se toma como referente epistemológico el Construccionismo Social Retórico-Respondiente del psicólogo inglés John Shotter (1993) y como referentes metodológicos la Hermenéutica Práctica de los psicólogos estadounidenses Harlene Anderson y Harold Goolishian (1992) y el Método Cinco Estrellas del psicólogo estadounidense Gregory Sparrow (2006). En el marco teórico se incluyen los aportes más actuales provenientes de las Teorías Adaptativas del Sueño —que parten por considerar la hipótesis de continuidad entre el escenario onírico y la vigilia, y que luego incorporan la hipótesis evolutiva y la regulación del estado de ánimo— y de la Teoría Co-Creativa de los Sueños (Rossi, 1972; Sparrow 2006), la cual también aporta al marco empírico.

[2] De todos modos, en el Anexo 1 (p. 122), pueden observarse los principales enfoques, con sus autores más representativos, la función que atribuyen a los sueños y el método de trabajo que ocupan.

2.2.- Definición del concepto de Sueño.

Una noción fundamental para el presente estudio lo constituye este concepto. También denominado *ensueño* para distinguirlo del proceso fisiológico que tiene lugar durante el acto de dormir (Medrano-Martínez y Ramos-Platón, 2014), la mayoría de las definiciones la encuadran como "un tipo de experiencia o una capacidad cognitiva" (Ibíd., p. 360), llámese 'actividad mental', 'estado de conciencia', 'experiencia subjetiva', etc.

Aquí se considera de una manera más cercana a las concepciones contemporáneas de las teorías adaptativas que proponen que los sueños desempeñan un papel importante en la adaptación al entorno, concibiéndolos como un medio para solucionar problemas.

El sueño es un fenómeno natural, local, situado en un espacio concreto —en el organismo del sujeto—, en un período y en un contexto específico, que se experimenta durante el acto de dormir. Es un proceso involuntario, impredecible, de carácter predominantemente visual, conformado por una secuencia de hechos y muy vinculado con el ámbito de la cognición. En la medida en que constituye una situación comunicativa, su influjo puede extenderse más allá de los linderos de la anatomía, hacia un dominio relacional, con resonancia tanto en la subjetividad como en la conducta del soñante. Cuando esto ocurre, el sueño revela su naturaleza *responsiva*. Responsividad, es un término que proviene de la medicina alemana de principios del siglo XX y "se refiere a la capacidad de un organismo para 'responder' a las exigencias del medio en que vive" (Waldenfels, 1995, p. 21). Es una noción vigente, considerada un rasgo fundamental de la vida y del actuar, que atañe, eso sí, "a un *responder en sentido amplio*" (Waldenfels, 1997, 26). Es decir, el fenómeno onírico tiene un alcance que no se restringe exclusivamente a su sustrato neurobiológico y que puede implicar otros aspectos del ser humano (por ejemplo: la esfera afectiva, la comunicación intra e interpersonal, la imagen de sí, etc.), lo que además pone en relieve su carácter multidimensional. Al ser objeto de comunicación, puede ser dialogizable, expuesto a escrutinio y aportar información que resulte de interés para el soñante, el cual puede conferirle sentido y actuar en concordancia con ello. Esto también da pie para plantear el lenguaje del sueño como no ajeno o distante al lenguaje y

al pensamiento del soñante. El punto es que el lenguaje onírico presenta un grado de complejidad mayor que el lenguaje verbal, producto del predominio de las imágenes por sobre las palabras, lo que lo hace figurar más cercano a una poética que al lenguaje común y le otorga un carácter más privado, íntimo, subjetivo[3].

En síntesis, puede entenderse el sueño como una «narrativa respondiente»[4], en la medida en que la interacción o el diálogo entre este fenómeno y el soñante tiene incidencia sobre el sentir, el pensar y/o el actuar del consultante, y que, para efectos terapéuticos, se observa en la restauración de su sentido de «agencia», concepto que es transversal a los enfoques psicoterapéuticos.

2.3.-Antecedentes teóricos acerca de los sueños.

En términos generales, desde el campo de las neurociencias, se puede considerar la noción de "que el procesamiento cognitivo que tiene lugar durante la vigilia y el que ocurre durante los ensueños siguen los mismos principios" (Medrano-Martínez y Ramos-Platón, 2014, p. 365), aportada por el enfoque neurocognitivo.

Por su parte, desde las teorías adaptativas, en relación con la labor de orientar al soñante con respecto a alguna reformulación del sueño que pudiera ser extensible también para la vida en vigilia, desde 1972 toma asidero la *hipótesis de continuidad* revisada por los psicólogos estadounidenses Calvin Hall y Vernon Nordby, según la cual "las preocupaciones de las vigilias precedentes se incorporan a los ensueños" (Medrano-

[3] Una segunda tentativa de definición: El sueño es un fenómeno complejo que es involuntario, impredecible, multidimensional (cognitivo, afectivo, sensorial, temporal, espacial, relacional y pragmático), responsivo, situado en un espacio concreto, en un período y contexto específico, conformado principalmente por un imaginario «polifónico» (Bajtín, 1979), que le otorga a su relato un carácter parcial, local y abierto a más de un significado (polisémico)

[4] En el campo de la informática figura esta denominación, *responsive narrative*, también conocida como 'historias vivientes' o una 'narrativa interactiva', para referir a los relatos de realidad virtual que emergen de la interacción entre el experimentador y algún dispositivo de inteligencia artificial (McCarthy, 2016)

Martínez y Ramos-Platón, 2014, p. 361). En 1993, un conterráneo de Hall, el psiquiatra Milton Kramer, contribuye con la función de los sueños como un sistema de regulación de las emociones o *hipótesis de la función reguladora del estado de ánimo*, al reducir la carga emocional negativa como, por ejemplo, en el estado de ánimo depresivo (Cartwright, Agargun, Kirkby y Friedman, 2006) Otros aportes lo conforman la *teoría de simulación de amenazas*, del psicólogo finlandés Antti Revonsuo (2000), quien —considerando el aspecto evolucionista del proceso de soñar— propone que la función de los sueños es proveer al ser humano una realidad virtual donde ensayar de manera segura posibles reacciones ante estímulos amenazantes. A su vez, los psicólogos estadounidenses Michael Franklin y Michael Zaphur (2005), expanden la hipótesis de Revonsuo, observando que los sueños, como un mecanismo de ensayo virtual, desempeñan además un papel fundamental en el desarrollo de las capacidades cognitivas como, por ejemplo, "la toma de decisiones, la resolución de conflictos, la cognición social" (p. 69)

Tanto para los enfoques neurocognitivos como para las teorías adaptativas, entonces, el sueño o ensueño constituye una capacidad cognitiva que interacciona con la conciencia de vigilia, siendo importante para el estado físico y mental, destacándose como sus principales funciones: "favorecer la consolidación de la memoria, la regulación del estado emocional y la adaptación al entorno" (Medrano-Martínez y Ramos-Platón, 2014, p. 370).

Una propuesta más contemporánea y paralela a las teorías antes referidas, es la Teoría Co-creativa de los Sueños (Rossi, 1972; Sparrow, 2006), con antecedente en la investigación llevada a cabo por el psicólogo estadounidense Ernest Rossi, en 1972, relativa a los sueños lúcidos: "la experiencia de volverse consciente de que uno duerme durante el sueño" (Sparrow y Thurston, 2010, p. 206). Conterráneo de Rossi, Gregory Sparrow sostiene que su colega fue el primero en articular una visión *co-creativa* del soñar, en la cual, el soñante despliega la capacidad de "reflexionar e interactuar libremente con las imágenes del sueño" (Ibíd. Ver Tabla 1). Sparrow, a partir de esta mirada, da forma a la teoría en 2006.

Tabla 1

Diferencias entre la teoría tradicional y la teoría co-creativa de los sueños (Sparrow, 2013)

Teoría Tradicional del Sueño	**Teoría Co-creativa del Sueño**
El trabajo con el sueño se enfoca predominantemente sobre el contenido visual.	El trabajo con el sueño se enfoca predominantemente sobre el proceso interactivo soñante-sueño.
El trabajo con el sueño puede pasar por alto los cambios en la respuesta del soñante o las alteraciones en las imágenes.	El trabajo con el sueño se enfoca principalmente sobre los cambios en la respuesta del soñante y las alteraciones recíprocas en las imágenes del sueño.
Las imágenes o los "símbolos" del sueño pueden ser analizados sin tomar en cuenta el pensamiento del soñante.	Las imágenes del sueño son consideradas en una relación recíproca y contingente con el pensamiento del soñante.
El yo [*ego*] del sueño, a menudo, es visto como un observador pasivo o, cuando menos, es pasado por alto en el análisis de las imágenes.	El soñante es, en cierta medida, activo y respondiente en cada sueño, esté o no consciente de ello.
Se asume que el sueño refleja contenidos similares a la vida en vigilia.	El sueño refleja las pautas relacionales o la dinámica del proceso más importante de la vida en vigilia.
La meta principal es traducir el contenido visual en una comprensión significativa de la vida en vigilia de uno.	En adición a la meta tradicional, el objetivo es discernir no sólo las pautas de respuestas competentes sino también las disfuncionales, que pueden evidenciarse tanto en los sueños como en las relaciones en vigilia, y adoptar las nuevas competencias o las acciones correctivas pertinentes.

2.4.- Antecedentes empíricos acerca de los sueños.

El interés por los sueños en psicoterapia es transversal a la mayoría de los enfoques ─psicoanalíticos y no psicoanalíticos─, cada uno con su particular forma de abordarlos o interpretarlos, compartiendo en común la concepción de que "reflejan significados personales tácitos o inconscientes importantes"[5] (Ruiz et al., 2001, p. 4) En un análisis contemporáneo, las psicólogas estadounidenses Clara Hill y Sarah Knox (2010, p. 11), señalan que:

> Muchos estudios de casos, tanto empíricos como anecdóticos, evidencian la efectividad y la pertinencia de trabajar con los sueños en un amplio rango de clientes (p. ej., clientes con traumas, sin hogar, con problemas sexuales, depresión, masoquismo, obsesión), tanto de manera individual como en terapia de grupo (ver reseña en Hill y Spangler, 2007). Eudell-Simmons and Hilsenroth (2005), también revisaron una serie de estudios de casos indicando que los sueños, en sí mismos, cambian como resultado de una terapia exitosa. Por ejemplo, Caropo et al. (1997), reportaron que, en terapia, los últimos 18 sueños de un cliente fueron más adaptativos e integrales que los primeros 18 sueños. En Dimaggio et al. (1997), las emociones placenteras en los sueños aumentaban a medida que el cliente mejoraba. De esta manera, al menos en concordancia con los estudios de caso […] el trabajo con los sueños produce resultados favorables.

Con respecto, a esta última cita, en un estudio más reciente realizado por el psicólogo estadounidense Dylan Selterman, en 2016, se observa una correspondencia entre las percepciones que los sujetos tienen de sus sueños y su salud psicológica: "En la medida en que los participantes expresaban actitudes/creencias positivas en relación con el sueño, referían también una mayor satisfacción en sus vidas y un mayor afecto positivo en vigilia" (p. 37).

---

[5] Ya, a principios del siglo XX, en un referente obligado, *La interpretación de los sueños*, Freud "defiere al propio soñante el trabajo de interpretación" (2012, 120. Nota al pie) Cabe destacar que, junto con *Tres ensayos de teoría sexual* (1905), es uno de los libros que su autor "fue «actualizando» en forma más o menos sistemática a medida que se iban reeditando" (James Strachey en *Nota bibliográfica-histórica*, Op. Cit., 5), y que ─según su biógrafo oficial─ ambas obras fueron sus "preferidas" entre toda su vasta producción (Jones, 1996, p. 361)

A partir de sus experiencias y los resultados obtenidos con la aplicación del *Método Cinco Estrellas* —un método sistemático de terapia con los sueños, basado en la teoría co-creativa—, Gregory Sparrow y Mark Thurston (2010, p. 204) también indican que:

> compartir los sueños en psicoterapia aumenta la exploración y la apertura de sí mismo (Provost, 1999), da lugar a un trabajo más profundo en las primeras sesiones de terapia (Diemer, Lobell, Vivina, & Hill, 1996), produce mejores medidas de resultado en el cliente cuando se compara con la autoestima y el trabajo de insight (Falk & Hill, 1995), y fomenta la intimidad entre las parejas (Duffey, Wooten, Lumadue, & Comstock, 2004).

Particularmente, las observaciones de los autores mencionados, los constructos que abarcan (exploración y apertura de sí mismo, profundización, autoestima, insight) y las metodologías aplicadas (estudio de casos), son fundamentales para el presente estudio, como es desarrollado más adelante.

III.- MARCO EPISTEMOLÓGICO

3.1.- Conceptualización del marco epistemológico posmoderno.

Como señala la psicóloga estadounidenses Harlene Anderson (2012):

> En su versión más simple, *posmoderno* significa una crítica, no una época […] No está representado por un autor en particular ni por un concepto unificado; es un coro polifónico de sonidos interrelacionados y cambiantes, de los que cada uno expresa una crítica del modernismo y una ruptura con este[6] […] y se caracteriza por la incertidumbre, la impredecibilidad y lo desconocido. El cambio se acepta y se da por supuesto (p. 70).

El pensamiento posmoderno toma asidero en los escritos de filósofos del lenguaje como Ludwig Wittgenstein (1953) y Mijaíl Bajtín (1936), y filósofos postestructuralistas como Jacques Derrida (1967), Michel Foucault (1966), Jean-François Lyotard (1979) y Richard Rorty (1979), procurando avanzar hacia una pluralidad de narrativas más locales:

> hacia una *multiplicidad de enfoques para el análisis de temas como el conocimiento, la verdad, el lenguaje, la historia, la persona y el poder*. Acentúa la *naturaleza relacional del conocimiento y la naturaleza generativa del lenguaje*. El posmodernismo ve al conocimiento como una construcción social, al conocimiento y al conocedor como interdependientes […] No podemos tener un conocimiento directo del mundo; sólo podemos conocerlo a través de nuestras experiencias. Continuamente interpretamos nuestras experiencias y nuestras interpretaciones. El resultado es la continua evolución y ampliación del conocimiento. (Ibíd., p. 71. Cursivas en el original).

[6] El *modernismo* se caracteriza por las metanarrativas fijas, los discursos privilegiados, las verdades universales, la realidad objetiva, el lenguaje de las representaciones y el criterio científico del conocimiento como algo objetivo y fijo.

3.2.- El Construccionismo Social.

Dentro del paisaje posmoderno, emerge este enfoque que se remonta a los trabajos de los sociólogos Peter Berger y Thomas Luckman (1966), los cuales establecen la naturaleza social del conocimiento. El construccionismo social o socioconstruccionismo, se interesa en el estudio del "flujo contingente, realmente vago (esto es, carente de un carácter completamente determinado) de la actividad comunicativa continua entre los seres humanos" (Shotter, 2001, pp. 266-7), la que no se produce "en una realidad ya bien ordenada, sino en un mundo pluralista, sólo fragmentariamente conocido y sólo parcialmente compartido" (Ibíd., p. 266) Esta forma de contemplar el mundo se adecúa bastante a la mirada que, en general, se tiene con respecto a la realidad onírica: un campo abierto a las interpretaciones —pluralista—, en el que no es lo más usual recuperar su contenido de manera íntegra, sino, más bien, fragmentado y que, por consiguiente, implica compartirlo en forma parcial, sesgada. El hecho de poder poner en palabras el material onírico lo sitúa como una actividad comunicativa; esto es, dentro de ese flujo continuo y contingente que tiene lugar entre los hombres, no del todo determinado y que el construccionismo social, en general, intenta comprender cómo poder promover, en la práctica, ese paso del desorden —lo 'vago', indeterminado— al orden desde el interior del desorden mismo, sobre la base de "una «caja de herramientas» bien provista de útiles «prótesis conceptuales»" (Ibíd.) con las cuales poder observar en acción algunos de esos procesos en el movimiento del caos al orden, en lugar de fomentar el desarrollo de teorías ordenadas y sistemáticas. Y es que, en particular, cuando se trata de hablar, por ejemplo, sobre significados, Shotter (2004) se interesa por ir más allá del terreno de las representaciones mentales que requieren de una interpretación en términos de principios o reglas compartidas, para que su significado pueda ser entendido. Entonces, más que de un 'procesamiento de información', para el autor británico se trata del ámbito de las actividades corporizadas expresivo-responsivas que se desarrollan espontáneamente entre las personas, a partir de sus encuentros con otros.

Esta manera de abordar la realidad en la cual las personas hacen más que poner sus ideas en palabras, sino que, ante todo, responden a las expresiones del otro en un intento por coordinar sus actividades prácticas, lo que va construyendo formas de crear y mantener relaciones, entonces, es pertinente al esfuerzo de este estudio por trabajar con el material onírico —cuya naturaleza es predominantemente visual— más allá de la relación imagen-significado, aportando especificaciones para conocer frente a qué requerimientos del soñante responden los intentos del sueño por coordinar sus actividades, cómo es que el sueño y el soñante se relacionan, y cómo es que el producto de esa interacción puede llegar a ser beneficiosa para el soñante.

3.2.1.- Ideas centrales del enfoque epistemológico.

El construccionismo social retórico-respondiente de Shotter, constituye un socioconstruccionismo de las fronteras que resulta bastante atinente para este estudio, debido al método de estudio de caso que se presenta más adelante: "No soy cien por ciento socioconstruccionista" ―declara Shotter (2009b)―: "Una de las razones por las cuales Ken Gergen tiene problemas conmigo, es que estoy muy interesado en los individuos singulares y únicos, y en la manera en que parece que nosotros tenemos la capacidad de entender la individualidad del individuo. Eso es lo que me interesa" (Ibíd.)

Este enfoque integra diferentes fuentes. Entre ellas: la filosofía del lenguaje (como las investigaciones de Ludwig Wittgenstein [1953] o el dialogismo de Bajtín [1936]), la fenomenología (la responsividad según Kurt Goldstein [1934] y Eugene Gendlin [1997]), la etnometodología (Harold Garfinkel [1967]) y la hermenéutica práctica (Anderson & Goolishian [1992])

La aproximación terapéutica utilizada en el estudio también es congruente en términos metodológicos (los que se especifican más adelante): considerando la naturaleza *carente de un carácter completamente determinado* de los sueños, una «caja de

herramientas» provista de útiles «prótesis conceptuales» es bastante apropiada. Con el énfasis puesto en las «prácticas dialógicas», Shotter señala que la tarea recaería en "«esa comprensión que consiste en "ver conexiones"» (Wittgenstein, 1953, n° 122) y, agregaría por mi parte, en «hacerlas»" (2001, pp. 98-9): labor facilitada por una "forma orientacional o relacional de conocer" (Shotter, 2009a, 225). Usualmente hablamos de 'solucionar problemas'; sin embargo, hay algunas dificultades que podemos formularlas así, como ´problemas' para 'solucionar', pero también hay otras dificultades que no son problemas, sino que son "dificultades para hallar una manera de relacionarse con o una manera de orientarse en nuestro entorno" (Shotter, 2009b). Shotter pone de ejemplo un pasaje de la película "El señor de los caballos" (*The horse whisperer*, EE.UU., 1998), en el cual la co-protagonista, Annie Graves, busca la dirección de un famoso entrenador de caballos, el protagonista Tom Booker, en una zona rural. Cuando da con la dirección, ella le dice al hombre: "Me ha costado mucho encontrar este lugar. No hay señales" ―a lo que él contesta― "Mmm. Hay muchas señales". Ella no sabía cómo responder a las señales; no estaba orientada en relación con lo que podía constituir una señal en *ese* entorno. Despuntan dos miradas, dos voces para un mismo referente: señal en calidad de distinción o signo natural y señal en calidad de señalética o signo artificial. "Uno no soluciona un problema de orientación, uno lo reenfoca" (Shotter, 2009b), como el ojo que busca la mejor *resolución* para enfocar un objeto entre otros, configurando y yuxtaponiendo dos fuentes de influencia o información: un primer plano nítido y un plano de fondo más difuso. Es un juego diferente de orientación. Aquí también resulta atinente el fenómeno de «descripción doble» de Bateson —referido también por Shotter—: "casos en que dos o más fuentes de información confluyen para dar información de una clase distinta de la que tenía cada una de esas fuentes por separado" (Bateson, 2002, p. 32):

> Y al mismo tiempo, cuando tenemos dos o más fuentes de influencia, se crea una «dimensión relacional»: "¿Qué nos permite decir que un buen diálogo, en términos metafóricos, tiene "profundidad"? Tenemos una sensación de muchas influencias combinándose para darnos una sensación de interconexión entre las cosas, que no teníamos antes del diálogo" (Shotter, 2009b)

Su noción de *dimensión relacional*, además de coincidir con el fenómeno de «descripción doble» de Bateson, también establece un *link* con lo «dialógico» en Bajtín (1936). Para el escritor ruso, esto concierne a la existencia de relaciones de oposición entre las palabras de la estructura narrativa, producto de la naturaleza polisémica de éstas —que alojan más de un significado, a veces muy diferentes entre sí—, lo que le aporta a la narrativa su carácter «polifónico», debido a que ahí convergen una "*pluralidad de voces…* no se despliega la pluralidad de caracteres y de destinos dentro de un único mundo objetivo a la luz de la unitaria conciencia del autor" (Bajtín, 2012, p. 59). En Bajtín también se observa un mundo *vago*, concordante con lo descrito por Shotter, a causa de la existencia de *relaciones dialógicas*, las que se articulan de acuerdo con las reglas del contrapunto. Esto lo ilustra Bajtín (2012) con su análisis de la *sátira menipea*[7], género "que tuvo enorme y aún no apreciada importancia en el desarrollo de las literaturas europeas" (p. 228) y a partir del cual, entre los siglos III y I a. C. ─a propósito del tema del presente estudio─, precisamente, se introduce el sueño como una concepción literaria específica "al servicio del propósito principal de la menipea: la puesta a prueba de una idea y del hombre de idea" (Ibíd., p. 283):

> El sueño se introduce en ésta [la sátira menipea] justamente como la *posibilidad* de una vida muy diferente, organizada de acuerdo con otras leyes que las de la vida habitual (a veces se plantea directamente un "mundo al revés"). La vida que aparece en un sueño suele establecer una perspectiva con respecto a la normal, obliga a entenderla y apreciarla de una manera novedosa (a la luz de una posibilidad diferente). El hombre en el sueño llega a ser otro, descubre en sí nuevas posibilidades (peores o mejores), se pone a prueba y se verifica por medio del sueño. A veces el sueño se estructura directamente como la coronación-destronamiento del hombre y de la vida. (Ibíd.).

Volviendo a la propuesta shotteriana, podemos señalar, entonces, que esta va más allá del terreno de la argumentación, más allá del hecho de ofrecer a la persona buenas razones para adoptar nuevos pensamientos o creencias, contemplando el conocimiento del

[7] Recibe su nombre del filósofo griego Menipo de Gadara, quien le dio su forma clásica mezclando la prosa y el verso y los registros serios y cómicos

tercer tipo: el conocimiento «desde adentro»[8], un «conocimiento en la práctica», distinto de un saber teórico o técnico, debido a que es un conocimiento conjunto, sostenido en común con los demás, *sui generis*, responsivo: el tipo de conocimiento que uno tiene *desde adentro* de una situación:

> Uno sólo puede ser cambiado en su ser, al ser "conmovido" por un otro o por una otredad, por una "extrañeza" que puede "conmover" de formas en las que uno no es capaz de conmoverse a sí mismo. Una dificultad relacional u orientacional así, nos presenta casi con el reverso de un problema intelectual —en el cual deducimos algo desconocido de una serie de datos ya bien conocidos— ya que es sólo *después* de que hemos descubierto/creado una manera de poner atención y *relacionarnos* con nuestro entorno, que los datos relevantes para lograr nuestras metas pueden ser traídos a la luz (y luego, ser aplicados para la *resolución* de problemas) (Shotter, 2009a, p. 233)

Otra perspectiva que es concordante con el construccionismo social retórico-respondiente, referida también por Shotter, es el enfoque «de no saber» o la terapia colaborativa de los psicólogos estadounidenses Harlene Anderson y Harold Goolishian (2005), la que comparte una visión posmoderna del trabajo terapéutico, sobre la base de la "concepción hermenéutica" (p. 304)

Estos investigadores plantean la terapia como *una búsqueda conjunta de posibilidades*, enfatizando, precisamente, la *comprensión desde dentro de la conversación*, la que se despliega en un «espacio dialógico», "un espacio metafórico entre y dentro de los participantes… [donde] el pensamiento de cada uno hace lugar a la consideración de ideas, creencias y opiniones múltiples"; es decir, a una «indagación compartida» (Anderson, 2012, p. 158-9). Un procedimiento *ad hoc* para un conocimiento en la práctica, *sui generis*, para poder atender, por ejemplo, *en respuesta a* qué se articuló la puesta en escena de un sueño, debido a que

[8] Noción planteada por el sociólogo estadounidense Harold Garfinkel (1967, p. 40), quién explica: "El asunto del cual se habla", como acontecimiento en desarrollo y desarrollado en el curso de la acción que lo produce, en tanto proceso y producto, [es] conocido desde adentro de este desarrollo por las dos partes, cada una por sí misma y en nombre de la otra" (la palabra entre corchetes es incluida por Shotter, en lugar de la palabra *were* que figura en el texto original)

> La estructura de la conversación terapéutica es espontánea. La determinan, momento a momento, intercambios que zigzaguean y se entrecruzan. No sigue un guión predeterminado como podría ser un cuestionario estructurado o una secuencia de acciones. No puedo saber de antemano qué preguntaré; no puedo escoger palabras para producir un resultado específico. Quiero participar en el proceso que describo de una manera natural, no artificial. Porque estoy dentro, no fuera del proceso que intento crear. Para un observador externo, o para alguien que tenga una preconcepción acerca de cómo debe ser una conversación, estas conversaciones parecen desorganizadas. Puede parecer que un terapeuta no tiene control de la entrevista, porque realmente no la tiene. No controla la entrevista, no mueve la conversación en dirección a un contenido o resultado específicos, ni es responsable por la dirección del cambio. No crea la novedad, ni la introduce desde fuera de la conversación; la novedad emerge en el diálogo. Es imposible predeterminar o predecir el resultado de una conversación de este tipo. No es «atribuible» (Shotter, 1993a) a una u otra persona. Es construida en conjunto, a través de la conversación en proceso de desarrollo. Es importante que tanto cliente como terapeuta se sientan bien con el resultado (Ibíd., pp. 176-7)

Aquí el acento está puesto en el proceso, precisamente, en la *interacción*; algo muy diferente del control: 'relacionarse *con*' difiere de 'controlar a'. La *incertidumbre* pasa a constituir un elemento central del contexto terapéutico, en la medida en que nos sitúa en el terreno de las *posibilidades*, donde el terapeuta debe ser capaz de no entender demasiado rápido, teniendo en cuenta que "los clientes enseñan y los terapeutas aprenden" (Ibíd., 185) Si en algo es experto el terapeuta es en el arte de preguntar, de realizar «preguntas conversacionales», preguntas que llevan a otras preguntas —las que son formuladas de modo tentativo para dar espacio a la participación del usuario—, proporcionando, de este modo, las bases de lanzamiento del proceso dialógico, necesarias para invitar a la persona a una indagación compartida (Ibíd., p. 199). Fundamentalmente, se trata de un proceso local —no supeditado a un saber *a priori*, sino que emerge desde adentro de la conversación— y continuo de preguntas y respuestas, en el que "lo que se nos dice en un momento dado es la respuesta para la cual tenemos que averiguar la pregunta" (Goolishian y Anderson, 2005, p. 303).

Entonces, la propuesta técnica de este enfoque terapéutico es bastante adecuada para desenvolverse en un ámbito con el grado de complejidad que implica lo onírico. El sueño no es algo sabido de antemano, tiende a ser involuntario, no controlable por el soñante, local, situado, comunicable, responsivo y multidimensional, en la medida en que implica 'conexiones' entre el material onírico, el material que emerge de su análisis o revisión y la vida cotidiana de la persona, con especial énfasis en su autoconocimiento y sus relaciones con otros. Al momento de trabajar con el sueño, no hay un conocimiento previo respecto de su contenido, no se puede saber todas las preguntas que se van a realizar, ni el curso que podrá tomar ni hacia donde llevará la indagación compartida con el usuario. No se tiene el control de la experiencia, porque uno forma parte de ella y toda asociación o sentido que vaya formulándose tiene que ser avalada por el soñante. Hay suficiente espacio para la emergencia de lo espontáneo y la consideración de posibilidades.

Y la otra propuesta que integra este marco metodológico corresponde a la teoría co-creativa de los sueños (Rossi, 1972, Sparrow, 2006), sobre la que se basa el método de cinco estrellas de trabajo con los sueños (Sparrow, 2006; Sparrow y Thurston, 2010), un enfoque compatible con las corrientes psicológicas, tradicionales y contemporáneas, que enfatiza el trabajo con las pautas relacionales que pueden evidenciarse tanto en los sueños como en las relaciones en vigilia, con el fin de adoptar nuevas competencias o acciones correctivas pertinentes. De la misma manera que analizan las experiencias de la vida en vigilia, desde una «orientación relacional co-creativa», indagan el sueño:

> permite, en cierto modo, un carácter independiente al contenido del sueño, fomentando, al mismo tiempo, un análisis simultáneo de las respuestas del soñante al sueño y, en consecuencia, a la vida en vigilia. Desde nuestra experiencia clínica, esta forma de indagar el sueño mejora la capacidad del soñante/cliente para relacionarse interna y externamente con un mayor sentido de agencia y de resiliencia, y fomenta la autenticidad y la competencia relacional (Sparrow y Thurston, 2010, p. 205)

El trabajo interventivo de los autores toma asidero en las nociones de la Teoría General de Sistemas, para establecer al sueño como un *sistema funcionalmente autónomo*

(Ibíd., p. 207), equivalente al estatuto del soñante o de cualquier otro sistema abierto. Observan una interacción recíproca y bidireccional entre el sueño y el sujeto: una influencia mutua. Por un lado, reconocen el rol de la conciencia y de la capacidad de respuesta o responsividad del soñante y, por otro, sostienen una visión del imaginario onírico como una creación relativamente autónoma, no acabada, abierta. Esta coyuntura permite al terapeuta "comunicar una comprensión empática sobre cómo los factores subjetivos interactúan por igual con los ámbitos del sueño y la vigilia, para crear la propia experiencia del mundo" (Ibíd., p. 206). En este sentido, coinciden con la mirada de este estudio en relación con el sueño como el otro interlocutor de una situación comunicativa, que se halla en continuidad con las vivencias diurnas —incluidas las cogniciones— del soñante. Asimismo, los resultados obtenidos con los usuarios sometidos a su dispositivo clínico, no son menos esperables de la aplicación del método expuesto en el presente estudio.

IV.- OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1.- Objetivo general.

Diseñar una propuesta para abordar los sueños desde una postura posmoderna en psicoterapia.

4.2.- Objetivos específicos.

1. Formular una conceptualización acerca de la función de los sueños en un estudio de caso, sobre la base de la aplicación de diferentes posturas epistemológicas posmodernas.

2. Describir la metodología de la praxis clínica con los sueños en casos similares al presentado en el estudio de caso.

3. Detectar los elementos vivenciales y experienciales que desencadenaron una respuesta onírica en la consultante del estudio de caso.

4. Identificar los cambios de significado (cognitivos, afectivo y de acción), en relación con los dilemas de la paciente, co-construido al analizar los contenidos de los sueños.

4.3.- Preguntas directrices.

La observación del sueño como un fenómeno natural que incide espontáneamente en el comportamiento de la persona, lleva a considerarlo como una función del organismo que no se circunscribe netamente a su sustrato neurobiológico y que, en ocasiones, responde también a los requerimientos en otras áreas de la vida de los sujetos. Desde esta perspectiva, por consiguiente, cada formación onírica conduce a las preguntas: ¿Qué tan arbitraria puede llegar a ser la puesta en escena del fenómeno onírico y qué alcance puede llegar a tener para la realidad del soñante? (particularmente, en la promoción de un cambio) ¿En respuesta a qué se soñó lo que se soñó…? ¿Cómo llegar a saberlo?. Cubrir estas interrogantes, sobre la base de que la información que aporten será de relevancia para el sujeto y beneficioso para su proceso terapéutico, es parte de este estudio: la primera de ellas conduce a la pregunta por la naturaleza del fenómeno onírico y la segunda, sobre cómo abordarlo.

V.- ABORDAJE METODOLÓGICO

5.1.- Enfoque metodológico: El Método Dialógico-Pragmático de trabajo con los sueños.

En concordancia con el marco epistemológico del estudio, sobre la base de la consideración de que el experto es el cliente (Anderson y Goolishian, 1992) y del carácter colaborativo, co-creativo (Sparrow, 2006) de la relación terapéutica, el Método Dialógico-Pragmático de terapia con los sueños (MDP) propuesto, se asemeja más a "una «caja de herramientas» bien provista de útiles «prótesis conceptuales»" (Shotter, 2001, p. 266) que a un procedimiento estructurado.

El MDP considera tres referentes principales:

1. **la forma orientacional-relacional de conocimiento** (Shotter, 2009a): con asidero en la responsividad espontánea de nuestros cuerpos vivientes, es la que nos permite acceder al conocimiento que emerge *in situ* —el conocimiento de tercer tipo (Shotter, 1993)—, como producto de la promoción y de la creación de maneras diferentes de guiar nuestra atención a través del diálogo y de relacionarnos con nuestro interlocutor;
2. **la indagación compartida y las preguntas conversacionales** (Anderson, 1997): que se articulan con el referente anterior, debido a que, precisamente, ponen énfasis en el arte de preguntar —rol del terapeuta como «arquitecto del diálogo» (Anderson y Goolishian, 1988, p. 372)—, la mejor herramienta para generar formas diferentes de guiar nuestra atención y de relacionarnos con nuestro interlocutor: una pregunta, generalmente, no sabida de antemano, a la que se accede por el desarrollo mismo de la conversación, como resultado de la capacidad de escucha y el interés genuino del terapeuta en el diálogo;
3. **los pasos para trabajar co-creativamente los sueños** (Sparrow, 2006; Sparrow y Thurston, 2010): denominado Método Cinco Estrellas —basado en la teoría co-creativa del sueño—, fomenta el proceso de interacción entre el sueño y el soñante, al otorgarle a ambos el estatuto de sistema interactivo autónomo y, en particular, al

primero de ellos como indeterminado —el sueño no es un producto acabado, sino a la espera de ser determinado—. Este método se articula en cinco pasos revisados a continuación:

Paso 1: Intercambiar los sentimientos incitados al compartir el sueño:

considerando el trabajo realizado en la década de los setenta por el psiquiatra, psicoanalista y parapsicólogo estadounidense Montague Ullman, el cual incluía grupos, se valoran los sentimientos del soñante en relación con el material onírico, los que proporcionan la entrada inicial a sus respuestas. También se fomenta al terapeuta o facilitador a que exprese los suyos con respecto al mismo material, "como una forma de crear *rapport* y arrojar luz sobre emociones que pudieran estar implícitas en el sueño, pero no del todo percibidas por el soñante" (Sparrow y Thurston, 2010, p. 208);

Paso 2: Formular el proceso narrativo:

terapeuta y cliente trabajan juntos para sintetizar la acción principal del sueño, descartando las declaraciones interpretativas o evaluativas, asegurándose que la versión final refleje la autoría del soñante[9];

Paso 3: Análisis de la respuesta del soñante:

[9] Por ejemplo: en uno de los cursos que dictaba Sparrow, un joven relataba un sueño donde se veía sentado en su escritorio, ansioso por terminar un escrito, cuando siente que su padre comienza a dar golpecitos a la puerta. Él quería abrirle; pero pensaba "Tengo trabajo que terminar" y volteaba. Su padre insistía un momento y después se iba (Sparrow, 2013, p. 49). El soñante con la colaboración del grupo trabajaron conjuntamente para definir la línea de acción esencial del relato y llegaron a la frase: "Alguien se da cuenta de que una persona requiere su atención; pero se rehúsa a darla porque considera otra cosa más importante" […] "Esta descripción libre de contenido revela un patrón subyacente que debiera ser evidente en la vida de vigilia de uno. Al remover todo el contenido, el patrón se vuelve claro para el soñante" (Ibíd., p. 50).

Sparrow señala este paso como el corazón del trabajo, en el cual se busca "ayudar a los soñantes a ver los lugares en los que sus respuestas pueden haber hecho una diferencia" (Ibíd., p. 209):

> Para llevar a cabo este paso, el facilitador y el soñante buscan puntos en el sueño donde el soñante respondió conductual, cognitiva y/o emocionalmente en formas que podrían haber afectado el curso del sueño desde ese punto […] para imaginar lo que el soñante podría haber hecho de distinta manera […] Esta consideración por la diversidad de respuestas al sueño, implica una forma de desafiar viejos patrones de relacionarse con el mundo y, al mismo tiempo, testear competencias emergentes (Ibíd., pp. 209-10);

Paso 4: Análisis del cambio de las imágenes:

aquí se trata de explorar las asociaciones del soñante en relación con el contenido emergente del sueño. Sparrow y Thurston (2010, p. 211) sugieren la introducción de prácticas de enfoques no intrusivos estándar, tales como el dialogar con las imágenes de la Gestalt. Aquí "el facilitador también pide al soñante imaginar cómo se vería la culminación de tal encuentro en futuros sueños o en relaciones de vigilia similares" (Ibíd., p. 212);

Paso 5: Aplicar el trabajo con los sueños:

> el último paso consiste en identificar las áreas en la vida de uno donde las nuevas respuestas podrían precipitar cambios positivos. Si los soñantes pueden ver un paralelismo entre la temática del sueño y alguna situación de vigilia, entonces, el facilitador puede animar a los soñantes a practicar nuevas respuestas, contextualmente apropiadas, que se pueden hacer en esa relación de la vida en vigilia (Ibíd.)

Este método "incluye o acomoda aspectos de enfoques bien conocidos que trabajan con los sueños" (Sparrow, 2013, p. 48), tales como el *Focusing* de E. Gendlin, la psicología analítica de C. Jung o la *Gestalt* de F. Perls. Utiliza un estilo de indagación "circular", congruente con una gran variedad de terapias modernas que se centran en la

relación interpersonal (Sparrow y Thurston, 2010, p. 205): evita preguntas tales como, "¿Qué significa esta imagen?"; en lugar de eso, se recurre a las «preguntas de proceso» —fomentadas en la década de los setenta por el psiquiatra estadounidense y terapeuta sistémico familiar Murray Bowen—, tales como: "¿Cómo respondiste a lo que se presentó?, ¿Cómo podrías haber respondido de manera distinta?, ¿Qué piensas que hubiera sucedido si hubieras respondido de otro modo?" (Sparrow, 2013, p. 46).

El Método Dialógico-Pragmático (ver tabla 2 y anexo 7), para abordar el sueño entendido como un fenómeno complejo de naturaleza responsiva, local, situado, relacional, multidimensional y estructurado sobre un lenguaje particular, enlaza estos tres referentes, ampliando e incluyendo algunos «recursos de intervención» en diferentes momentos del trabajo de acción conjunta con el material onírico:

I. Al inicio del proceso:

1.a) Primero, sobre la base de la *hipótesis de continuidad de los sueños* (Freud, 1900; Hall y Nordby, 1972; Nielsen et al., 2004), se toman en cuenta los eventos de la víspera del sueño o acontecimientos significativos que se hallen próximos en data al momento en que éste tiene lugar. Puede comenzarse indagando con el soñante desde este punto, para ir escuchando y 'haciendo conexiones' (Shotter, 2001) entre las vivencias de la vida en vigilia y el material onírico: primeramente, se solicita a la persona repasar el día anterior: "*¿Cómo fue ese día en que tuvo el sueño?*"; si no distingue nada en particular, se le puede preguntar *"¿notó algo diferente ese día?"*, o *"¿sintió, pensó o realizó algo distinto?"*; enseguida, puede preguntarse en forma más directa: *"¿puede relacionar, de alguna manera, alguna de las vivencias que tuvo durante el día o la semana, con algo experimentado en el sueño?"*. Avanzado el proceso, puede plantearse, también, la pregunta inversa: *"¿Puede relacionar algo de lo vivido en el sueño con algo que esté experimentando actualmente o que haya experimentado en algún momento en su vida?"*. Esta última pregunta coincide en

parte con lo abordado en el segundo paso del Método Cinco Estrellas, donde se establece la acción principal del sueño y se intenta identificar un patrón semejante en vigilia (Sparrow, 2013): en el Método Dialógico-Pragmático, ese *'algo de lo vivido'*, puede implicar un patrón en cualquier dimensión —relacional, emocional o cognitiva—; así como una circunstancia, un contexto, un detalle, objeto o personaje; una repetición o un único evento[10].

1.b) Una segunda alternativa de entrada al trabajo con el sueño —como sugieren Sparrow y Thurston (2010)—, es focalizándose en las sensaciones y los sentimientos que experimenta la persona en el transcurso de la experiencia (Ullman y Zimmerman, 1979), lo que permite "arrojar luz sobre emociones que pudieran estar implícitas en el sueño, pero no del todo percibidas por el soñante" (Sparrow y Thurston, 2010, 208), para lo cual, constituye un recurso atinente que el relato del sueño se realice en "tiempo presente" (Perls, 1974, p. 154): "Esto permite al soñante revivir la experiencia original, sus emociones concomitantes y la conciencia reflexiva, y para el facilitador experimentar el sueño *como si fuera propio*" (Sparrow y Thurston, 2010, pp. 207-8). Pueden considerarse estrategias orientadas en lo afectivo (Vilches, 2005), tales como indagar y expresar afectos o contactarse afectivamente con el otro. Cabe preguntar: *"¿Qué siente?"*. También es relevante el sentimiento o la sensación con que despierta la persona: puede ser un sueño bastante apacible en su contenido explícito o manifiesto y, sin embargo, implicar un despertar angustioso para el soñante, lo que será relevante para la orientación que tome el trabajo con el sujeto y su sueño[11].

1.c) Una tercera opción es solicitar al soñante que identifique en el material onírico aquello que llame más su atención: es muy similar a la solicitud que hace Sparrow a los clientes —en el tercero de sus cinco pasos, "Análisis de la respuesta del

[10] Véase, también, el punto 2.c) de las preguntas durante el proceso.
[11] En este punto, en la medida en que abarca acciones —indagar, expresar, relatar—tendientes a abordar contenidos afectivos, puede referirse, asimismo, como una estrategia de *orientar en lo afectivo* (Vilches, 2005, p. 36)

soñante”— para que en el sueño vean los lugares en los cuales sus respuestas pudieron haber marcado una diferencia en el curso de los acontecimientos (Ibíd., pp. 209-10). En esta tercera alternativa deben incluirse, además, la exploración de los momentos en los que se producen cambios en el sueño, independientes de la conducta del soñante, como un cambio inesperado o discontinuo de escenario, de personajes, de tiempos, de situaciones, etc., lo que se denominarían *puntos de inflexión* del sueño: hitos que marcan cambios en el material onírico. A veces, lo que llama la atención de la persona coincide con ese punto; cuando no es así, el facilitador puede hacer referencia a ese hito y profundizarlo con el soñante, recurriendo, por ejemplo, a las ya indicadas «preguntas de proceso» (Sparrow y Thurston, 2010; Sparrow, 2013)

II. A través del proceso:

Hay algunas preguntas que son pertinentes para el desarrollo y la profundización del trabajo terapéutico:

2.a) “*Si pudiera realizar alguna modificación en el sueño, ¿qué cambiaría?*”: a veces, introducir un cambio en el sueño puede llegar a ser muy significativo para el sujeto, como, por ejemplo, localizar un nuevo punto de inflexión. Este cambio puede implicar suprimir un contenido, variar su curso de acción o añadir nuevos contenidos. A diferencia de las psicoterapias imaginativas u oniroterapias que recurren a las «fantasías guiadas» —como el *ensueño dirigido* del ingeniero y terapeuta francés Robert Desoille, la *imaginería afectiva guiada* del psiquiatra alemán Hans Leuner, la *psicoterapia eidética* del pakistaní Akhter Ahsen, la *psicoterapia de la imaginación* del psicólogo estadounidense Joseph Shorr o la *psicosíntesis* del psiquiatra italiano Roberto Assitgioli—, aquí no se sugiere un tipo específico de situación imaginaria al soñante, sino que es él mismo quien aporta el material que se va explorando en una “indagación compartida” (Anderson, 2012),

hasta llegar a un punto en que le haga sentido. Puede denominarse a ésta, *pregunta de cambio*;

2.b) "*Si pudiera continuar el sueño desde el punto en el cual queda, ¿cómo lo continuaría?*": de igual modo que la pregunta anterior, también puede resultar muy significativo para el soñante el hecho de continuar el sueño a partir de su última imagen, a la manera de un final abierto en espera de desenlace. Es un recurso utilizado también en el método de establecer diálogos dramatizados con las imágenes de la psicoterapeuta inglesa Dina Glouberman (Ruiz et al., 2001) Debido a su referencia hacia un «mirar adelante» o a un tiempo futuro en el escenario onírico, puede denominarse *pregunta prospectiva*.

2.c) "*¿Ha experimentado en la realidad alguna sensación/emoción/situación/lugar/ personaje/objeto como la experimentada en el sueño?*": por supuesto, son muy pertinentes las *preguntas asociativas*[12], para sondear la existencia de vínculos o relaciones entre el contenido onírico y la vigilia. También pueden plantearse así: *"Esa sensación/emoción/situación/lugar/personaje/objeto, ¿le es conocido(a)?, ¿le es familiar?, ¿lo(la) ha visto/oído/sentido/percibido/experimentado antes o recientemente?"*. Cuando el soñante logra establecer conexiones, sino emerge espontáneamente un nuevo entendimiento, puede invitársele a reflexionar sobre aquello que es visto, por ejemplo, resaltando las diferencias entre ambos escenarios: *"¿Qué diferencia(s) nota entre la realidad y el sueño?"*, con el afán de propiciar la emergencia de lo novedoso —lo no visto, lo no pensado— y la construcción de nuevos significados que puedan fomentar la práctica de nuevas respuestas.

[12] De modo más genérico, se puede hablar también de una acción tendiente a la resignificación o construcción de nuevos significados compartidos, mediante la intención de *vincular contenidos* (Vilches, 2005, p. 36)

III. Al salir del proceso

A estas alturas el soñante dispondrá de otra perspectiva y comprensión del material onírico —el que ya no le parecerá tan extraño—, vinculándolo con otros aspectos o dimensiones de su vida.

3.a) En este punto, se invita al soñante a realizar una recapitulación o síntesis de la experiencia, para reforzar la integración de los contenidos. Se repasa brevemente el sueño relacionándolo con los contenidos que emergieron producto de la interacción y que conforman un correlato del material onírico en la realidad.

3.b) Finalmente, el material de la experiencia ya organizado, da pie a la construcción de un sentido, que dé cuenta de un *en respuesta a* qué se configuró ese relato en imágenes, pudiendo traducirlo, por ejemplo, en una ampliación de su entendimiento con respecto al motivo de consulta u otro tema que le competa —incluido los sueños—, o en la experimentación de un insight, en la toma de una decisión u otros aportes.

Tabla 2

El Método Dialógico-Pragmático de trabajo con los sueños

Una «caja de herramientas» bien provista de útiles «prótesis conceptuales»

I. Al inicio del proceso	II. A través del proceso	III. Al salir del proceso
Indagar eventos de la víspera	Preguntas de cambio	Síntesis de la experiencia
Explorar sensaciones/emociones	Pregunta prospectiva	Construcción de sentido
Identificar puntos de inflexión	Vincular contenidos	

5.2.- Tipo de estudio. Justificación.

El presente estudio describe un método de trabajo con los sueños en psicoterapia guiado por los enfoques posmodernos (Shotter, 1993; Anderson, 1997; Sparrow y Thurston, 2010) Esta mirada dialógica-relacional, se encuentra epistemológicamente informado por conceptos del socioconstruccionismo y la hermenéutica práctica como lenguaje, narrativa, relaciones y posibilidades que, en términos generales, informan la comprensión de la experiencia de los consultantes y lo que es real o posible de conocer a través del conocimiento.

En concordancia con la complejidad inherente al fenómeno de estudio y la propuesta metodológica presentada en esta investigación, se considera atinente el paradigma cualitativo interpretativo. Desde este paradigma, la realidad es construida por las personas involucradas en la situación que se estudia; y aunque las versiones de los mundos sean personales, estima que las construcciones no son completamente ajenas, sino que tienen puntos en común. En esta perspectiva, el propósito de la investigación no es descubrir la realidad, sino construir una cada vez más clara y sólida. Se busca minimizar la distancia o separación objetiva entre el investigador y aquéllos a quienes estudia, admitiendo axiológicamente que, aunque se clarifiquen las descripciones y se aporte solidez a las interpretaciones, la recolección de los datos está influenciada por la experiencia e intención del investigador, por lo cual es necesario reportar de manera activa esos juicios y valores que informan el actuar del mismo. Desde aquí se adhiere a un proceso de investigación de características inductivas, que permite la emergencia de relaciones e ideas que puedan ser valiosas para el conocimiento en el área (Stake, 2007).

5.3.- Diseño de estudio de caso.

El estudio de caso es el análisis de un solo ejemplo de una entidad que existe en el mundo social, siendo lo que nos interesa en este espacio la inmersión en aspectos

relevantes de un proceso terapéutico completo. Como lo plantea Yin (2003) el valor distintivo de la aproximación del estudio de caso es que puede ser usado para analizar la interacción compleja de los factores involucrados en un caso único. El interés por la comprensión del caso viene dada por la intención de transmitir “ese algo” propio del caso, esto es, apreciar la unicidad y la complejidad del caso (Guba y Lincoln, 2005; Stake, 2007)

Constituye una mirada hermenéutica interpretativa del proceso mismo, con el objetivo principal de transmitir el sentido o significado de los contenidos que tienen lugar durante el proceso terapéutico, lo que resulta muy pertinente para los fenómenos que son objeto de análisis en el presente estudio.

VI.- CASO CLÍNICO

6.1.- Identificación del consultante

- **Nombre:** SU **Edad:** 49 años
- **Fecha de Nacimiento:** 23 mayo 1966 **Escolaridad:** Enseñanza Media completa
- **Estado civil:** Soltera **Ocupación:** Bailarina y Terapeuta floral
- **Fecha de Ingreso:** 10/12/2014 **Fecha de Egreso:** 24/04/2015
- **N° Sesiones citadas:** 7 **N° Sesiones realizadas:** 7 **Asistencia %:** 100%
- **Etapa del proceso:** Finalizado

6.2.- Antecedentes familiares y dinámica familiar.

SU, vive sola en un departamento arrendado en la ciudad de Valparaíso. Tiene una hija de veinticuatro años, de un matrimonio de cinco años, contraído en 1991, que terminó en nulidad hace veinte años (1996). SU, reconoce que, en esa época, no estaba en sus planes estar casada legalmente; pero que su madre la obligó a contraerlo.

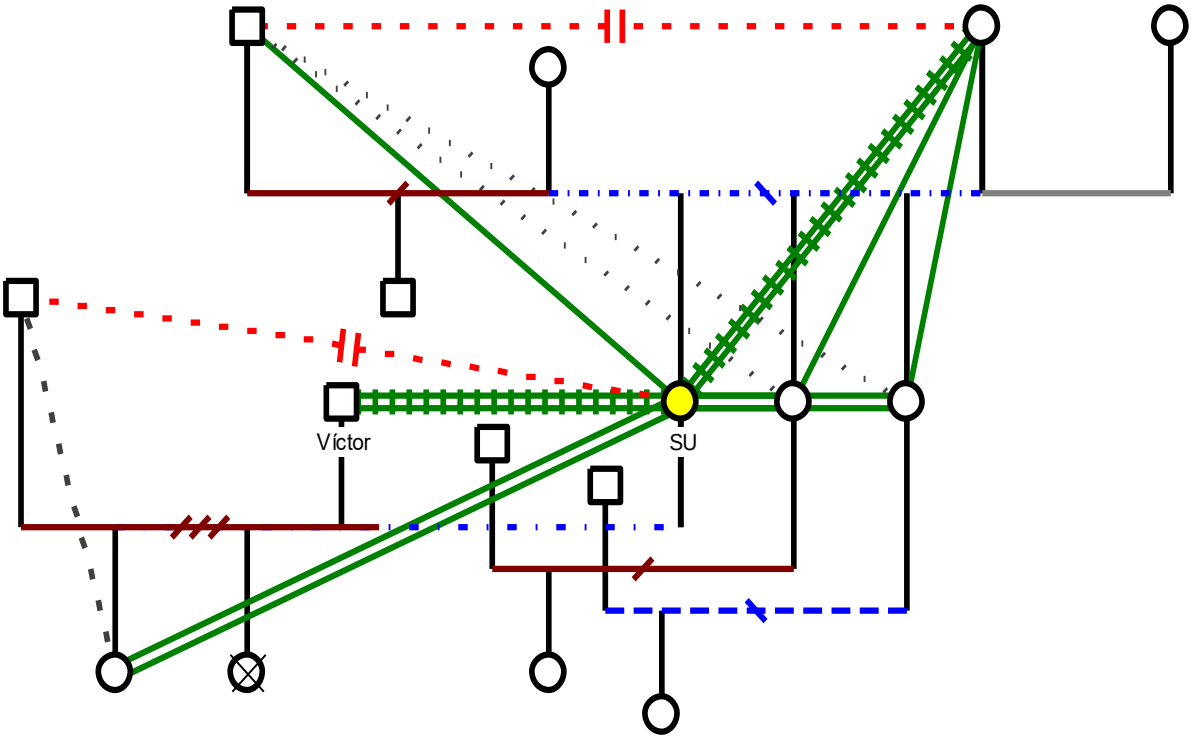
También sufrió la pérdida de un bebé de tres meses por Síndrome de muerte súbita, poco antes de su separación matrimonial.

SU, es hija de un matrimonio de padres separados y la mayor de tres hermanas, todas madres solteras con hijos únicos. Su padre era un hombre casado con un hijo de un año en la época en que conoció a la madre de la consultante, la cual quedó embarazada de ella. Producto de la mediación del abuelo materno de SU, sus padres comenzaron una vida juntos; pero nunca contrajeron matrimonio. Se separaron cuando ella tenía trece años, poco tiempo antes de que el hogar de la familia fuera consumido por un incendio. Por su parte —pese a saber que su padre no se interesaba por la paternidad —, ella es la única de las hijas que mantiene contacto con su progenitor.

Con respecto a la madre, señala que ella tiende a mantener un buen ánimo, que mantiene una relación con ella de bastante aceptación, tranquilidad, afecto, comprensión y sin mayores exigencias.

Cabe destacar que desde hace siete años, tiene una relación informal de pareja.

Tabla 3 – Genograma



6.3.- Motivo de consulta.

SU solicita su atención psicológica porque durante estos dos últimos años ha experimentado sueños vívidos, premonitorios y pesadillas y un aumento en la frecuencia de su recuerdo. Su interés por querer trabajar con sus sueños, es lo que fundamentalmente la hace como una consultante idónea para efectos del presente estudio y me motivó como terapeuta a realizarlo.

El primer contacto lo realiza a través de un correo electrónico, con el asunto "Sueños…", (ver Anexo 6.1, p. 239) recomendada por una conocida en común.

Ahí, precisamente, expone:

> *La verdad es que hace mucho tiempo, más bien durante todo este año, he requerido algún tipo de guía al respecto, pues tengo la certeza que los sueños son los mensajes del Alma, que de alguna forma te da las herramientas para continuar creciendo.*
>
> *Mis sueños son muy vividos, en colores y verdaderamente para mí poderosos.*
>
> *Algunas veces se adelantan, otras me como gatos, otras limpio muchas arañas y me despierto en el transcurso, no gritando… otras veces llorando, otras veces no sé qué hacer pues son como si los estuviera viviendo...en el presente, bueno...*
>
> *Por ello, quisiera saber qué puedo hacer para contactarme con usted y ver de qué forma puedo darles un cauce más significativo a mi vida, más claro ...*
>
> *Llevo varios años asistiendo a terapias grupales, tomando flores y haciendo procesos, por ello el tema de los sueños para mí es un área que quisiera escudriñar*

6.4.- Antecedentes al motivo de consulta.

En la primera consulta, expresa como un motivo de preocupación para ella una relación sentimental insatisfactoria, su posibilidad de llevarla a término y su temor a la soledad. A propósito de este temor a la soledad y del sentido de dependencia de la pareja, despunta una imagen de sí misma minusvalorada y refiere su esfuerzo por lograr aceptación personal.

Cabe, además, destacar que padeció de Bulimia nerviosa por dieciséis años, entre 1990 y 2006.

Señala haber iniciado a principios de año una terapia por *dependencia emocional* con un psicólogo que la trataba con flores de Bach, una vez al mes, a quien dejaría de ver al mismo tiempo que empezaría a trabajar con sus sueños.

Refiere también haber estado participando con anterioridad en terapias grupales.

6.5 Proceso terapéutico.

La primera consulta se llevó a cabo seis días después de haber recibido la comunicación por internet y el proceso comprendió un número de siete sesiones en total, durante un período de cinco meses.

6.5.1- Temas abordados y establecimiento de las metas del tratamiento.

Se consideraron los temas que para la usuaria resultaban relevantes y en concordancia con estos se establecieron las metas del tratamiento:

- **El trabajo con los sueños:**

A la usuaria le llama la atención el aumento de la frecuencia del recuerdo de los sueños que ha experimentado durante los últimos dos años, sintiendo que conforman una "fuente muy grande de información" (S1, 1) [13], que algo le están diciendo; pero no quiere darles una interpretación mística, espiritual (S1, 5). Por consiguiente, el trabajo con los sueños se orienta de manera que inviten a la introspección y al establecimiento de conexiones psicológicas-biográficas; resignificación de aspectos de sí mismo o de patrones relacionales problemáticos y/o la emergencia de aspectos personales y de patrones relacionales competentes novedosos o no observados.

- **Con respecto a su relación de pareja:**

Junto a su preocupación por la tendencia a establecer vínculos dependientes, precisamente, se plantea la posibilidad de término de su relación actual, en la que, pese a sentirse "usada" (S1, 11), no puede ponerle fin. Aquí es importante que asuma a nivel cognitivo su responsabilidad con respecto a estar en pareja.

- **En relación con la imagen de sí:**

Presenta un sentimiento de minusvalía: "como de rechazar una parte de mí. Como que me niego a mí misma" (S1, 68) Es importante apuntar hacia la restauración de su *sentido de agencia*, lo cual implica su capacidad de actuar competentemente, con intención, por uno mismo; capacidad autorreflexiva o autopercepción crítica, autonomía en la toma de decisión, determinación en y asunción de responsabilidad por sus acciones; el significado y el propósito de las metas personales (Bandura, 2001).

[13] Se coloca entre paréntesis el número del turno de palabra correlativo con la transcripción del sueño. Por ejemplo: (S1, 1), significa 'Primera sesión, turno de palabra número 1'.

6.5.2 Registro de la información.

Los principales medios de registro del proceso terapéutico lo constituyeron las grabaciones de audio; las notas de las sesiones y el intercambio de correos electrónicos.

Las sesiones no son estructuradas a priori, se van desarrollando, principalmente, a partir del material que aporta el consultante en cada encuentro.

6.5.3.- Seguimiento.

Se lleva a cabo mediante la correspondencia electrónica y la realización de entrevistas presenciales registradas en audio.

VII.- TRABAJO CON LOS SUEÑOS EN UNA TERAPIA DE ACCIÓN CONJUNTA

P: Paciente SU; T: Terapeuta

La selección del material de análisis se llevó a cabo sobre la base de algunos sueños y contenidos significativos que marcaron hitos en el trabajo terapéutico, especialmente en aquellos distinguidos por la paciente como los más significativos para ella durante la etapa de revisión del proceso que tuvo lugar posteriormente. Se realizó un total de siete sesiones de trabajo terapéutico entre los meses de diciembre de 2014 y abril 2015 y luego siete entrevistas de seguimiento posterapéutico concertadas entre los meses de marzo y mayo de 2016.

A continuación se detalla el trabajo en sesión, el análisis y el seguimiento de tres sueños, en distintos momentos del proceso terapéutico. Se considera también el intercambio de correspondencia vía correo electrónico. Cabe destacar que las letras S, E y C que aparecen entre paréntesis seguidas de una numeración, hacen referencia al número de sesión terapéutica, de entrevista de seguimiento posterapéutico y de correo electrónico, respectivamente. El número que sigue después de la coma, corresponde a un turno de palabra o varios de ellos; por ejemplo: (S5, 11-15), significa ‘quinta sesión, turnos de palabra entre 11 y el 15. Respecto a las convenciones de transcripción, se especifican en el Anexo 3 (p. 124).

A continuación se transcriben los sueños analizados

7.1.- SUEÑO «GATITO GRIS»

En éste el primer sueño, narrado en la entrevista inicial —el 10/12/2014—, podemos identificar entrelazadas las preocupaciones que constituyen el motivo de consulta para ella y, entre ellas, el principal de estos temas que predominará a lo largo de la terapia con los sueños. En esta etapa del proceso se realiza el análisis en concordancia con la propuesta dialógico-pragmática.

> […] *hace una semana atrás, soñé que me comía un gato… un gato gris —era un gatito chiquitito—, y me lo comía hasta el cuello* […] *Y fue así como "¿Qué cosa?"* […] *era como que me lo engullía sin masticarlo y llegaba hasta el cuello, ¡Y me asustaba! Me asustaba y miraba los ojos y como que… "¡No! ¡Hasta aquí!" O sea, era como… era como eso, como la sensación de… "¿Qué es lo que hice?"* […] *lo tomo desde la cabeza, y lo meto por la boca así* ((*levanta la mano derecha por sobre su cabeza, como si cargara al felino, haciendo el gesto de introducirlo en su boca desde los pies*)) *y llego hasta el cuello* […] *Me llama la atención que no lo mastique. Eh, experimento suavidad… como ternura así, como… eh, siento que entra algo suave… como… ni siquiera le tomo el gusto. Como eso. Como suavidad… no tiene un sabor particular y no lo mastico. Eso me llama la atención… Pero tampoco looo expulso. Tampoco como que siento asco después. Sí me asusto cuando veo la- los ojitos, la cabecita, como que digo: "¡Ya! ¡No!". Me mira y yo lo miro, y como que llego hasta ahí.*

7.1.1.- Análisis del sueño «Gatito gris»[14].

El sueño recrea una situación inusual, extrema, en la cual se observa a la soñante cubrir una necesidad básica tomando por alimento a una cría felina. En primera instancia, ateniéndonos a las teorías adaptativas en torno al sueño, podríamos decir que el escenario onírico pone en relieve lo urgente (S1, 5): Si tomamos el sueño como un mecanismo de ensayo virtual (Revonsuo, 2000; Franklin y Zaphur, 2005), situaría a la soñante en un

[14] Se coloca entre paréntesis el número del turno de palabra correlativo con la transcripción del sueño. Por ejemplo: (S1, 5), significa 'Primera sesión, turno de palabra número 5'. Cuando aparezca solo el número entre paréntesis (5), significa que el turno de palabra corresponde a la misma sesión.

contexto de extrema supervivencia, compeliéndola en lo inmediato a hacerse cargo de sus necesidades fundamentales para evitar llegar a una situación como esta, en la que podríamos decir que toca fondo al sentir la necesidad de engullirlo (S1, 26). En este sentido, el sueño empalma con la necesidad de la soñante de sentirse más vinculada con el sistema (5), con la urgencia de mejorar materialmente sus condiciones de vida y reducir esa resistencia a estar en el mundo físico por privilegiar el campo de conocimiento espiritual (S1, 50; C5a).

Pero en el escenario onírico despunta también la preocupación de la soñante por su relación amorosa: tema que predominará a lo largo del proceso. En efecto, ella sitúa el sueño en la víspera de un encuentro con su pareja, con quien mantiene una relación insatisfactoria marcada por la falta de compromiso de éste, denotada a través del felino en ese ir al compás de donde calienta el sol, aludiendo asimismo a la falta de fidelidad (S1, 11) y al daño que causan (20), y, por el lado de ella, a la falta de satisfacción —lo que también estaría implícito en la experiencia de engullir al animal que degusta insípidamente (78)— y al hecho de sentirse usada como objeto. Ella subraya, con respecto a esto, el momento de la detención en el escenario onírico (11). La detención marcaría un punto de inflexión, (22) un corte y un reproche que recaen tanto sobre el acto que tiene lugar en la escena como sobre su vínculo amoroso. Ella misma califica su relación de prejudicial, con el reconocimiento de su propia participación en el problema, lo que la ha llevado a tomar un tratamiento por psicodependencia emocional y a plantearse la posibilidad de poner fin en forma definitiva a la relación, algo que, en todo caso, le es difícil realizar, atribuyéndolo, principalmente, a su sensación de soledad (11). Efectivamente, aunque hay un reconocimiento de la propia participación en el problema, sin embargo, no asume a nivel cognitivo su responsabilidad con respecto a estar en pareja, debido a que ella se sirve de, *usa* esa compañía del otro, de manera relativamente deliberada, con el afán de cubrir el temor a la soledad. Aquí se enlaza otro de los temas de preocupación para ella: la imagen de sí. Algo que, en el sueño, se hace más visible en el mismo momento de detención ante esa mirada del gatito que sirve de espejo para reflejar su propio sufrimiento (83). Pero en la puesta en escena se establece una brecha entre el sufrimiento de la soñante y el

sufrimiento animal con el cual tiende a identificarse: ella que siente un gran apego por ellos, que les compra y les reparte alimento, sin embargo, aquí devora a uno, lo toma de alimento. Es comprensible, considerando que en su circunstancia actual no está en condiciones de poder invertir en ellos, porque tiene que ocuparse de ella, de su subsistencia, así también como de su sufrimiento.

Volviendo al malestar en torno a su relación amorosa —que también implica la imagen de sí[15]—, la soñante también hace referencia a las pesadillas persecutorias que ella misma asocia con Víctor, las cuales indica que se presentan después de estar con él[16]. En la pesadilla, la soñante va *bajando*, intentando sortear una situación nefasta y escapar al control o sometimiento de su captor. Este escenario onírico la conminaría, precisamente, a salir de una situación a la que se expone, que le afecta y que ella misma relaciona con su vínculo amoroso, a partir de lo que experimenta en ambos escenarios (sueño-vigilia), sumado a la coincidencia de los hechos (relación entre sueños y encuentros). El sueño del gatito, por consiguiente, también la orientaría hacia el autocuidado en relación con este vínculo.

En la siguiente sesión, comienza haciendo referencia a su alejamiento de la relación amorosa, otorgándole crédito a nuestra interacción en el resultado de su deliberación (S2, 2). "*No más, ¡Hasta aquí!, como en el sueño del gatito gris".* Al respecto, en esa misma ocasión, realiza una autocrítica al reconocer que ella se maltrataba por medio de esta relación, volviendo sobre el reconocimiento de su participación en el problema, la aceptación de sus propios límites y llevando a cabo esfuerzos por comprender y elaborar una explicación sobre su actitud con respecto al problema, en la cual atribuye responsabilidad a las pautas de interacción adquiridas como resultado de una

[15] "los años pasan y sigo buscando el amor, es tan raro....no puedo dejar de pensar que un dia alguien me vera y se enamorara de mi ,vera eso que soy , que tengo en mi corazon....y me amara" (C5a).

[16] A propósito de éstas, un alcance más técnico para uno de sus detalles, lo de ir hacia abajo: George Lakoff y Mark Johnson (2001) —lingüista y filósofo estadounidenses, respectivamente—, en el estudio que realizaron sobre las metáforas como parte de la vida cotidiana, distinguen las *metáforas orientacionales*, las cuales sobre la base de nuestra experiencia física y cultural, otorgan a un concepto una orientación espacial: por ejemplo, LO BUENO ES ARRIBA; LO MALO ES ABAJO, "Las cosas están en el punto más bajo. Hace trabajo de alta calidad" (p. 53. Versalitas en el original). Otro ejemplo: TENER CONTROL O FUERZA ES ARRIBA; ESTAR SUJETO A CONTROL O FUERZA ES ABAJO, "Es superior a mí en fuerza. Está bajo mi control" (Ibíd., p. 52).

programación familiar, influida por los discursos socio-culturales, que la han llevado a relacionarse intrapersonalmente de esa manera *autodestructiva*, en la medida en que supedita su autovaloración a altas cuotas de *sacrificio*, *sobreesfuerzo*, sumado al hecho de tener que *soportar a los hombres* a cualquier costo.

Doce días más tarde, en un correo electrónico (C4), afirmará haber terminado definitivamente su relación, sin sentimiento de culpa y con sosiego.

En la cuarta sesión, paralelamente a la aparición de sentimientos de competencia con respecto a la imagen de sí misma, relativo al tema de la identificación de su sufrimiento con el de los animales, no sin malestar, descubría un nuevo aspecto de sí misma mientras reflexionaba sobre un nuevo alcance acerca de la génesis de su actitud en relación con el problema de estar en pareja, haciéndose más evidente el lazo entre la problemática relacional y la imagen de sí (S4, 6, 8). La nueva explicación en relación con su actitud hacia el problema recaía en forma más directa sobre su propia persona, profundizando en la misma línea en torno al reconocimiento y al hacerse cargo de su propia participación en el problema. Este *miedo al abandono* es atinente con el *temor a la soledad* (S1, 11). Hay que considerar el abandono del hogar que experimentó la familia de parte del padre y, en el caso particular de SU, el hecho de haberse sentido no deseada por él (S3, 11). Sobre la base de estas vivencias puede inferirse la toma de asidero y la significancia de sus empeños por encontrar un buen maestro —un 'padre' espiritual—, así como también un lugar en el deseo de un hombre.

7.1.2.- Síntesis.

Podríamos afirmar que el sueño compele a la soñante a atender sus necesidades, a través de una puesta en escena lo suficientemente perturbadora para ponerla en movimiento. En efecto, es después de tener este sueño en la víspera de un nuevo encuentro con su pareja (S1, 11) que ella solicita atención (C1). Aquí podemos hacer referencia a los

efectos pragmáticos del sueño en la conducta, en la medida en que es objeto de comunicación (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1985): algo que se ve reforzado después de la primera sesión con el acto de ella de poner término a su relación amorosa —su principal preocupación a lo largo de la terapia—, iniciativa para la cual también tuvo presente lo tratado en el espacio terapéutico (S2, 2). Asimismo, podríamos referir al sueño como un acto de habla realizativo-perlocucionario: "los que producimos o logramos *porque* decimos algo" (Austin, 1982, p. 153. Cursivas en el original). Cuando relatamos algo, ya sea en forma oral o escrita, formulamos en palabras aquello que queremos trasmitir —trátese de una idea[17] o una imagen— y que puede influir en el pensamiento, la emoción y/o la conducta del interlocutor; así también cuando estamos ante un relato imaginamos la escena y, de igual modo que nuestro interlocutor, nos encontramos expuestos al influjo de esas representaciones. Ahora, no es rígidamente necesario hallarnos físicamente ante un tercero: a veces, puede ser suficiente con nuestra imaginación o reflexión. Y eso es extensible también al sueño, como producto de nuestra cognición. El fenómeno onírico se manifiesta predominantemente en imágenes, conforma una narración montada en imágenes. Por consiguiente, como un relato, un decir —un acto de habla—, de igual manera, el sueño puede implicar consecuencias directas o indirectas sobre el pensar, el sentir y el actuar, connotando fundamentalmente —y en concordancia con este estudio— su naturaleza responsiva y compleja. En este caso, el sueño tiene lugar *en respuesta a* las necesidades de la soñante, lo que además permite apreciar su carácter multidimensional y relacional: mejorar sus ingresos, su autoestima —dimensión intrapersonal— y resolver su vínculo amoroso —dimensión interpersonal. Cabe destacar la congruencia entre el sueño y la observación que hace ella hacia el final de la sesión con respecto al hecho de ocuparse más de sí misma (S1, 115). En esta afirmación, logra asumir cierta responsabilidad en relación con su actuar, cuestionándose formas de entendimiento, comportamientos y emociones habituales, denotando capacidad de poder agenciarse en búsqueda de soluciones. De hecho, por ejemplo, con respecto a la imagen de sí misma,

[17] De hecho, etimológicamente deriva del griego *êidon*, 'yo vi' (Corominas, 1987, p. 330)

dos sesiones más tarde declara *superada* su identificación con los animales y con el sufrimiento de éstos (S4, 6, 8).

En resumen, el escenario onírico recrea una situación inusual, extrema, en la cual se observa a la soñante cubrir una necesidad con un objeto que no es el más adecuado. Es un acto que lleva a cabo, en principio, de forma natural, hasta que llega a un punto en que le produce un impacto que le hace espejo: no está bien lo que le hace a ese animalito, como tampoco lo está para ella el hecho de hallarse en esas condiciones; se apela a la urgencia de mejorar su situación, lo que también evitaría que el gatito llegue a sufrir ese crudo destino en sus manos. Así, el fenómeno onírico orienta a la soñante hacia el cuidado de sí. En un primer momento ella vincula al gatito con su pareja y luego, a partir de la mirada del felino, también con ella misma y su propio sufrimiento: ella se está engullendo a través de su relación amorosa, en la que el otro también se enreda. La condición de precariedad que figura el escenario onírico envuelve sus necesidades materiales, afectivas y la relación con ella misma, conminándola a brindarles la atención requerida.

Más adelante, las entrevistas de seguimiento permiten reafirmar los puntos tratados durante la psicoterapia con los sueños, complementar información y observar cambios en la soñante, quien le otorga crédito al proceso vivido.

7.2.- SUEÑO «HABITACIÓN VACÍA»

Este sueño fue narrado en la quinta sesión. Su trama gira en torno al tema de la relación de pareja. Es uno de los que SU ha tenido más presente, posteriormente a su experiencia terapéutica.

> *"hace varios días atrás —cuatro o cinco días—, tuve un sueño donde yo bajaba- siempre sueño con la casa que fue nuestra —que se quemó, la primera casa—, que siempre, eh, está en mi inconsciente presente como el templo de mí, como el templo físico en este plano, digamos* […] *entré a esa casa, a ese piso, que era el piso de abajo, era como —entre comillas— un subterráneo, y no había nadie. Y estabaaa —entre comillas— vacío* […] *entonces, me acuerdo que entré buscando a mi ex ahí, y abrí la puerta y estaba- no estaba él… Yyyy pero si estaban su- sus tra- tiene unos shorts que usa como traje de baño; estaba la cama como abierta, como si se hubiese levantado y hubiese- hubiese partido a algún lugar y estaba el libro de Yogananda — el Autobiografía de un Yogui. Y fue súper extraño, porque yo abrí el libro, o estaba abi- no, más bien, estaba abierto… y estaba adentro la foto de una mujer que es una amiga de él —no sé si es amiga con ventaja o no, no tengo idea—* […] *La cuestión es que la imagen de este ser estaba ahí en el sueño* […] *La foto en que ella estaba así de guata y en puros calzones, y la foto que él le había sacado* […] *yo no entiendo por qué aparece ella ahí y en el libro de Yogananda, o sea, qué relación veo yo en eso, por qué aparece ahí, no entiendo*"

7.2.1.- Análisis del sueño «Habitación vacía».

Este sueño es destacado por la soñante como uno de los que tuvo y mantuvo más presente como producto de la experiencia terapéutica (E1, 16, 18). Trata sobre una de las principales problemáticas para ella: La relación de pareja. Tiene lugar en un escenario muy significativo para ella, al que considera su templo físico en este plano (S5, 12; E8, 2), un lugar que era como un *subterráneo* y que ella sitúa —podría decirse, muy

pertinentemente— en su inconsciente (S5, 12, 18)[18]. Lo tuvo un fin de semana —hace cuatro o cinco días (S5, 12) — coincidentemente con los días que Víctor pasó con su amiga, la mujer de la foto en top-less, por la cual SU y él peleaban mucho. Dos meses antes había terminado su relación (C4); en efecto, ella señala que hasta hace dos semanas atrás —que *reventó en rabia* por las fotos publicadas en Facebook—, no había sabido nada de él (S5, 22). Podemos observar que el sueño se ha construido sobre la base de vivencias acaecidas durante las últimas semanas, lo que el psicólogo canadiense Tore Nielsen junto a otros colegas, denominan "efecto sueño desfasado" (2004, p. 327). En el escenario onírico podemos reconocer, entonces, un precedente en la visita que la soñante realizó un domingo al domicilio de su ex pareja (S5, 22): aquí se repite la entrada a la habitación de la soñante con la expectativa de encontrarlo y el hecho de hallar la cama abierta, a lo que se suman el traje de baño de él, el libro abierto de Paramahansa Yogananda y la foto de la mujer —la cual, asimismo, conforma otro antecedente visto en la realidad hace dos semanas. Estos dos últimos elementos —el libro y la imagen— son los que más llaman su atención, debido a la sensación de extrañeza y al desconcierto que le provocan[19] (22). Aquí, identificamos en el sueño un punto de inflexión: ella reconoce en el yogui hinduista un maestro, alguien muy significativo para ella (S1, 12; E8, 4) y, en un momento —como indica más arriba—, Víctor demostró cierto interés por sus lecciones[20]; sin embargo, podríamos decir que la puesta en escena del sueño expone, precisamente, diferencias de intereses. En la interpretación que ella hace, denota un cuestionamiento de sus formas de entendimiento, comportamientos y emociones habituales relacionado con su sentir por él (S5, 24): ahí, en ese lugar muy especial para ella —su templo—, que la representa (E8, 2), con aquellas lecciones que son muy significativas para ella, ahí, donde ella desearía que él estuviera, compartiendo los mismos

[18] Lakoff y Johnson (2001) observan que lo «inconsciente» se ocupa metafóricamente con el sentido de 'abajo', en contraposición con el concepto de «consciente» que se usa con el significado de 'arriba'.
[19] El hecho de que los pacientes tengan una pobre idea acerca de su sueño al inicio de la sesión, como resaltan Hill y Knox (2010), no es un impedimento para que puedan verse beneficiados de la experiencia de trabajar con su sueño.
[20] "Cuando lo conocí […] también me acompañó a recibir el Kriya Yoga" (S4, 47) En esa ocasión, él habría solicitado las lecciones.

intereses, ahí, *está vacío: no está* (S5, 28). En ese sentido, el lugar resulta ser también bastante ad hoc, debido a que ahí, precisamente, solía no haber nadie y tendía a mantenerse vacío (18). Los elementos de la escena no dan cuenta de alguien que está para arraigar ahí, sino, más bien, figuran a alguien que está de paso o que pasó por ahí. La fotografía ubicada sobre el libro, así como el traje de baño, ponen en relieve la disimetría de deseos e intereses (E8, 5-6): ella tratando de transmitirle un amor de tipo *espiritual*, en la medida en que lo distingue de lo sexual; pero él *no está en eso, huye* (S5, 36).

7.2.2.- Síntesis.

En el período del sueño, ya había pasado un tiempo desde que ella había puesto fin a su relación; sin embargo, ella todavía seguía teniendo pensamientos relacionados con él, lo que la incomodaba. Podemos atribuir al sueño la función de aumentar y reforzar ese corte, esa brecha entre ella y él. La puesta en escena integra vivencias de la soñante con elementos puntuales que poseen significado para ella. En efecto, partiendo desde la misma estancia que para ella tiene el valor de un templo, que representa también su mundo interno y que, en la realidad, se caracterizaba por ser un lugar que no se habitaba: estas son acepciones que tienen asidero en su subjetividad. Así, por ejemplo, esta apreciación de ella con respecto a que este era un lugar que, en la realidad, *estaba, entre comillas, vacío*, en lo concreto, no varía en el sueño y ella misma lo afirma. Y, en relación con los objetos que figuran ahí, podemos decir que conforman el 'entre comillas' que, como se contempla a partir del análisis, cumplen más que una función estética. En este sentido, podemos observar que el lenguaje del sueño no es ajeno al campo de subjetividad del soñante y que, como se menciona en la síntesis del sueño anterior, conforma un relato montado en imágenes. Entonces, que sea ese espacio en particular, connota el *vacío*: ahí, en definitiva, lo que busca, lo que desea, *no está*. De igual modo, la superposición de la fotografía sobre el libro abierto, como una metáfora, representa el *desplazamiento* que ella experimentaba en la realidad, de parte de él, con respecto a la otra mujer. Y el libro, así como la efigie

del maestro, con todo lo significativo que son para su vida, sin embargo, en el otro, ese lugar lo ocupa la fotografía: Salir, disfrutar, pasar el tiempo; pero con la mujer de la imagen. El escenario onírico, por consiguiente, la orientaría en dirección del desapego, acentuando las diferencias en relación con los intereses, el afecto y el grado de compromiso entre ellos, y fortaleciendo la capacidad para aceptarlas. Hacia el final de la sesión, de todos modos, ella manifiesta su necesidad de cambio (104).

7.3.- SUEÑO «ACCIDENTE DE BUS»

Este sueño fue narrado en la penúltima sesión (sexta). Es otro de los sueños que SU ha tenido más presente, posteriormente a su experiencia terapéutica. Su trama gira en torno al cuestionamiento de creencias ideológicas y afectivas.

> *soñaba que yo miraba hacia un- hacia mi lado derecho y venía un bus… un bus con harta gente arriba* [*Es un bus como de estos Pullman*]. *Y acá había un edificio, y- y el edificio tenía como cuatro o cinco pisos* [*es un edificio color… así como el que usan los monjes tibetanos, color conchevino*] *Y el bus era como que iba no más, iba y yo decía: "¡Va a chocar, va a chocar!", y- y entraba en el edificio, y rompía todas las estructuras del edificio, y el bus como que empezaba a darse vue- a caer en el cerro, y yo no quería mirar, porque yo sabía quee- que la gente iba- estaba mal herida y todo —porque venía con harta gente—, y yo decía: "¡No! ¡Voy a salir! Yo me voy a ir, ¡No quiero ver, no quiero ver!" Y empezaba a subir el cerro… como huyendo de esa tragedia* […] *Me llama la atención subir el cerro y arrancar del bus. Porque me pude haber quedado quizás ahí mirando, ooo esperando… en que, no sé —pienso yo—, ayudar, no sé; pero salí arrancando, no quiero ver… Y empecé a subir el cerro.*

7.3.1.- Análisis del sueño «Accidente de bus».

Junto con el anterior, la usuaria también refirió a éste como uno de los sueños de su proceso terapéutico que más ha tenido presente a lo largo del tiempo (E1, 16). Considerándose siempre la interpretación de la soñante, ella hace hincapié en tres puntos: el desmoronamiento de algunas creencias en relación con el concepto de espiritualidad, las doctrinas y los guías espirituales (S6, 45), el hecho de sentir que tiene que seguir con su vida hacia adelante, dejar atrás el sufrimiento —particularmente, con el tema de la relación de pareja— e incluso refiere un sentido anticipatorio al sueño (171). El día que siguió al sueño, ella se expuso de manera más o menos deliberada a los avances amorosos de Daniel —el guía espiritual— y, entonces, decidió dejar de verlo (18, 20). Y a partir de ahí, afirma experimentar un *renacimiento*, manifestando una emoción nueva (21). El

fenómeno onírico coincide con cambios en el campo de subjetividad de la soñante y su entorno: la caída de algunas creencias y la resolución de un affaire. Sigue manteniendo protagonismo la relación de pareja, aunque, en esta ocasión, varía su estilo de afrontamiento. Ambos tópicos, de todas maneras ―búsqueda amorosa y búsqueda espiritual―, se entrelazan. El *desmoronamiento de creencias* se vislumbra en relación con el hecho de seguir a otros ―aquí se deja entrever el tema de la *dependencia*―, tanto en términos *espirituales* como afectivos. Ya en la primera sesión, SU, planteaba su inquietud al respecto, cuando refiere sentir una *maestra interior* que no asume, debido a que teme que eso se traduzca en una forma de vida solitaria (S1, 60, 62) Se desprende de aquí el establecimiento de una relación entre los pares binarios maestra/discípula y soledad/apoyo: así, asumir su vida, una maestría, un cierto dominio, implicaría soledad; por otro lado, se aseguraría cierto apoyo en la medida en que se halla en la posición de seguir a otro, de seguir una doctrina, un guía espiritual o una pareja. Su interrogación en torno a la *espiritualidad* pone en tela de juicio esta tendencia hacia la búsqueda ― 'dependencia' también sería un sustantivo atinente― de un maestro, lo que ella significa como un *renacer* (S6, 21) que asimismo implica un descubrimiento de nuevos aspectos de sí misma (45). Afirma no adscribir a ninguna persona o ideología en particular, con una actitud de apertura hacia el conocimiento en general, sin juzgar o superponer unas alternativas por sobre otras, planteándose desde una posición diferente. Puede decirse que va asumiendo *esa maestra que está en su interior* (S1, 60).

En el escenario onírico, un *bus interregional* impacta contra un edificio de color conchevino: en concordancia con las asociaciones de la soñante, el bus representa sus viajes a la capital para visitar al hombre que conoció motivada por sus intereses espirituales y con quien entabló un vínculo amoroso determinado, bajo los términos impuestos por él. Este hombre y lo que representa, se erige en la estructura de concreto: él vive en un «edificio», tiene un mantel puesto en su mesa de «color conchevino» (S6, 168), similar al color que luce la edificación en el sueño y al color de los hábitos de los monjes tibetanos (51), y él es, precisamente, un guía espiritual, practicante de una doctrina oriental. La relación entre el edificio y el hombre es atinente con la subjetividad de la

soñante, la cual, por su parte, sostiene en otro momento una identificación similar con su primera vivienda familiar (S5, 12, 24; E8, 2)[21]. El detalle que permite afianzar la vinculación de estos contenidos, también constituye un factor significativo en el campo de subjetividad de la consultante ―un color favorito (E1, 113)―, lo cual facilitó lo que la psicóloga estadounidense Arlene Katz junto a John Shotter (1996) refieren en la práctica clínica como un *momento llamativo* o *poético*: un instante *dentro* de la conversación que, a partir de elementos no verbales de comunicación que son puestos en relieve, nos ofrece una coyuntura muy especial para conocer el mundo del paciente. La colisión del bus, por consiguiente, pondría en juego un impacto sobre las creencias y la disposición de la soñante hacia las figuras masculinas, tanto en calidad de parejas como en calidad de guías o maestros espirituales. En este sentido, el impacto sobre la persona de Daniel es doble: esa incredulidad que expresa (160), recae sobre ambos roles y la posibilidad de conocerlo en una faceta más personal (45), diríamos que, en el escenario onírico, toma la forma de esta coyuntura donde ella no aparece ocupando un asiento, sino que está en la posición de observar cómo el bus colisiona contra esa edificación y contar con la posibilidad de *no quedarse en el dolor ni en la pena, sino que seguir hacia arriba* (171). Esta interpretación de ella es muy pertinente. Dos meses antes ella había hablado sobre esta relación, sobre las dudas que tenía al respecto y cómo le afectaba el hecho de no poder consumarla (S4, 8). Por contrapartida, en relación con el sueño, ella señalaba que llamaba su atención la acción de subir el cerro (130). Es un momento del sueño donde podemos situar un punto de inflexión, debido a que ―según afirmaba ella― pudo haberse quedado ahí en cierto estado de fascinación, impresionada mirando el accidente o haber ayudado a los heridos; sin embargo, arranca del lugar, subiendo un cerro[22]: *arrancar del bus*, entonces, es

[21] Cabe señalar que el hecho de tratar a los lugares como personas, ya lo había observado Freud en su época (2012, 326).

[22] Lakoff y Johnson (2001) entre las metáforas orientacionales, distinguen FELIZ ES ARRIBA; TRISTE ES ABAJO: "una postura inclinada acompañada característicamente a la tristeza y la depresión, una postura erguida acompaña a un estado emocional positivo" (p. 51) Asimismo, SALUD Y VIDA SON ARRIBA; ENFERMEDAD Y MUERTE SON ABAJO (Ibíd.): las enfermedades graves nos obligan a yacer físicamente, la recuperación nos brinda el alta. Esto refuerza lo que experimenta la soñante al subir el cerro: "me siento aliviada" (S6, 158), en contraposición con el bus "que empezaba a darse vuel- a caer en el cerro" (8).

arrancar del *dolor*, la *pena* —TRISTE ES ABAJO, siguiendo a Lakoff y Johnson—, la desilusión que experimenta en torno a la figura de Daniel, tanto en el rol de pareja como en el de seguidora. Salir de ahí es resguardarse: puede equipararse, en cierta medida, con la distancia afectiva que señalaba ella cuando afirmaba no involucrarse emocionalmente en nada (162), en relación con él. Teniéndose presente su relación anterior, ella aquí era capaz de afrontar esta situación de otra manera. De hecho, ella hace un parangón entre Víctor y Daniel al indicar que *desea ser amada a la luz* y *no en la oscuridad* (20). En efecto, en la sesión anterior a esta, hacia el final de ese encuentro, al hablar de Daniel, ella indicaba que él, sobre la base del compromiso con sus seguidores (S5, 92), asumía con ella una actitud similar a la que adoptaba su ex con ella cuando se trataba de compartir con la familia de él (44, 45). Entonces, lo que marca una diferencia en el caso de Daniel, es que ella afronta sus circunstancias de un modo diferente, procurando llegar a una resolución de forma más determinante y temprana: más afirmada, más empoderada en sí misma.

Aquí también tiene lugar la revisión del contenido onírico en términos bajtianos:

> La vida que aparece en un sueño suele establecer una perspectiva con respecto a la normal [*ella es espectadora de un accidente inusual*], obliga a entenderla y apreciarla de una manera novedosa (a la luz de una posibilidad diferente) [*ella, en vez de asistir a los afectados, huye*]. El hombre en el sueño llega a ser otro, descubre en sí nuevas posibilidades (peores o mejores) [*a SU, esta determinación no le causa remordimiento y le permite experimentar alivio*], se pone a prueba y se verifica por medio del sueño [*no está mal alejarse del sufrimiento*]. A veces el sueño se estructura directamente como la coronación-destronamiento del hombre y de la vida [*se desmoronan algunas creencias que le permiten sentir a ella que nace de nuevo*] (Bajtín, 2012, p. 283)

A propósito de la atmósfera pesadillesca que reviste al sueño, Bajtín también hace hincapié en que los *sueños de crisis*, los que, precisamente, "conducen al hombre a una resurrección y renovación" (Ibíd., pp. 283-4): sería ese *nacer de nuevo* (S6, 45) al que

hace referencia la soñante que, a la manera de un acto creativo, no pasa sin romper un montón de cosas que son de su incumbencia (69). Esta asimilación, este cruce entre el fenómeno onírico y la composición literaria, permite, asimismo, apreciar su naturaleza respondiente, la cual —siguiendo a Bajtín (1989)— conmina a comprenderla responsivamente, captarla en su *sentido actual*, en el *fondo aperceptivo* del entendimiento del hablante hacia el que se orienta todo enunciado, que complica el camino de toda palabra hacia su objeto, en la medida en que está lleno de respuestas y objeciones, y que el filósofo ruso señala, precisamente, como la única forma de comprensión que tiene en cuenta al hablante: una *comprensión activa* que "establece una serie de interrelaciones complejas, de consonancias y disonancias, con lo que es entendido; lo enriquece con nuevos elementos" (p. 99).

7.3.2.- Síntesis.

Podemos sostener que el sueño —siempre en concordancia con su naturaleza responsiva, multidimensional, relacional y su particular lenguaje—, es pertinente y regular en el sentido de orientar a la soñante hacia el cuidado de sí misma, de procurar salvaguardarse de aquellas circunstancias que acarrean malestar para su vida —la conducta de alejamiento de la zona de impacto del edificio que le permite experimentar alivio y que llama su atención, equiparable con la *distancia* que tendía a mantener con Daniel cuando estaban en el departamento—, emplazándola, específicamente, en relación con sus creencias en torno a la noción de espiritualidad, la búsqueda de guías espirituales, las relaciones amorosas y la confianza en sí misma: temáticas que van entrelazándose. Y, consecuentemente con esto, en los días que siguieron al sueño, ella despliega una confianza suficiente para autoevaluarse *in situ* de su affaire —precisamente, con un guía espiritual— y tomar una determinación al respecto. Ya no está dispuesta a establecer una relación bajo términos unilaterales, que condicionen su satisfacción y su bienestar, aunque eso implique permanecer tiempo en soledad. Va descubriendo nuevos aspectos de sí

misma —lo cual experimenta como un *renacer*—, asumiendo responsabilidades en el hecho de tomar distancia de los problemas —alejándose de aquellos factores que le causan sufrimiento y tristeza— y haciéndose cargo de ella misma, denotando mayor confianza personal y autonomía emocional (lo que también actualiza la imagen de sí).

7.4.- Entrevistas de seguimiento posterapéutico.

Posterior a la terapia tanto por el interés de la consultante como del terapeuta e investigador se realizaron siete entrevistas con SU, con el fin de revisar su proceso posterapéutico, poniéndose especial énfasis en la temática de los sueños. También hubo intercambio de correos electrónicos y un breve coloquio en grabación de audio desde un dispositivo móvil (E8). A continuación se expone los análisis, elementos y conclusiones más relevantes en relación con los sueños que conforman este estudio, extraídos de estas conversaciones.

En la primera entrevista (E1), sobre lo que significó para ella la terapia con los sueños, señala que coincidió con un momento *muy relevante*, uno de los dos períodos de su vida en los cuales se ha sentido más mal y que, además, coincidió con el período en que "más revolución hubo en el tema onírico en mi vida […] un tsunami de… dee momentos oníricos que venían y venían y venían", destacando también el aporte de esta experiencia para ella: "en ese momento fueee ¡muy útil!, el- en el tema de la comprensión de lo que estaba sucediendo conmigo" (3)

También señala los sueños que tiene más presente, los cuales conforman parte de este estudio: "me acuerdo de la sesión del… del bus que chocó… del color…. eh, me acuerdo deee… y me acuerdo de mi ex, cuando yo te decía que veía […] los traje de baños, que en ese tiempo él andaba con esta amiga" (16, 18)

7.4.1.- Seguimiento acerca del sueño «Gatito gris»

En el análisis del sueño del gatito gris se observaba cómo éste responde a las necesidades fundamentales de la soñante, como, por ejemplo, la necesidad de verse más vinculada al sistema y de sentir menos resistencia a estar en el mundo físico (S1, 5, 50). Sin embargo, durante la entrevista de seguimiento comenta que está ejerciendo como Directora de una Asociación Gremial emergente de la Quinta Región (E1, 119) y también refiere su participación en el movimiento social que organizó las Primeras Primarias Ciudadanas en Valparaíso (4)[23]. Relacionado con esta misma dimensión ―material―, a partir de la puesta en escena del sueño, al indagarse sobre cómo ella podría llegar a sentir la necesidad de engullir al felino, SU, reafirma esta dimensión del sueño, la más manifiesta, relacionada con lo contingente: sufría carencias materiales y la urgencia por cubrirlas. Reconoce que el contenido onírico recreaba una *situación extrema*, lo suficientemente perturbadora para captar su atención e inquietarla; es decir, para que se pusiera en movimiento, se ocupara de sí y atendiera sus necesidades. En efecto, como ella señala, quería salir de esa situación (71), donde, además, figuraban otras dos dimensiones que conectan más íntimamente con su biografía y sus experiencias emocionales, y que está presente en su declaración: en ese período se había separado recién de Víctor ―dimensión interpersonal, la cual predominó a lo largo del proceso terapéutico― y se sentía muy sola ―dimensión intrapersonal―.

En su testimonio, también, despunta el factor *violencia* que recae sobre el acto que ella cometía con el animalito en el escenario onírico (63) y en el ambiente en el cual vivía (71). Y ella que era alguien que se reflejaba en *el sufrimiento de los animales* (S1, 83), en ese sentido, se refuerza el papel del gatito como un alter ego que la confrontaba consigo misma. En el período de atención, ella reconocía su participación en los problemas, particularmente, cuando afirmaba que se *maltrataba* por medio de su relación (S1, 11; S2, 76). En efecto, de igual modo, asociaba al animalito con su ex, a partir de algunos rasgos

[23] Efectivamente, las primarias se realizaron el domingo 03 de julio de ese año y el candidato elegido en esta instancia, más tarde, saldría electo alcalde por la comuna de Valparaíso.

y por la coincidencia de un hecho (tuvo el sueño antes de un encuentro con él), así como también relacionaba al "gatito" con ella misma a partir de la mirada (S1, 11, 81). A propósito de rasgos, un atributo que en esta primera entrevista de seguimiento se repasa y que en su oportunidad había llamado su atención (S1, 34), tiene relación con el color del gatito (E1, 113). Lo indefinido del color, como es referido por ella ―*no es ni blanco ni negro*―, apuntala la comparación que había hecho entre el animalito y la ex pareja: (S1, 11) Asimismo, responde a los sentimientos ambivalentes que experimentaba tanto por él como por ella misma (ocuparme de mí o maltratarme), donde también está implícita la imagen de sí[24]. Por supuesto, el punto de inflexión en el sueño que marca la detención de su acto, junto al impacto que produce, la orientaban en la dirección de ocuparse de sí. Antes de eso puede afirmarse que la puesta en escena la presentaba homogenizada con su entorno: su acto lo realiza hasta cierto punto ―el momento de la detención― tan naturalizadamente, como parecía estarlo todo acto de violencia contra el animal en el medio donde vivía.

Con respecto a la relación amorosa, SU, comenta que después del término que tuvo durante el proceso terapéutico (C4), hubo otros reencuentros y desencuentros con él, pero que ella iba experimentando en cada nuevo encuentro una mayor *distancia afectiva y emocional* ―o desapego―, junto con una sensación de *más libertad*. Reconoce que, en un principio, buscó en él *aceptación* y un *cobijo*, y que ella cometía una falta, que también *manipulaba* y ejercía un control ―entre comillas― inconsciente: una dinámica dañina que fomentaba la dependencia y que la conminaba a tomar una determinación, por su propio bienestar (E1, 22). Este *jueguito de manipulación* aparecía como un punto ciego en ella al principio de la terapia, en la medida en que no asumía su responsabilidad a nivel cognitivo respecto de ese estar en pareja, donde ella, también, *usaba* al otro ―usaba y era usada―. Paralelamente al descubrimiento de esta dinámica relacional, también va cambiando su mirada en relación con Víctor, descubriendo que *no es la pinturita que puso sobre él*, que *no es lo que quiere* (22). Con este cambio relativo a la imagen del otro,

[24] "yo, en ese momento, seguía con una actitud ehm… de una autoestima muy baja, de una sensación de no valer, eh, de poquita cosa, de pobrecita, todos esos conceptos los tenía como muy enfrascados" (E1, 12).

cambiaba, de igual modo, su deseo: algo que, precisamente, se entreveía en la disminución de su deseo sexual (S1, 11). Se produce, entonces, una transformación de valoraciones y emociones en relación con él. El develamiento de estos dos factores —dinámica relacional e imagen del otro— paulatinamente fomentaron su alejamiento definitivo de él. También realiza una crítica sobre la influencia de la cultura en la inculcación de cierto ethos en el género femenino que promovería el estilo de dinámicas relacionales —manipulativo-dependientes— como en el que ella se veía involucrada y que sesgaba su visión de los hechos[25]: "te das cuenta que… o eres tú o es lo que te enseñaron. Y ahí hay que tomar una determinación" (E1, 24, 28, 30). En la actualidad, señala mantener contacto con Víctor —por insistencia de parte de él—, pero nada de carácter íntimo (32). Incluso, comenta que él la invitó a vivir a su casa —Víctor vive en Viña del Mar—, pero ella ha preferido gestionar un lugar de residencia por su propia cuenta, *a como diera lugar*, antes que aceptar la propuesta, signando su decisión como muy significativa (36). Realiza una reconceptualización del problema, una autocrítica y se hizo cargo de esta dinámica en la cual ella también tomaba partido haciendo *uso* del otro para cubrir su temor a la soledad: un temor que ha podido franquear (34).

En la segunda entrevista de seguimiento (E2), profundiza un poco más sobre este tema, buscando ampliar su entendimiento, SU, establece nuevas conexiones entre aspectos propios, elementos biográficos y del entorno, denotando el atractivo que también tenía para ella el hecho de que Víctor tuviera cubierto aquello en lo cual ella era vulnerable: las necesidades básicas. Ser capaz de cubrirlas por sí misma, significa para ella un *desafío de vida* y una autoafirmación (20), llegando a poner en tela de juicio sus sentimientos por Víctor: si realmente respondía al amor o, más bien, a una necesidad de afecto (E2, 35; C5b).

En otra conversación sobre el sueño, llevada a cabo en una nueva entrevista de seguimiento (E4), al ser consultada puntualmente con respecto al hecho de cómo lo hubiese continuado, señala que habría expulsado al gato de su boca (4); es decir, habría

[25] Algo similar manifestaba en el período de atención, en relación con la sociedad y la familia (S2, 76)

dejado de comer algo que no le era atractivo, tanto en términos alimenticios como afectivos, lo que se traduciría en la búsqueda de un alimento y de una relación más adecuados. Se observa una transformación de valoraciones y emociones en relación con la figura del felino, pasando desde la indiferencia que sentía por ellos en el período de atención, hasta el amor y la admiración; particularmente, por el rasgo de *independencia*: un atributo que hasta no hace mucho tiempo en su vida representó un logro a alcanzar, con especial énfasis en su esfera afectiva. Atribuye otras cualidades al animal que también son deseables para ella, como *que no se dejen poseer* —controlar, manipular— o que *nunca están sufriendo* (10). Y "siempre están esperando a alguien" (16): probablemente, a esa persona con la cual pueda establecerse una *relación de pareja saludable* (E1, 34).

Al repasar la experiencia terapéutica y, especialmente, el sueño «Gatito gris», se puede reafirmar lo observado en su momento: el fenómeno onírico responde a la urgencia de hacerse cargo de las necesidades fundamentales, orientando a la soñante hacia el cuidado de sí. Ella requería contar con una mayor integración socio-laboral, aumentar sus ingresos, resolver un vínculo amoroso insatisfactorio y mejorar la imagen de sí misma. Estas dimensiones se hallan entrelazadas en la puesta en escena, sobre la cual se representaba una situación extrema: en un contexto precario, la soñante engullía un gatito gris. En circunstancias normales, el gato no figuraría en el menú. El objeto de ingestión resulta ser tan inapropiado, como la relación amorosa que alimentaba. En el animal también reconocía a la ex pareja, a partir de ciertos rasgos y sensaciones. Él figuraba, asimismo, un objeto de amor impropio. Y a través de la mirada del gatito, la equiparación del sufrimiento de las otras especies animales con el suyo, la confrontaba con ella misma. El maltrato que propinaba al animalito, la alcanzaba a ella. El momento de la detención, por consiguiente, puntualizaba un corte que abría la posibilidad para el cambio, para poder ser buena samaritana con ella y cesar con ese maltrato, a través de una atención de sus necesidades básicas insuficiente y de un objeto de amor inadecuado. En efecto, empieza a ocuparse de sí y, al mismo tiempo, va floreciendo una mayor simpatía por los felinos.

7.4.2.- Seguimiento acerca del sueño «Habitación vacía»

En relación con este sueño, las entrevistas de seguimiento ratifican lo observado y desarrollado en su momento. En la primera entrevista, ella señala al respecto que le sirvió para reafirmar una realidad que no quería aceptar: precisamente, que él no estaba en su vida (E1, 92). Reconoce su predisposición en aquel tiempo para no aceptar las diferencias sustantivas que existían entre ellos en torno a la relación: diferencias en términos de actitudes, intereses, grado de compromiso y afecto. SU, había terminado su relación hacía un par de meses y todavía atravesaba un período de duelo por la separación: dos semanas antes del sueño, había vuelto a contactar a Víctor para hacerle sus descargos, en respuesta a unas fotografías desenfadadas que una amiga de él había subido a una red social. En el escenario onírico, la soñante iba al encuentro de su ex en un lugar muy especial para ella; sin embargo, el curso de los eventos se asemejaba más a un desencuentro. El sueño reforzaba las diferencias entre ellos y la determinación de ella, lo que la orientaba en la dirección de la aceptación de los hechos y del cuidado de sí.

En un intercambio de mensajería instantánea (E8), al repasar nuevamente la puesta en escena con respecto a la casa, indica que ésta la representaba a ella, que *la representaba en su personalidad* (2). En su momento, había especificado esta estancia como un lugar que se hallaba en ella, *en* su inconsciente (S5, 12) y aquí hace más manifiesta la equivalencia entre la infraestructura y su persona. Entonces ―como se observaba anteriormente―, en su campo de subjetividad, una estructura puede representar también a un sujeto; de esta manera, puede apreciarse, también, como el lenguaje onírico guarda relación con el lenguaje y el pensamiento de la soñante. En relación con el traje de baño, identifica en la prenda la contraposición que establece la puesta en escena en su totalidad: cada uno con lo suyo, por separado (5). El traje de baño con la cama abierta, por lo tanto, refieren los pasos en los que andaba él. La fotografía de la mujer indicaba con quién él pasaba el tiempo y refuerza con mayor vehemencia ese desplazamiento que experimentaba SU, al hallarse sobrepuesta a las lecciones del maestro hindú.

La revisión de lo trabajado en este sueño, por consiguiente, refina los detalles y reafirma lo dilucidado conjuntamente: él no estaba ahí donde la soñante lo deseaba, él estaba disfrutando en otro lugar con otra mujer, muy diferente de ella. El escenario onírico resaltaba las diferencias y avalaba su decisión. Invitaba más a un acto de dar vuelta la página que a una posibilidad de reencuentro.

7.4.3.- Seguimiento acerca del sueño «Accidente de bus»

Este es el otro sueño que la soñante ha mantenido presente después de su experiencia de terapia con los sueños (E1, 16). Al revisarlo tiempo después —de igual modo que con los dos anteriores—, se constata lo observado conjuntamente en su momento. La puesta en escena nos llevaba a un *desmoronamiento en sus creencias* y a la necesidad de autoafirmación. Inmediatamente después de haber tenido este sueño, ella empezó a realizar cambios en su vida, poniendo fin a un romance que le resultaba insatisfactorio y que presentaba similitudes con su última relación. Y en el inicio de la primera entrevista de seguimiento, puede observarse cómo ella ha seguido dispensando esfuerzos en esta dirección: reafirma el abandono de sus creencias, las que están *quebradas*, impactadas como pudo quedar el edificio del escenario onírico. Presenta una transformación de valoraciones y emociones con respecto a sí misma: *afirmándose* más en ella misma (E1, 2), podría decirse que ha ido asumiendo esa *maestra interior* (S1, 60), apoyándose más en su experiencia para afrontar la vida y las dificultades, que en un dogma o en una persona (sea un gurú o una pareja).

Al preguntársele puntualmente en esta misma entrevista (E1), sobre el aporte que significó este sueño para su vida, refiere *una visión global de la gente que busca ser conducida*, en la cual también se incluye. Declara que antes se hallaba en un estado de *ausencia de sí misma*, que equipara con la condición del drogodependiente; sin embargo, hoy sus decisiones no dependen tanto de sus circunstancias y puede disfrutar, efectivamente, de la libertad para decidir por sí misma (92). En el sueño ya se articulaba este cambio de postura: al no estar en el bus, ella no se hallaba en la posición de la gente que va en la búsqueda de algo o alguien para que, precisamente, *la conduzcan*. Ella se encuentra con otra perspectiva y, asimismo, con otra manera de poder responder a los hechos: en este caso, decide arrancar de la *pena*, no quedarse ahí; *salvarse*, ocuparse de sí, seguir. Y ese continuar le abre la posibilidad hacia algo novedoso: *disfrutar de la libertad de tomar sus decisiones*. Lo que comienza haciendo efectivo al terminar su romance con Daniel. En efecto, en la época del sueño, ella afirmaba entre risas: “yo quiero

que me amen a la luz, no a lo oscuro —esa es mi frase—" (S6, 20); en la entrevista de seguimiento relativa a este sueño, comenta: "ahora tengo otra frase que es "Amar con los ojos abiertos" ((ríe)) No con los ojos cerrados" […] yo ya nooo, no tengo esa cosa de idealizar a las personas [...] O sea, aunque aparezca un ser entero de blanco y diga que tenga como cien iniciaciones de reiki, sigue siendo un ser humano igual. Mientras esté aquí, en este plano, estamos todos en aprendizaje." (E6, 1, 2).

Ya no *idealiza*; así reafirma lo declarado en la primera de las entrevistas de seguimiento, respecto de *no poner una pinturita sobre la persona* (E1, 22).

Retornando al sueño, al preguntársele que cambiaría de la puesta en escena, opta por no cambiar nada, denotando una actitud de mayor comprensión y aceptación frente a los eventos: el impacto va, de todas maneras, y ella, incluso, se tiende a disfrutar de la naturaleza (E6, 4, 6). El cambio respondía a una necesidad, no duda al respecto. Y ahora puede apreciar y valorar desde el punto en que está, en su momento presente y en retrospectiva, lo vivido.

Podemos decir que, dentro de la misma línea de orientación hacia el cuidado de sí, el fenómeno onírico instaba a la soñante al cambio: a romper con ciertas tendencias de pensamiento y comportamiento que le han sido perjudiciales, a redirigir su inquietud espiritual con más fe en sí misma y a tomar distancia de las relaciones amorosas insatisfactorias. Así, entonces, sobre el escenario, ella huía, se resguardaba del destino que le depararía el hecho de insistir en esa búsqueda o en esos (des)encuentros con personas que la condujeran.

VIII.- RESULTADOS Y HALLAZGOS RELEVANTES

8.1.- Acerca de la conceptualización del sueño.

Concordante con el primero de los cuatro objetivos específicos, a lo largo del estudio pudo observarse que la conceptualización desarrollada en relación con el sueño resultó atinente tanto para la comprensión del fenómeno, como para su abordaje. Las propiedades definidas en consideración de su complejidad fueron identificadas en los contenidos:

- Pudo apreciarse su *responsividad*: por ejemplo: el sueño «Gatito gris», la compelía urgentemente a atender sus necesidades materiales y resignificar las características comportamentales de su pareja; el sueño «Habitación vacía», a ocuparse de su vida amorosa y el sueño «Accidente de bus», a dejar atrás las creencias que fomentaban su dependencia;
- Su carácter *local* y *situado*: el contenido de los sueños se vinculaba con su vida y fueron contemporáneos con los temas que la aquejaban (*hipótesis de continuidad*, Freud, 1900; Hall y Nordby, 1972; Nielsen et al., 2004);
- *Relacional* y *multidimensional*: por ejemplo: en el sueño «Gatito gris», despuntaban las necesidades materiales, la relación de pareja ―dimensión interpersonal― y la imagen de sí ―dimensión intrapersonal― insatisfactorias; en el sueño «Accidente de bus», la necesidad de abandonar creencias, de abandonar una relación interpersonal insatisfactoria y de reafirmar una imagen de sí más consistente;
- y su *lenguaje particular*: por ejemplo: significar en un animal que no le agrada, «El gatito gris», la persona de su ex y un alter ego de ella misma; al representar personas a través de infraestructuras, como en el sueño «Habitación vacía», en el que ella es su casa, o en el sueño «Accidente de bus», donde el edificio es Daniel.

8.2.- Acerca de la propuesta de trabajo con los sueños.

En respuesta al segundo de los objetivos específicos, El Método Dialógico-Pragmático (MDP), presenta consistencia en relación con la conceptualización del sueño con la cual se articula y pertinencia para trabajar con los sueños.

- En relación con el punto 1.a) *Indagar eventos de la víspera* —el cual responde también al planteamiento del tercer objetivo específico[26]—, en los tres sueños se identifica material de eventos diurnos, próximos en temporalidad a la formación onírica, en concordancia con la hipótesis de continuidad sueño-vigilia (Freud, 1900; Hall y Nordby, 1972; Nielsen et al., 2004):
  - ↳ en el sueño «Gatito gris», las primeras asociaciones de la soñante remiten a la ex pareja y este sueño lo tuvo en la víspera de un encuentro con él —"efecto resto diurno" (Nielsen et al., 2004, 327)—;
  - ↳ en el sueño «Habitación vacía», la fotografía de la amiga del ex, halla su antecedente dos semanas antes de la formación onírica —"efecto sueño desfasado" (Ibíd.)—;
  - ↳ y en el sueño «Accidente de bus», las asociaciones de la soñante remiten a Daniel y el sueño lo tuvo la noche anterior al encuentro con él.
- Con respecto al punto 1.b) *Explorar sensaciones/emociones*, las sensaciones y emociones también desempeñaron un papel relevante en los sueños, particularmente, aquellas que no estaban del todo percibidas:
  - ↳ en el primero, ella, a partir del trabajo con el sueño, nota que no mastica al animal que engulle, que no lo degusta, tal como lo experimentaba en la sexualidad con su pareja en ese tiempo;
  - ↳ en el segundo, a ella la desconcertaba ver la fotografía de la amiga de su ex sobre el libro de Yogananda, lo que —en el trabajo con el sueño— daba cuenta del

[26] *Detectar los elementos vivenciales y experienciales que desencadenaron una respuesta onírica en la consultante del estudio de caso*.

desplazamiento que experimentaba en el deseo de la ex pareja por la otra mujer y la diferencia de intereses que había entre ellos;

↳ en el tercero, el hecho de arrancar del lugar del accidente, le permite notar que experimentaba alivio, lo que sintió tras su quiebre relacional con Daniel.

- En el punto 1.c) *Identificar puntos de inflexión*, aquellos instantes que llaman la atención de la soñante y/o que denotan una variante en la puesta en escena del sueño:
  ↳ en el primero, lo marca el momento de detención ante la mirada del felino que engullía y que la orienta hacia una introspección, hacia el tema de la imagen de sí y el cuidado de sí misma;
  ↳ en el segundo, su desconcierto ante la visión de la fotografía de la mujer sobre el libro del maestro hindú, que pone en relieve diferencias significativas entre ella y su ex pareja, remarcando la brecha entre ellos;
  ↳ en el tercero, el momento de la huida, en el cual la sensación de alivio que experimenta ante un hecho penoso, le permite descubrir nuevos aspectos de sí misma, con respecto a la opción de poder tomar distancia —cortar por lo sano— de aquellas circunstancias afectivas que le causaban sufrimiento.
- En el punto 2.a) *Preguntas de cambio*, en los sueños del estudio, coincidentemente, ella no consideró la introducción de modificaciones en forma deliberada sobre la secuencia de los sueños. Incluso en un sueño como el «Accidente de bus», en la entrevista de seguimiento posterapéutico, además de indicar que no cambiaría nada, ratifica la escena con un categórico "Pero el choque tiene que ser, claro" (E6)
- En el punto 2.b) *Pregunta prospectiva*, relativa a la coyuntura de continuar el sueño:
  ↳ En el primer sueño, señala que dejaría de comerse al gatito y, en la tercera entrevista de seguimiento posterapéutico, además, afirma que sería cariñosa con él (E4, 10), lo cual denota un cambio con respecto a su predisposición con el animal que también incluye, por extensión, a la imagen de sí;
  ↳ En el segundo sueño, simplemente, abandonaría la habitación y seguiría trabajando en sus procesos (psicoterapia, sanación con flores de Bach),

demostrando aceptación por la decisión tomada (separación) e interés por el cuidado de sí;

- ↳ En el tercer sueño, sin mayor apremio por llegar a la cima del cerro, se tendería de espalda al suelo, con los brazos y las piernas abiertas, a disfrutar del sol y la naturaleza (E6), demostrando una actitud de superación ante los hechos.

- En el punto 2.c) *Preguntas asociativas*, que vinculan contenidos con el objetivo de resignificar. Por ejemplo, al preguntar, en el primer sueño, si la mirada del gatito le era conocida o familiar, lo que redirigió su atención sobre sí misma, o en el sueño «Accidente de bus», con la pregunta sobre la relación entre el evento y su romance, lo cual va a llevarla a reafirmar su decisión de haber puesto término al affaire.
- En el punto 3.a) *Síntesis de la experiencia*, en relación con la integración de los contenidos oníricos y los contenidos emergentes durante el trabajo con los sueños:
  - ↳ en el primer sueño. el correlato refiere a la preocupación por no pasar hambre, mejorar sus condiciones materiales de vida, dejar de involucrarse en situaciones que afectivamente le causan daño, lo que le implica, asimismo, una forma de auto-maltrato;
  - ↳ en el segundo sueño, aceptar las diferencias en términos afectivos, en el grado de compromiso en la relación, en intereses comunes y asumir la decisión adoptada;
  - ↳ en el tercero, dejar atrás creencias que fomentaban la dependencia de otros, tanto en términos espirituales como afectivos y asumirlo como una forma de autocuidado.
- Con respecto al último punto, 3.b) *Construcción de sentido*, en respuesta a qué se configuraron los fenómenos oníricos: en los tres sueños el tema base versaba sobre la necesidad de ocuparse de sí misma; en los tres sueños se presentaba la problemática de la pareja con su tendencia a establecer apegos afectivos dependientes sobre la base de su temor a la soledad, donde se empalmaba también la imagen de sí.

- ↳ en el primer sueño, además de los puntos que compartía en común con los otros sueños, figura la urgencia por cubrir sus necesidades básicas: el sentido del sueño es, precisamente, conminarla de manera apremiante a atender sus necesidades de subsistencia;
- ↳ en el segundo sueño, por la línea del desengaño, empujarla a aceptar los hechos, las voluntades y a no desatender las diferencias;
- ↳ en el tercero, por la línea del aprendizaje, animarla, por una parte, a desprenderse de ideas y patrones de interacción dañinos y, por otra, a practicar nuevas respuestas.

8.3.- Acerca de los cambios psicoterapéuticos en el trabajo con los sueños.

8.3.1.- Observados durante el período de atención.

En respuesta al cuarto objetivo específico planteado en el presente estudio y en relación con los temas planteados al principio del proceso por la consultante:

1. Los sueños demostraron, efectivamente, ser una "fuente muy grande de información" (S1, 1) —como indicaba la consultante al principio del proceso—, a través de la realización de un trabajo donde fue posible aproximarlos a su realidad e ir relacionándolos con los tópicos de interés para ella, despojados de interpretaciones místicas y espirituales, como a ella le interesaba. En la penúltima sesión, realiza un reconocimiento al trabajo desarrollado en todo ese tiempo: "como tú los trabajas conmigo, sí. Es una cosa increíble todo lo que- lo que uno puede sacar de un sueño" (S6, 200).
2. La relación de pareja insatisfactoria atravesó fases: ya después del primer encuentro —donde ella reconocía su participación en el problema (en el auto-maltrato), cuestionándose formas de comprensión, comportamiento y emociones habituales,

reconociendo, además, su dificultad para poner límites— realizó un primer intento de distanciamiento, aportándole crédito a la experiencia en terapia (S2, 2); en la segunda sesión realizaba esfuerzos por comprender y elaborar una explicación sobre su actitud con respecto al problema de la psicodependencia emocional —influencia socio-cultural (77)— y, después de la segunda sesión, termina la relación (C4). En la cuarta sesión, planteaba el "miedo al abandono", como una nueva explicación (S4, 8). Posteriormente a la sesión del sueño «Habitación vacía» —sueño que remarca la brecha entre ambos—, va a dejar unas pertenencias de su ex pareja al domicilio de éste mientras se halla ausente y no vuelve a tener contacto con él, por el resto del tiempo que siguió en terapia. En el sueño él se ha ido; luego, en la realidad, ella lo va desalojando. Al trabajar el sueño en sesión, se co-construyó el significado: *él lo está pasando bien sin ella*, el cual se adhirió a la interpretación de la soñante: *ir a buscar si él todavía estaba en su interior*. Se vio involucrada en otro romance insatisfactorio al que, sin embargo, puso fin de manera más diligente, exhibiendo —en términos afectivos— sentimientos de *competencia: "yo quiero que me amen a la luz, no a lo oscuro" (S6, 20), afirmaba con* determinación. Aquí se co-construyeron dos significados: junto a la interpretación de ella respecto del *desmoronamiento de sus creencias*, en términos espirituales, se sumó asimismo, en términos afectivos, el desmoronamiento de su creencia en la persona de Daniel, resignificándose, de igual modo, el alejamiento de ella de la zona del desastre como un *alejamiento del sufrimiento*.

3. La imagen de sí también fue fortaleciéndose: en la primera sesión, a partir de su identificación con la mirada y el sufrimiento de los animales (S1, 81, 83) —linkeada a través de la mirada del gatito del sueño— que develaban una acepción de su self como *ser-para-el-sufrimiento*, se co-construyó el significado *la necesidad urgente de ocuparse de sí.* En la cuarta sesión, ella da por resuelto este tema acerca de la equiparación de los sufrimientos. En la sexta sesión —como se mencionaba más arriba—, se observa mucho más determinante y segura de sí misma ("afirmada"): es lo que se observa a través del acto de abandonar sus creencias y poner término a

un nuevo romance insatisfactorio, denotando sentimientos de competencia —incluso se mide a sí misma estando ante la presencia del personaje, lo cual implica una prueba de confianza en sí misma, junto a cierto dominio y autonomía emocional— y el descubrimiento de nuevos aspectos de sí misma: "es como nacer de nuevo" (S6, 45). De esta manera, fue trabajando con su *sentido de agencia*, desplegando asimismo su capacidad autorreflexiva —por ejemplo, al elaborar explicaciones sobre la génesis de su dilema con las relaciones de pareja— y autopercepción crítica —por ejemplo, en el reconocimiento de su participación en el problema al señalar que se maltrataba en la relación de pareja.

8.3.2.- Cambios de significados observados durante las entrevistas de seguimiento posterapéutico.

1. **Su apreciación con respecto a los sueños y el trabajo conjunto realizado**, se mantiene vigente. Reafirma que coincidió con uno de los dos períodos en que se ha visto más mal en su vida —el primero, a los 21 años— y, particularmente, este ha sido en el que más agitada se ha visto por su abundante producción onírica. También reconoce la importancia que tuvo para ella el trabajo con los sueños, en el hecho de poder enlazarlo con su proceso de vida, conocerse mejor a sí misma, comprender su situación y desplegar su capacidad para tomar decisiones (E1, 3, 14).
2. Con respecto a su **relación de pareja,** indica aún no saber lo que es estar en una *relación saludable*, que está abierta a esa posibilidad, pero que no le apremia como antes (E1, 34). En relación con Víctor, después de un tiempo de finalizada la terapia, hubo un par de reencuentros y desencuentros que, sin embargo, ella experimentó cada vez con mayor autonomía emocional, hasta llegar a terminar en forma definitiva con él. En efecto, él incluso le ha propuesto vivir juntos, pero ella

se niega rotundamente (22). Resignifica su problemática, planteándola como *una relación, más bien, imaginaria*, en la cual primaba más el hecho de no sentirse sola (34); asume su responsabilidad a nivel cognitivo respecto de ese estar en pareja donde ella también observa que *manipulaba*, manifestando una transformación de valoraciones y emociones, también, en relación con el otro, al hacer la distinción entre lo que ella *pintaba* sobre él y quién era, en realidad, él (22). En efecto, en la segunda entrevista de seguimiento incluso pone en tela de juicio sus sentimientos por Víctor (E2, 35).

3. En relación con **la imagen de sí**, se observa mucho más empoderada, presentando una transformación de valoraciones y emociones con respecto a sí misma, de manera directa e indirecta. Indirectamente, a través de su cambio de actitud hacia los felinos ─animal con el cual compartía rasgos identificatorios (S1, 81)─, por los cuales hoy experimenta aprecio y preferencia (E4, 10). Y, de manera más directa, con respecto a ella, señalando que ya no se afirma en dogmas, ideas o personas y que procura ocuparse de sí (E1, 2, 4), no ha vuelto a desatender eso. También ha logrado mayor vinculación al sistema, como profesional y dirigente (4). Y con respecto a su imagen en pareja, ha establecido nuevas conexiones entre aspectos propios, elementos biográficos y del entorno, al observar que el atractivo que veía en su ex era que él contaba con beneficios de los cuales ella se ha visto privada o vulnerada, que desea para sí y que lograrlos representan un desafío personal (E2, 20), adquiriendo relevancia las decisiones que ha tomado, así como las cosas que hace (E1, 36).

IX.- CONCLUSIONES

El presente estudio ha expuesto una propuesta teórica-práctica con resultados consistentes para los fines pretendidos, en relación con el abordaje de un fenómeno específico en un área donde escasean los planteamientos al respecto. La conceptualización del sueño y el procedimiento atinente elaborado, sobre la base de la situación comunicativa entre el fenómeno onírico y el soñante, fomentan el diálogo y la comprensión entre una narrativa que, en términos shotterianos, corresponde a una expresión responsiva de un cuerpo viviente, la que puede distinguirse como una «narrativa respondiente», y un narrador que, precisamente, es un cuerpo viviente expresivo-responsivo que, como tal, conforma una unidad «narrador-oyente».

La noción de narrativa respondiente, facilita la interlocución del sueño —una forma de intelección y de interacción con el fenómeno—, tomando asidero en su naturaleza responsiva (un fenómeno que se manifiesta *en respuesta a*), local (tiene lugar en el organismo), situada (ocurre en un contexto temporo-espacial específico), multidimensional (puede implicar más de un aspecto o dominio del soñante), relacional (vinculación de contenidos en continuidad sueño-vigilia), con un lenguaje particular, aunque no distante del fondo aperceptivo de entendimiento del soñante.

El método dialógico pragmático de trabajo con los sueños (MDP), desarrollado con el fin de implementar en la praxis lo articulado conceptualmente, a la manera de una «caja de herramientas» que incluye, entre otros, preguntas que permiten transformar —omitir, variar o agregar contenidos— y/o ampliar la perspectiva del soñante en relación con su sueño (p. ej., pregunta prospectiva), haciendo conexiones: favorece la labor de indagación y orientación a través del imaginario onírico, la dialogización de sus contenidos y la co-construcción de sentido para el soñante. Por consiguiente, y en concordancia con las preguntas directrices de la investigación, aporta una manera de abordar el fenómeno para

aproximarnos con el mayor grado de fidelidad a una posibilidad de respuesta, la cual es visada por el mismo soñante.

En particular, en el estudio de caso presentado, junto con el reconocimiento otorgado al dispositivo de trabajo implementado, a partir de los hallazgos y resultados, se apreciaron sus beneficios terapéuticos en los cambios de significado relacionados con los temas presentados por la soñante y las metas de tratamiento establecidas en correspondencia, con respecto a la relación de pareja y a la imagen de sí, propiciados durante el período de atención, mantenidos y cultivados con el paso del tiempo —según lo observado en las entrevistas de seguimiento posterapéutico—, denotándose en la soñante una capacidad de actuar competentemente, autopercepción crítica, autonomía en la toma de decisión, asunción de responsabilidad por sus acciones y fijación de metas personales: rasgos que dan cuenta de una actualización del sentido de agencia.

Tanto la conceptualización del fenómeno como la propuesta de trabajo presentada, se hallan abiertos al influjo de nuevas consideraciones y hallazgos. En efecto, durante el mismo proceso de investigación, ambas instancias han estado sometidas a modificaciones y refinamientos varios.

Esta es una propuesta metodológica del investigador que puede ser muy útil a los terapeutas, independiente con el marco teórico que trabajen, ya que es habitual que los consultantes traigan a la sesión, no solo experiencias vivenciales en la cotidianeidad sino también producto de su imaginación, como a su vez de experiencias oníricas, ya sea perturbadoras o iluminadoras de nuevas alternativas de significación.

X.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anderson, H. (2012) *Conversación, lenguaje y posibilidades*. Buenos Aires: Amorrortu Editores

Anderson, H. & Goolishian, H. (1988) Human systems as linguistic systems, Preliminary and evolving ideas about the implications for clinical theory. *Family Process*, *27*(4), 371-393. Recuperado de Scribd

Austin, J. (1982) *Cómo hacer cosas con palabras.* Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica

Bajtín, M. (1989) *Teoría y estética de la novela*. Madrid: Editorial Taurus

Bajtín, M. (2012) *Problemas en la poética de Dostoievski.* México: Fondo de Cultura Económico

Bandura, A. (2001) La teoría cognitiva social: una perspectiva agencial. Recuperado de https://www.academia.edu/3797435/BANDURA_Social_Cognitive_Theory_Taduccion

Bateson, G. (2002) *Espíritu y naturaleza.* 2ª ed. Buenos Aires: Amorrortu Editores

Cartwright, R., Agargun, M., Kirkby, J. & Friedman, J. K. (2006) Relation of dreams to waking concerns. *Psychiatry Research*, 141, 261–270. Recuperado de https,//www.researchgate.net/publication/7280813_Relation_of_dreams_to_waking_concerns

Corominas, J. (1987) *Diccionario etimológico de la lengua castellano.* 3ª ed. Madrid: Editorial Gredos

Franklin, M. & Zyphur, M. (2005) The role of dreams in the evolution of human mind. *Evolutionary Psychology*, 3, 9-78. Recuperado de http://human-nature.com/ep//downloads/ep035978.pdf

Freud, S. (2012) La interpretación de los sueños (primera parte). *Obras completas*, 2ª ed., *vol. 4*. Buenos Aires: Amorrortu Editores

Garfinkel, H. (1967) *Studies in ethnomethodology.* New Jersey: Prentice-Hall

Goolishian, H. y Anderson, H. (2005) Narrativa y self. Algunos dilemas posmodernos de la psicoterapia. En Schnitman, D. et al. *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad.* Buenos Aires: Editorial Paidós

Guba, E. y Lincoln, Y. (2005) Paradigmatic controversies, contradictions, and emerging confluences. N. Denzin y Y. Lincoln (eds), *The Sage Handbook of qualitative research*. 3rd ed. Thousand Oaks: Sage Publications. Recuperado de : https://iu.instructure.com/courses/1540267/files/60211224/download?wrap=1

Hill, C. & Knox, S. (2010) The Use of Dreams in Modern Psychotherapy. *International Review of Neurobiology, Volume 92*, 291-317. Recuperado de http://epublications.marquette.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1130&context=edu_fac

Jones, E. (1996) Vida y obra de Sigmund Freud, Tomo I. 4ª ed. Buenos Aires: Ediciones Hormé

Katz, A. & Shotter, J. (1996) Hearing the patient's 'voice': Toward a social poetics in diagnostic interviews. *Social Science and Medicine, 43*(6), 919-931. Recuperado de https://www.academia.edu/1505390/Hearing_the_patients_voice_Toward_a_social_poetics_in_diagnostic_interviews?auto=download

Krause, M. (2005) *Psicoterapia y cambio: Una mirada desde la subjetividad.* Santiago: Ediciones Universidad Católica de Chile

Lakoff, G. y Johnson, M. (2001) *Metáforas de la vida cotidiana.* 5ª ed. Madrid: Ediciones Cátedra

McCarthy, S. (2016) The virtual reality glossary. Recuperado de http://www.vrglossary.org/glossary/responsive-narrative/

Medrano-Martínez, P. y Ramos-Platón, M. J. (2014) Generación y funciones de los ensueños. *Revista de Neurología*, 59, 359-70. Recuperado de http://www.neurologia.com/pdf/Web/5908/bm080359.pdf

Nielsen, T., Kuiken, D., Alain, G., Stenstrom, P. & Powell, R. (2004) Immediate and delayed incorporations of events into dreams: further replication and implications for dream function. *Journal of Sleep Research*, 13, 327-336. Recuperado de http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2869.2004.00421.x/epdf

Perls, F. (1974) *Sueños y existencia. Terapia Gestáltica.* Santiago, Editorial Cuatro Vientos

Potter, J. (1998) *La representación de la realidad. Discurso, retórica y construcción social.* Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica

Real Academia Española (2014) Diccionario de la lengua española. 23ª ed. Disponible en: http://dle.rae.es/

Revonsuo, A. (2000) The reinterpretation of dreams: An evolutionary hypothesis of the function of dreaming. *Behavioral and Brain Sciences*, 23, 877-901. Recuperado de http://www.unil.ch/files/live//sites/ln/files/shared/Revonsuo_1.pdf

Ruiz, J., Imbernón, J., Barbudo, F., Luján, J. y Pérez, M. (2001) *Trabajo con los sueños. Compendio.* Ubeda, Juan J. Ruiz Sánchez

Selterman, D. (2016) Attitudes toward dreaming predict subjective well-being outcomes mediated through emotional positivity bias. *International Journal of Dream Research*, *9*(1), 34-39. Recuperado de https://journals.ub.uni-heidelberg.de/index.php/IJoDR/article/view/21879/pdf

Shotter, J. (2001) *Realidades conversacionales. La construcción de la vida a través del lenguaje.* Buenos Aires: Amorrortu Editores

Shotter, J. (2004) Responsive expression in living bodies. The power of invisible 'real presences' within our everyday lives together. *Cultural Studies*, *18*(2/3), 442-459. Recuperado de la base de datos Academic Search Premier. EBSCO Host

Shotter, J. (2009a). Bateson, Double Description, Todes, and Embodiment: Preparing Activities and Their Relation to Abduction. *Journal For The Theory Of Social Behaviour*, *39*(2), 219-245. Recuperado de la base de datos Academic Search Premier. EBSCO Host

Shotter, J. (2009b) *Construcción de las realidades conversacionales: claves que utilizamos en la selección de nuestros caminos.* Taller realizado En el marco Ciclo de Extensión Construyendo un futuro con sentido, Universidad Adolfo Ibañez, en Santiago el 21 de octubre de 2009

Sparrow, G. y Thurston, M. (2010) The Five Star Method: A Relational Dream Work Methodology. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5,204–215. Recuperado de la base de datos Academic Search Premier. EBSCO Host

Sparrow, G. (2013) A new method of dream analysis congruent with contemporary counseling approaches. *International Journal of Dream Research*, *6*(1), 45-53. Recuperado de la base de datos Academic Search Premier. EBSCO Host

Stake, R. (2007). *Investigación con estudio de casos.* Madrid: Ediciones Morata.

Vilches Álvarez, O. (2005) *Proceso de cambio psicoterapéutico: Momentos de cambio y acciones comunicacionales en una terapia familiar, construccionista social.* Tesis de Magister en Psicología Clínica. Pontificia Universidad Católica de Chile

Vinagre, M. (2000) Los intérpretes de sueños en los templos de Serapis. *Arys*, 3, 129-141. Recuperado de http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/2749/b12099806.pdf?sequence=1

Waldenfels, B. (1995) Hablando en nombre propio. 21-24. Recuperado de https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/230458.pdf

Waldenfels, B. (diciembre, 1997) Simbólica, creatividad y responsividad. *Ideas y valores*, 105, 17-29. Recuperado de http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/idval/article/view/21855/22828

Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. (1985) *Teoría de la comunicación humana*. 4ª ed. Barcelona: Editorial Herder

Yin, R. (2003) Case study research: design and methods. N. Denzin y Y. Lincoln (eds), *The Sage Handbook of qualitative research*. 3rd ed. Thousand Oaks: Sage Publications. Recuperado de http://www.madeira-edu.pt/LinkClick.aspx?fileticket=Fgm4GJWVTRs%3D&tabid=3004

XI.- ANEXOS

1.- Cuadro comparativo de los principales enfoques de trabajo con los sueños.

(Ruiz et al., 2001)

Modelos	**Psicoanálisis**	**Terapia Analítica**	**Terapia Individual**	**Terapia Humanista**	**Terapia Cognitiva**
Autores principales	S. Freud	C. G. Jung	A. Adler	F. Perls y E. Gendlin	A. Ellis y A. Beck
Mensaje del sueño	Deseos inconscientes	Posibilidades creativas de desarrollo personal	Intento de solución de un problema	Experiencias emocionales no integradas	Creencias y significados personales
Método de interpretación	Asociación libre	Asociación de ideas	Tematización	Enfoque corporal y dramatización	Resignificación

Modelos	**Terapia Cognitiva-Experiencial**	**Terapia Constructivista**	**Terapias Imaginativas**	**Terapia Ericksoniana**	**Enfoques biológicos**
Autores principales	C. Hill	V. Guidano y O. Gonsalves	Dina Glouberman	M. Erickson	M. Jouvet
Mensaje del sueño	Elaboración de problemas y emociones	Guiones narrativos prototípicos	Automensajes inconscientes	Problemas no resueltos	Programación neurobiológica
Método de interpretación	Facilitación del proceso de insight	Implosión de nuevas metáforas	Dramatización de diálogos con imágenes	Hipnoterapia	Modelos animales y métodos biológicos

2.- CONSENTIMIENTO DE PARTICIPACIÓN EN INVESTIGACIÓN

Yo……, he sido invitado/a a participar en un proyecto de investigación, dentro del programa de "Magíster en Psicología Clínica, con mención en Construccionismo Social Terapia dialógica" de la Universidad de Valparaíso.

Estoy en conocimiento que las sesiones psicoterapéuticas en las cuales yo participaré en calidad de consultante, se grabarán en formato de audio y serán utilizadas solamente como parte de esta investigación.

He sido informado que dado que la decisión a participar en este estudio es voluntaria, participe o no bajo esta modalidad de atención, recibiré toda la atención necesaria, regular y sistemática que ofrece esta Unidad de tratamiento. Asimismo estoy en conocimiento de la posibilidad de negarme a participar en la modalidad grabada, sin que esta decisión tenga un efecto adverso sobre la atención terapéutica que recibiré.

Habiendo leído este consentimiento y estando de acuerdo en participar en este estudio.

_____ _____

Firma consultante Firma del terapeuta

Viña del Mar, _____ 2016

Si tiene alguna pregunta puede comunicarse con el terapeuta Ps. Pedro Reyes Rivera, al teléfono: (32) 250 8775, Escuela de Psicología, Universidad de Valparaíso.

3.- CONVENCIONES DE TRANSCRIPCIÓN

Las convenciones de transcripción empleadas en este estudio se basan en el sistema desarrollado por Gail Jefferson (Potter, 1998, 293-4):

- Cuando la persona que hace la transcripción tiene dudas sobre una palabra o expresión la pone entre paréntesis;
  Por ejemplo: o sea, en el fondo, como que (siempre) busqué apoyo

- si no puede resolver las dudas, coloca unos paréntesis vacíos;
  Por ejemplo: me he resistido a estar en el mundo físico ( ) Eh, todavía quedan rasgos

- Los comentarios clarificadores se colocan entre dobles paréntesis;
  Por ejemplo: todos me miraban ((ríe)) Y como que yo los saludaba

- La omisión de material de una grabación por razones de brevedad, se indica encerrando tres puntos entre corchetes;
  Por ejemplo: entra algo más en juego […] Por lo que tú describes

- La sigla *sic* entre corchetes, indica que la palabra que la precede es literal (del latín *sic erat scriptum*, 'así fue escrito');
  Por ejemplo: yo estaba alimentando esa [sic] recuerdo quizás de ella

- Un guion marca un tartamudeo (Por ejemplo: pero igual se-se-seguí) o un cambio brusco;
  Por ejemplo: es que he estado- me pregunto harto: "¿qué significará?"

4.- SESIONES

De cada sesión citada, se incluyen los fragmentos ocupados en el presente estudio, con sus respectivos turnos de palabra.

4.1.- 1ª Sesión 10-12-2014

1. P: en el transcurso de estos años, eh, me ha pasado –sobre todo entre el año pasado y este año, como que ha ido emergiendo cada vez más el tema de los sueños como una fuente muy grande de información que yo no he sabido cómo canalizarla […] En el lugar donde estoy, que es en Valparaíso, eh —es un departamento que es prestado por el momento—, y ahí, en ese espacio, como que se ha magnetizado mucho, ehm… porque vivo sola prácticamente, y ahí como que sueño, sueño, sueño, sueño, sueño. Y… y no he sabido qué hacer con los sueños, han sido muy vívidos, muy fuertes. Por ejemplo: hace una semana atrás[27], soñé que me comía un gato… un gato gris —era un gatito chiquitito—, y me lo comía hasta el cuello […]
5. Y fue así como "¿Qué cosa?" […] Pero… tampoco quiero darle una interpretación mística, espiritual, porque he estado mucho en eso. Y no me ha hecho bien, porque me ha desvinculado mucho de este sistema […] Es de urgencia, porque… siento que estoy como en un proceso que ya no puedo seguir como tan desvinculada del sistema en el que he vivido tanto tiempo […] sé que es una pega mía y de romper con ciertas cosas familiares… mi mamá tampoco tiene casa; entonces, o sea, son detalles que son

[27] Coincide con el período en que se contacta, vía correo electrónico —el 04/12/2014 (C1)—, para coordinar una hora de atención.

grandes, son importantes ((ríe)), yo digo, o sea, ya este karmita es- es… mucho para mí. Y, bueno, eso. En- en síntesis.

6. T: Eh, a ver… ¿te gustaría, eh, por ejemplo, trabajar sobre este sueño que me cuentas del gatito, o- o quieres ver un poco más? Por ejemplo, uno siempre parte preguntando si tienes sueños repetitivos […]

9. P: Mmm… ¡Sí!, eh, por ejemplo, más que sueños son como… —entre comillas—, no sé si pesadillas.

10. T: Ya.

11. P: Pero, por ejemplo., que me persiguen y que bajo. Por ejemplo, el otro día soñé que venía un… un tipo que me quería violar y, entonces, yo pedía ayuda y ahí se apagó la luz en el sueño, pero íbamos bajando. Yo lo asocio a una relación que he tenido durante hartos años, que ha sido bien perjudicial y por la cual tomé la terapia con este psicólogo —de psicodependencia—, que ha sido muy terrible la separación para mí, por la sensación de soledad que me provoca el no tener a nadie a mi lado. Y, entonces, eh… ese sueño tiene que ver con la presencia de esta persona, ¡Yo lo asocio a eso!, de que… de que yo no lo he podido dejar cien por ciento, por esto mismo, porque… me he resistido frente a eso. Entonces, en algunas oportunidades, cuando hemos estado juntos, siento como que ya ni siquiera tengo deseos sexuales, pero como que él, en algún momento él- ya, tenemos —entre comillas— sexo, y yo me siento como usada. Entonces, ese sueño lo tuve después de verlo a él y de haber estado con él; entonces, tengo la sensación de que… yo misma me mal- me maltrato, digamos, de alguna forma. Y el gato, también siento que- lo tuve antes de verlo; entonces, quizás lo asocio a que ese gato- para mí los gatitos —yo amo a los animalitos—; pero los gatitos, en particular, yo les tengo como… no son animalitos, eh, fácilmente adiestrables, no son animalitos fieles, no son animalitos entregados, van donde calienta el sol —por así decirlo—: y él es un poco así. Yo asocio eso de que me lo tragué hasta ((sonríe)) hasta la mitad, ¿no? Extrañamente. Pero me gustaría sentir más como… como más, eh…

12. Bueno, una vez tuve un… un sueño con un maestro y, últimamente, me quedé en un lugar que es la […] yoga hace hartos años ya. Después dejé la práctica, pero sigo siempre acudiendo a Yogananda cuando necesito […]

15. T: Ya… Te iba a preguntar, bueno, esta pareja que mencionas tú, ¿cómo se llama?

16. P: Víctor

17. T: Y, bueno, tú dices, por ejemplo, que en este sueño del gatito, eh —que lo tuviste antes de verlo a él—

18. P: Sí

19. T: ¿lo relacionas con él?

20. P: Sí, porque era un gatito gris —no era un gatito blanco, no era… Y también porque es como la dulzura envuelta… en algo que no es fiel. Como yo- yo siento los animalitos chiquititos así, los gatitos chiquititos como algo dulce, algo frágil; pero que te pueden… sacar las garras y te pueden rasguñar, herir.

21. T: ¿Cómo te sentías tú en ese sueño, no? Cuando lo tomabas y…

22. P: O sea, sentía que- que era como que me lo engullía sin masticarlo y llegaba hasta el cuello, ¡Y me asustaba! Me asustaba y miraba los ojos y como que… "¡No! ¡Hasta aquí!" O sea, era como… era como eso, como la sensación de… "¿Qué es lo que hice?", como […]

25. T: ¿Cómo- cómo llegas a… llevar a cabo ese acto?

26. P: Siento que tengo que haber tenido la necesidad de engullirlo[28].

27. T: ¡Mh! ¿En qué lugar estabas, te acuerdas?

28. P: Sí, era como —no estaba al aire libre—, estaba como… en una casa —entre comillas—, así como- era un lugar cerrado.

29. T: ¿Conocido?

30. P: Ehm… Parece que no.

31. T: ¿No lo percibes familiar?

32. P: No.

[28] Aquí también se podría haber profundizado en su enunciado, preguntando: "¿Cómo pudiste haber llegado a sentir o a tener tal «necesidad»?", en lugar de la pregunta por el contexto que vino a continuación.

33. T: El gatito: ¿Es como otro gatito que, alguna vez, hayas visto en otro lugar?

34. P: No recuerdo haber visto un gatito chiquitito entero gris […]

43. T: Eh, bueno, en ese momento, cuando tomas el gato y te lo llevas, digamos… a engullirlo —como dices tú—, o cuando lo estás engullendo, eh, en definitiva, es sólo la cabeza, ¿sí?

44. P: Llego- llego- llego hasta la cabeza. Como que tomo- lo tomo desde la cabeza, y lo meto por la boca así ((levanta la mano derecha por sobre su cabeza, como si cargara al felino, haciendo el gesto de introducirlo en su boca desde los pies)) y llego hasta el cuello […] yo tuve muchos años de bulimia.

49. T: Ya

50. P: Dieciséis años, prácticamente, de- de este tema, que me costó muchos años superar […] Y, ah bueno, a costa de puras flores, terapia de todo tipo, búsqueda personal, decisión, ¡De todo! Entonces, eh, porque siempre me he resistido a estar en el mundo físico[29] […]

60. Bueno, dentro de todo mi… mi caminar por la vida, ehm… tengo la sensación- te lo digo a ti porque ya estoy más tranquila de- como en el fondo de… de saber, como que siento que, de repente, tengo una maestra en mi interior y… y no quiero asumirla.

61. T: Ya

62. P: Como que… Porque sé lo que significa. Como que… sé que ((empieza a llorar)) Ehm… eso. Como que sé queee sé muchas cosas, que he aprendido harto, que he buscado harto, es como la soledad po'. Eso. Sé que significa, como que… siempre como que quise buscar apoyo en- en un compañero, en una pareja y nunca lo tuve, y como que eso me… siento que ya no quiero más de eso. Y que no, no… no es que no… no vaya a aparecer alguien, o no sé qué, no sé cuánto; sino que es como que: "Ya, ¿sabes qué? Asume tu vida… de ser humano que sabe muchas cosas, que vino

[29] En relación con esto, en un correo electrónico enviado el 17/01/2015 (C5a), escribe: "muchas veces me siento atrapada, en la miseria y en la pobreza material que yo misma genere por mi manera de pensar y sentir, abandonando todo interes material sabiendo en mi fuero interno que nada nos llevamos al mas alla, me di una orden...y he sido obediente a ella, no tendre nada material". Sobre la base de este desapego estricto relativo a los bienes materiales, es de esperarse el influjo de las dos experiencias traumáticas de incendio del hogar que ella vivió.

a esto y que puede sola". Y eso es lo que más me ha costado: asumir, eh… mi soledad como una forma de vivir esta vida, digamos… Y que ya noo… no tuviste lo que siempre buscaste; o sea, en el fondo, como que (siempre) busqué apoyo en todas partes y… y nunca estuvo ese apoyo, realmente, y… y ahora como que me cuesta eso […]

68. P: Como de rechazar una parte de mí. Como que me niego a mí misma ((silencio 6")) Como no tener casa, no tener familia; porque mi hija se fue a vivir… Mi hija está estudiando… Ella es grandecita, tiene veinte años, y hace dos años se separó de mí, y yo… me separé de esta pareja igual: lo he seguido viendo y todo; pero no estoy con él, y me fui a este lugar, un poco inhóspito; pero ahí asumí el estar sola.

77. T: bueno, tú partes, eh, devorándote… el animalito, ¿no?, desde el cuerpo; pero te detienes ahí en la cabeza, llegas hasta el cuello. Ahí se marca un límite. Y ahí, bueno, viene esto que tú dices, como que… o sientes, te planteas que: "*¿Qué es lo que estás haciendo*?", eso te revisa; sin embargo, en el momento, eh- por eso te preguntaba yo: ¿Qué- qué experimentas en el momento en que lo estás haciendo?

78. P: Me llama la atención que no lo mastique. Eh, experimento suavidad… como ternura así, como… eh, siento que entra algo suave… como… ni siquiera le tomo el gusto ((silencio 8")) Como eso. Como suavidad… no tiene un sabor particular y no lo mastico. Eso me llama la atención… Pero tampoco looo expulso. Tampoco como que siento asco después. Sí me asusto cuando veo la- los ojitos, la cabecita, como que digo: "¡Ya! ¡No!". Me mira y yo lo miro, y como que llego hasta ahí […]

79. Un poco tiene que ver con… Es que yo voy a- como que, de re- de repente, voy entrelazando vivencias: El otro día estaba en San Felipe y, esperando a una persona, me puse a mirar las aves que estaban ahí en cautiverio y todos los seres que estaban ahí, y les empecé a hablar; entonces, todos me miraban ((ríe)) Y como que yo los saludaba y les conversaba cosas así, y como que- y como no tienen orejas y como la oreja es lo que el ojo como funciona como oreja [Sic] y todo, te miran así: Y todos estaban como quietos. Así como que yo les conversaba así, o les mandaba buena onda y qué sé yo. Y, entonces, el gato era un poco eso: era como… cuando- al mirarlo a

los ojos era como la misma sensación […] Eso de la mirada es algo que me… me llama la atención.

80. T: Y esa mirada del gatito, o esa mirada de las aves que dices tú, eh, no sé: ¿Te es familiar?

81. P: ((silencio 11”)) Buena pregunta ((sonríe)) Ehm ((silencio 9”) Siento que un poco sí… Es como mi propia mirada… Me ha costado mucho mirar a los ojos: Ahora he aprendido; pero me ha costado harto. Tiendo a- he tendido- trato de evadir eso. Pero eso, con la biodanza, ha ido pasando; o sea, he ido perdiendo el temor, el miedo… a mirar.

82. T: Es tu propia mirada, dices tú

83. P: Sí, porque yo he tenido mucho apego con los animales y… y eso como que me- me ha causado mucho dolor, ver tanto sufrimiento en los animales, entonces, un poco, me he visto reflejada en ellos. En el sufrimiento de los animales […]

98. T: Si tiene- podríamos recortar el sueño en dos- dos instantes, ¿no?: cuando te lo estás comiendo y cuando te detienes. Ehh y una- y una parte ahí que uno podría- a uno le podría sonar, precisamente, con eso que estás hablando tú. Porque, fíjate, eh… […] en principio, el modo en que tú, bueno, llevas a cabo esta acción, eh… es más como- como- a uno le- le puede dar la impresión como una escena de la naturaleza, como, por ejemplo, cuando el león devora al… venado

99. P: ¡Mh!

100. T: o no sé, algo por el estilo, ¿te fijas? Pero como tú lo describes, no lo describes como- como un acto-, bueno, técnicamente, es un acto salvaje.

101. P: ¡Mh! ((asintiendo))

102. T: Pero ‘salvaje’, no con la carga peyorativa que uno le pueda dar en una interacción o relación humana, porque no lo experimentas así

103. P: ¡Mh!

104. T: sino, simplemente, en estos términos de silvestre o natural, ¿te fijas? Eh, y tiene un giro cuando llegas a la cabeza, ¿no?: Te detienes ahí y captas esta mirada y… ya ves que entra- entra algo más en juego […] Por lo que tú describes, tampoco es que

la mirada del animal te llegue, no sé, como una mirada, eh, que te genere tensión o confrontación

105. P: No

106. T: Eso emerge a partir de ti

107. P: ¡Mh!

108. T: cuando tú dices: "*¿Pero cómo hice esto*?", "*¿Cómo lo- lo hice*?", como que ahí recién empiezas a- como dices tú: cuando metes la cabeza, ¿no? Pero, de por sí, el- el animal o esa criatura, digamos no- digamos, no te juzga

109. P: No

110. T: como lo haría, a lo mejor, otro ser humano si viera esa escena y (dijera): "¡Pero cómo! ¡No!", y- y "¡Qué animal!", o "¡Qué salvaje!" […]

111. P: Sí […]

115. P: Tengo en la mira ((sonríe)) a una perrita que siempre está fuera de la casa […] Bueno, algunas veces lo he hecho cuando puedo, de comprar comida y salgo a repartir… pero, no puedo hacerlo (esta vez), porque me tengo que ocupar de mí [30] […]

[30] Esta afirmación es clave en relación con el sentido del sueño.

4.2.- 2ª sesión 26-12-2014

1. P: Bueno, terminé la otra- el otro ciclo de terapia en Santiago.
2. […] Yyy cerrando el ciclo de miii ya pasada relación, porque ya decidí —o sea, después de la conversación que tuve acá y, después, con todo lo que he ido haciendo—, eh, solté la relación: Yo decidí hacerme cargo de "no más…" […]

76. P: No sé, yo me maltraté mucho en la relación… yyy noo… no supeee… poner el final de eso- ante eso. No supe cómo hacerlo porque… ¡No podía no ma'! —yo sentía que no podía. Lo intenté muchas veces y noo- siempre recaía, siempre recaía. Yyy… lo fomeee de mi actitud, es que es una actitud de familia que, en el fondo, es como que… no sé si es de familia o es de sociedad, o no sé, pero… no es por e- no es por justificarme ni por echar la culpa ni por decir: "Por culpa de los demás uno actúa como actúa", sino que… siento que tiene que ver con- con formas aprendidas deee- de relacionarme o de vivir la vida, digamos. Con esa cosa, justamente, del… el sacrificio… dee… de sobreesfuerzo de… no sé po': "Te ganarás el pan con el sudor de tu frente" ((sonríe)) Un poco eso: como una orden… familiar. Entonces, ese de soportar, de —que es muy de las chilenas, por lo demás… ehh, esa cosa de soportar a los hombres, a pesar de que sean como sean y estar ahí, estar ahí, estar ahí, estar ahí, estar ahí… por miles de- motivos; pero nunca por a- yo siento que nunca por amor ((sonríe)) O sea, eso no es amor: es una manera de… autodestructiva de relacionarse y en eso estuve yo mucho tiempo.

4.3.- 3ª sesión 09-01-2015

11. P: Y eso. Entonces, como que yo crecí en una condición como de no ser la personaaa… esperada ni deseada; todo lo contrario: era como… el bebé que ojalá no hubiese nacido, porque venía a- a recordarle a él que tenía que hacerse cargo de- de algo que él no quería hacerse cargo… como un padre […]

4.4.- 4ª sesión 13-02-2015

6. P: Porqueee… ehm… siento que igual superé varias cositas después de haber venido para acá
7. T: Mh!
8. P: como, p. ej., el tema dee la identificación con los animales, como que algo pasó, algo se movió ahí, quee… que dio buen resultado, en el sentido de quee como que des- me desconecté un poco deee… de ese aspecto que estaba como muy pegada con eso, yyy… me he sentido mejor; sin embargo, ahora… precisamente, hoy día, entre ayer y hoy día no dormí, dormí súper mal… mh… eh… tengo una sensa- me provoca inestabilidad, el, p. ej., tener discordancias con ―entre comillas― con un romance que tuve con una persona ―no sé si lo tengo todavía, o no sé qué va a pasar, no sé, nooo―, pero… Estuve yendo a Santiago, una vez a la semana, a visitar a una persona que es de un grupo espiritual… un señor yaa… adulto, 65 años; pero, bueno, se ve como si tuviera cincuenta, porque… es vegetariano y todo, bien estricto y todo y, bueno, él empezó a convocarme: como que me llamaba, me mandaba mensajes y me decía que lo fuera a ver, ¡Y yo fui a verlo!, así sin ninguna expectativa de nada po' ―la curiosidad de― y nos fuimos haciendo amigos así, como que yo sentía la necesidad de ir; de repente, pinchamos así, nos besamos y como que yo me entusiasmé mucho. Yyy yyy soy muy apasionada, soy muy así como… apasionada ((sonríe)), entregada. Yyy… mmm… no llegamos a concluir ―entre comillas― el acto sexual, pero, porque él… y he- y he- y he aquí miii… mi movimiento de piso ―si, por así decir, puedo expresarlo de esta forma―, porqueee… yo siento que todavía tengo pegada… el a- el abandono. Tengoo ―lo vi muy claro entre ayer y hoy día―, miedo aal- al abandono, miedo a que me dejen, miedo aaa- entonces, antes de cualquier cosa, eh, p. ej., yo… tengo la… tengo la necesidad, p. ej., que si pido un favor, necesito que me lo hagan rápido, o que si quiero ver a alguien, necesito que sea ¡Ya, ahora!, porque, si no es así, es como quee… me pasa algo raro, así como que

“¡Ah!, o sea, no me- no me quiere, no me pesca, no soy importante”, entonces, tengo esa sensación como de quee… Yo lo voy a ver todos los miércoles —entre comillas si, fui varios miércoles seguidos—, entonces, le pregunté si este miércoles podía, me dijo que no podía ni miércoles ni jueves, que podíamos el viernes; pero también, él es bien- él… él tiene sus dogmas y dice que él no puede tener sexo, ehh porque como que no- nooo, no pueden crear apego y todas esas cosas, que yo las entiendo desde mi cabeza; o sea, las entiendo como algo dogmático, ¡Sí!, lo puedo aceptar. Perooo… yo volví a ir de nuevo… como para ver qué pasa conmigo, o sea, ¿por- por qué yooo acepto esto?, o si soy capaz de aceptarlo. Yyy… y las dos últimas veces que vine de Santiago, me venía muy triste, me venía mal, porque sentía que, p. ej., yo no me puedo que- me quedé una vez en el departamento y después ya no me pude quedar más, porqueee… porque tiene que cuidar su imagen, porqueee es una persona que está en un grupo hace dieciocho años y quee- que lo entienda, que… Entonces, es como que igual eso de- me movió harto yyy…. y- y lo- y lo- y el problema es que ahora no sé si lo… si lo hice- si lo estoy haciendo bien o lo estoy haciendo mal esto dee- de tener estaaa relación, ehh… como emocional con él, porque igual él dice que me quiere, pero que me quiere sin apego y lindo: ese es suuu- su concepto. Entonces, a mí me deja como con una sensación, “Bueno, ¿pero qué es lo que es esto?”, o seaaa… tuvimos una intimidaaad… importante… yy- y yo ya había tenido antes una experiencia similar con otra persona, peroo… pero con él si que- ahí ni siquiera podía tocar sus órganos genitales —ni siquiera lo podía tocar. Por lo menos, con esta persona, han sido como más abierto, más entregado; pero igual… como que el no tener sexo, igual a míií… me hace cuestionarme un montón de cosas que- de qué es lo que yo quiero con otra persona, igual también habla de miedos: como que de mis- no sé, no de mis trancas, pero de miiis- de mis miedos… a la sexualidad. Eso ees, eso es lo más evidente que yo veo de mí ahora […] ¿Por qué tengo esta cosa de… como esta necesidad, esta cosa tan dependiente…? ¿Por qué?, ¿por qué mee… por qué me aparece esto? No quisiera que estuviera, pero está. Y, ahora, lo vi súper claro: lo vi súper claro, o sea, es como que tengo la necesidad de a- no puedo estar sola, así como

que necesito agarrarme de alguien y me da rabia. Me da rabia conmigo y meee… me queda la escoba porqueee… como que se ha vuel- looo sobre- es un tema con la autoestima, no sé.

47. P: Sí… sí… o sea, de hecho, me siento ahora como bastante así, como dividida […] O sea, retomando incluso… Cuando- cuando me vino la crisis con mi ex, eh, y cuando sentí- A ver, yo… yo conocí a mi ex pareja en una situación bien particular, tengo comoo… —creo— un lazo imaginario, pero también virtual, pero también inconsciente y a la vez conciente —en varios planos— con la imagen de- del maestro Yogananda. Y cuando lo conocí, cuando recibí el Kriya Yoga por- por vez primera, tuve un sueño igual muy maravilloso y situaciones, me pasaron cosas muy… muy puntuales, que las viví en la cotidianidad, también… que no es el momento de hablar de ellas; pero- pero sí algo en particular fue pedir, en una meditación, el amor de un hombre —a él, al maestro—: y yo iba caminando por la calle Condell ((sonríe)) y me encuentro con esta persona y le digo que voy- estoy buscando una pieza: "¡Ah!" —me dice— "Yo estoy buscando- yo donde vivo tengo una pieza, tengo que sacar" –la cosa es que- ahí apareció en mi vida […] Entonces, en el transcurso del tiempo, yo guardé unas lecciones en todo ese proceso y todo juntos conocimos- también me acompañó a recibir el Kriya Yoga —él no lo recibió, pero— yyy… La cosa es que yo destruí todas esas lecciones: las metí en el agua, cuando terminó todo, porque me sentí frustrada, sentí quee… como que no había valido la pena, es que no entendía por qué ((comienza a llorar)), por qué había tenido esa relación; o sea, como que no entiendo por qué tanto dolor… Yyy… y, entonces, dijee… co- como que, un poco, me enojé con el maestro, decía que: "¡Tú me lo mandaste! ¡Tú me lo pusiste en el camino! ¿Por qué, por qué esto ahora?". Y yo sentí como que me casé con él yyy… como que eso. Entonces… ahora… eh, estoy como… retomando mi ida al templo, de a poquito: es como reconciliándome con… y quiero como retomar los votos de nuevo… como eso po'. O sea, después de lo que pasó, como que siento que Yogananda no tiene la culpa ((sonríe)) Quizás él me está mostrando otras cosas que necesitaba ver de mí…

mejorarme, no sé, sanarme… eso. Y ahí como, eso que tú dices, o seaaa… integrarlo: partes de mí que… que andan así pululando, que no están conmigo cien por ciento.

4.5.- 5ª Sesión 06-03-2015

12. P: …en relación a esta persona que fue mi pareja durante mucho tiempo, eh, hace varios días atrás —cuatro o cinco días—, tuve un sueño donde yo bajaba- siempre sueño con la casa que fue nuestra —que se quemó, la primera casa—, que siempre, eh, está en mi inconsciente presente como el templo de mí, como el templo físico en este plano, digamos […]
18. era de tres pisos y el primer piso estaba- las paredes eran de- con piedras; entonces —ese fue el único que no se destruyó con el fuego, la- en el primer incendio— yy yo cuando viajo, últimamente, en mis sueños, viajo a ese piso. Yyy… y en- y en el sueño, en ese- en el último sueño, entré a esa casa, a ese piso, que era el piso de abajo, era como —entre comillas— un subterráneo, y no había nadie. Y estabaaa —entre comillas— vacío. Y era de dos piezas- o sea, tenía tres piezas… un baño, un- un- un patio. Yyy las dos primeras piezas colindaban —uno puede abrir una puerta—; entonces, me acuerdo que entré buscando a mi ex ahí, y abrí la puerta y estaba- no estaba él… Yyyy pero si estaban su- sus tra- tiene unos shorts que usa como traje de baño; estaba la cama como abierta, como si se hubiese levantado y hubiese- hubiese partido a algún lugar y estaba el libro de Yogananda — el *Autobiografía de un Yogui*. Y fue súper extraño, porque yo abrí el libro, o estaba abi- no, más bien, estaba abierto… y estaba adentro[31] la foto de una mujer que es una amiga de él —no sé si es amiga con ventaja o no, no tengo idea—; pero es una amiga en la que él, hace ya como dos años, que se va a quedar a su casa, salen de carrete, andaba en el auto de ella; o sea, ehh qué sé yo, pero es como que ha sido bastante recurrente la amistad con ella —se llaman ene por teléfono. Yyy y la última vez que me comuniqué con él fue a raíz de que… él- él le sacó una foto, que ella siempre sube fotos por Facebook, porque es como- ella es como rubia así, de rulos, es como así […] siempre como que se muestra en las fotos como sexy, yyy… y él- y, por primera vez, apareció él

[31] En un intercambio de mensajería instantánea realizada el 13/01/2017, ella especifica: "era como quien mete una foto y la mete dentro del libro" (E-8).

sacándole fotos a ella en una piscina con otra amiga, y parte de- y- y ella en poses así sensuales, y en una part- en una foto aparecen así de espal- de guata y él le saca una foto a los traseros así: y eso fue como que me reventó así. Y ahí lo llamé y ahí me comuniqué con él y le dije: "¡Cómo podís estar haciendo eso!", qué sé yo.

19. T: Eso, ¿cuándo fue?
20. P: Eso fue hace comooo dos semanas atrás
21. T: ¿Qué viste lo de las fotos?
22. P: Sí. Y fue que, también, reventó en rabia y en llanto en mí. Yyy… y ahí fue que lo- no lo había llamado, no lo había visto, nada; pero ahí lo llamé y le dije: "¿Cómo…?" y con rabia, con mucha rabia. Porque justamente a causa de la presencia de ella es que yo- peleamos mucho, discutimos mucho y siempre después de cada discusión, él siempre la va a ver igual, igual salían […] La cuestión es que la imagen de este ser estaba ahí en el sueño […] La foto en que ella estaba así de guata y en puros calzones, y la foto que él le había sacado y estaba en el suelo […] pero no saca- no es una foto artística, es una foto que está mostrando… como- y ella la sube al Facebook […] y eso fue lo que meee exasperó a mí: Y como que lo sentí súper injusto y rabia y todo, porque tantas veces discutimos y yo llorando y comoo… lo mismo de siempre y él vuelve siempre a lo mismo: Y vuelve siempre a salir con ella y no deja de comunicarse con ella y no deja de ir a verla. Entonces… eh, ¡Nada!, mee- eso mee- me pone mal y, entonces, ahí insiste en que no tiene nada con ella, en que no tiene nada, en que no hay ninguna relación, en que no hay nada. Yyy y yo no comprendoo una amistad así, sin que haya algo o que haya habido algo: Tan repentino así, no lo… algún juego o algo debe haber […] y fui a su casa, un día domingo y también pasó lo mismo ((ríe)) o sea, fue como ¡Guau!: Tampoco estaba y la cama estaba abierta… Y hoy día me entero queee- por Facebook, ella pone que lo había pasado muy bien con sus amigos —y lo pone ahí—, con Víctor y dos amigas más, y que fueron de carrete en la noche y que la ma- el día domingo estuvieron todo el día juntos y que no sé qué, y que… Y, claro, po'; o sea él… tiene que haber estado en la casa de su amiga no más po'. Pero

en el sueño, un poco, yo no entiendo por qué aparece ella ahí y en el libro de Yogananda, o sea, qué relación veo yo en eso, por qué aparece ahí, no entiendo.

23. T: A ver, veamos. Entonces, tú- bueno, primero que todo, si uno empieza a ver, es en este piso de esa casa donde tú lo vas a buscar a él.
24. P: Claro, a ver como que si- en el fondo, es como si está dentro de mí, es como una cosa así. Es como ver, es- es: "¿Por qué aparecí yo ahí?", "¿y qué fui a buscar… ahí?" Fui a buscar si él estaba todavía dentro de mí, una cosa así —yo looo interpreto así—
25. T: Ya.
26. P: como si él todavía está en mi inconsciente.
27. T: Y lo que encuentras es la cama abierta, el traje de baño de él
28. P: Como dejado ahí, como que si él se hubiese ido y ya no estuviera, como que —no que se hubiese muerto, pero como que— está vacío: no está.
29. T: Y este libro, él no… eh, no- no- no- ¿no hace esta lectura?
30. P: Él recibe unas lecciones que fueron- nosotros cuando fuimos a Santiago hace hartos años, ehh él pidió las lecciones; pero no practica nada po'. Nada.
31. T: Bueno, eh… eso parece que cuadra muy bien con esta imagen de que esté el libro ahí y al abrirlo, en verdad, está la- esta foto, ¿no…? Eh… que da más a entender… que, bueno, como- como dicen esto, más que- el interés más que por las lecciones en sí, digamos, está abocado a… a ese otro aspecto de la vida
32. P: ¿Cómo el goce?, una cosa así.
33. T: Ya, sí. Podríamos decir. Ehh, de hecho, es… es un traje de baño, ¿no?, y tú dices que, en la foto, ellas están en traje de baño tiradas.
34. P: Sí.
35. T: Y el traje de baño está ahí, dejado, suelto, no sé. Eh, bueno, tú dices como que- como que, claro, hubiesen quedado las cosas así, de alguien que se fue y dejó las cosas botadas o tiradas, ¿no?
36. P: Yo trato de trasmitirle un amor queee no tiene que ver con mi cabeza: Un amor, más bien… yo siempre le digo: "Yo te voy a amar siempre, aunque no estemos juntos"; o sea, mirándolo a los ojos, harto rato, o mirándolo a su rostro, como tratando

dee trasmitirle algo… que no tiene que ver ni siquiera con lo sexual, sino que… otra cosa, diferente. Pero es como que él la siente, eh, una milésima de segundo, peroo no está en eso; o sea, lo siente, pero es como que noo… noo- no- no sé: Se escapa, huye, no sé. Algo pasa ahí […]

40. pero siempre tengo esa cosa rara como dee… "A ver, a lo mejor… hay un- se va dar cuenta", "a lo mejor, va a mirar, a lo mejor, a lo mejor", (y caigo siempre) en la misma tontera. Y no es así; pero ya no mee… me da rabia no más, me da rabiaaa… seguir en lo- eso es lo que me da rabia. Y soy bien honesta en decirlo- en decírtelo […]

42. T: esto de llegar ahí, a ese espacio, a ese lugar que para ti tiene un valor muy íntimo, muy significativo, ehh, bueno y abrir la puerta y no encontrar más que estas cosas de él, queda la sensación, bueno, que él se ha ido de ahí, ¿no? Yyy… en ese sentido, el sueño es muy claro; o sea, seguir insistiendo ahí en ―cómo se diría… está esto de ―cuando uno dice, ¿no?― darse cabezazos contra la pared, o sino en querer agarrar, eh, algo donde no- no- no hay nada, donde no hay nada, digamos […]

89. T: Eh, ¿él [Daniel] te presentó o te ha presentado a su familia? No

90. P: No, porque no están vivos sus padres po', tiene 65. Pero, ehh tiene una actitud similar a esta pareja- ex pareja

91. T: ¿A Víctor?

92. P: Sí, en el sentido de, p. ej., yo no me puedo quedar a dormir, porque ( ) y él tiene que cuidar su imagen.

104. P: he pensado que, por ejemplo., si ((comienza a llorar)) que si tuviera una relación o algo así con alguien, yo dejaría todo… y me iría… Eso… es lo que me pasa ( ) Si total yaa he hecho todos los sacrificios y todas las cosas por- por hacer lo que hago, me he sacado la mugre y… y, no sé, he hecho miles de cosas pa' hacer… danza y mantener mis talleres, mis cosas, y nadie se imagina ni como vivo, ni nadie se ima- nadie se puede imaginar que "La Gran SU" ―entre comillas― vive como vive… Entonces, yo digo: "Bueno, ahora me toca a mí". Entonces, por eso estoy así como tanteando a ver si voy a seguir o no, o prefiero buscarme otro trabajo… que dé… y

también he pensado, también, en Santiago como un- otra alternativa… Y estoy así confundida; entonces, ahora, lo más urgente es cambiarse. Ehh… eso. Y sigue, y sigue ( ): ¿Por qué otra- otra mujer ((sonríe)) se han ido lejos con sus parejas?, ¿por qué no podría hacerlo yo? ((ríe)) Si es que así sucediera, ¿no?

4.6.- 6ª Sesión 10-04-2015

8. P: … soñaba que yo miraba hacia un- hacia mi lado derecho y venía un bus… un bus con harta gente arriba. Y acá había un edificio, y- y el edificio tenía como cuatro o cinco pisos. Y el bus era como que iba no más, iba y yo decía: "¡Va a chocar, va a chocar!", y- y entraba en el edificio, y rompía todas las estructuras del edificio, y el bus como que empezaba a darse vue- a caer en el cerro, y yo no quería mirar, porque yo sabía quee- que la gente iba- estaba mal herida y todo —porque venía con harta gente—, y yo decía: "¡No! ¡Voy a salir! Yo me voy a ir, ¡No quiero ver, no quiero ver!" Y empezaba a subir el cerro… como huyendo de esa tragedia […]

SU, refiere los eventos de la víspera:

14. P: Y ayer vi a esta persona en Santiago […] dije: "Ya voy a ver qué me pasa con esta persona, qué siento, qué- qué me genera, qué…"

La persona a la cual hace referencia es Daniel, de 65 años, músico y guía espiritual, a quien empezó a visitar una vez por semana, comenzando un *affaire* que excluía el acto sexual, debido al dogma que él seguía: "tiene que cuidar su imagen […] igual él dice que me quiere, pero que me quiere sin apego y lindo: ese es suuu- su concepto" (S4, 8)

18. P: Yyyy… ¡Y lo fui a ver! Y yo esperaba tener una- Yo esperaba que él tuviera una recepción diferente conmigo; es decir… que fuera más cautelosoo… o… o que, por último, no sé, reconociera un poco… una relación amistosa más… ¡No!, es como que actúa de repente y me vuelve a abrazar, y como que me da besos en el cuello, y después como que me dice, ¡Ay!, que le gusto y que le soy atractiva y la cuestión; pero yo todo el rato mantuve como una distancia; entonces, se sentaba en el sillón de allá y yo me sentaba acá, entonces, me estiraba la mano para que yo me fuera a sentar al lado de él y yo como que no quería, no quería y ¡Ya!, bueno ya, me siento ahí.

entonces, ehm… dejé que eso sucediera para mirar en mí qué pasaba conmigo, qué me inspiraba, qué sucedía conmigo —si- si me sentía cómoda, si no me sentía cómoda con sus caricias, qué pasaba conmigo—: y, la verdad, es que… no es que no sintiera nada, sino que… es como: "Bueno, ¿y qué más? Aparte de esto" […]

19. T: ¡Mh!
20. P: Entonces, yo le escribí un correo hoy día y le dije que, en realidad… que estaba bien y que él era una linda persona, muy dije, muy amoroso y todo; pero que, en realidad, ehm, me siento extraña con él no más, no me es- no me es cómodo estar en una relación así y sentir que, más o menos, estoy cometiendo pecado porque nos damos besos o lo que sea y… y… ¡Y no po'!, o sea… que yo prefiero que mantengamos así la relación… o sea, nuevamente, volvió a pasar lo mismo de siempre y yo quie- y yo quiero que me amen a la luz, no a lo oscuro —esa es mi frase— ((ríe)) O sea, eh… noo… porque es como, más o menos, lo que iba por- lo que yo estoy viendo que podría pasar, ¿no? […]
21. En eso estoy ahora. Ehh… siento que estoy naciendo de nuevo: esa es mi sensación ahora […] Es como que me hubiesen abiertoo… las puertas, me hubiesen dicho: "¡Ya, sale! Has lo que quieras hacer". Como en eso estoy ahora.

44. T: [Y] —la- la escena del bus—, eh, ¿algo que puedas relacionar, no sé, a esa situación?
45. P: Ehh Sí, un poco, como el desmoronamiento deee… todo esto como que ha ido desmoronando bastante en mí misma miii- todas las cosas que yo misma construí internamente… mis creencias, más que nada. El conocer a fondo, siento, por ejemplo, a este señor que conocí, Daniel, un señor que, ¡puf!, o sea, podríamos decir que todo el mundo, absolutamente todo el mundo, le tiene como una veneración, respeto: él siempre pone cosas en el Facebook así como, y todo el mundo le pone —treinta y cinco, cuarenta personas—, así como corazones, "¡Qué fantástico!", no sé. Entonces, conocerlo a él en una faceta que no especialmente era de aconsejar… También siento que es como una cosa que me llegaaa… de cómo es la espiritualidad, de cómo uno vive la espiritualidad, todo eso —el concepto de espiritualidad—: ¿Qué es la

espiritualidad?. Entonces, estoy así comooo… es como nacer de nuevo, como… No estoy en ninguna parte en particular, digamos, conociendo no más realidades humanas y no poniéndoles ningún nombre tampoco, porque así como él vive su espiritualidad en Brahma Kumaris, la otra- el otro lo vive en Osho, y el otro lo vive, no sé, en Buda, y el otro lo vive en Krishna, y el otro lo vive en el catolicismo; entonces, es como una cosa heterogéneaaa que no tiene… motivo para ser enjuiciada, ¡Es no más! —a eso me refiero—, es no más […] Entonces, conversando un poco con mi hermana, el otro día decíamos: "en realidad, cuando Jesús dice: "Tu fe te ha salvado", es como ¡Mi propia fe! Es lo que yo misma voy generando" […]

46. T: ¿es un bus, eh, o sea una micro, digamos, ¿no?, o un bus interurbano?
47. P: Es un bus como de estos Pullman […]
50. T: Es un bus interurbano, entonces. Y el edificio con el cuál choca: ¿tiene algo particular ese edificio?
51. P: Sí, es un edificio color… así como el que usan los monjes tibetanos, color conchevino, con rosadito. Rosadito, lo- el cuadro… de las ventanas. Y el bus chocaba, y el bus era como que… iba no más, iba directo hacia el- hacia el edificio y rompía por- por el medio del edificio y entraba […]
56. T: Ehh Ese edificio, además del color, ¿no?: ¿Es un edificio familiar, por decir así?, ¿es un edificio que tú ubicas?
57. P: Sí, me era familiar. Era como que ya lo conocía. Sí, no me era desconocido[32].
58. T: Claro, porque tú dices que tiene estos colores que, un poco, te evocan, ah bueno, lo- por decir así, los hábitos de los monjes tibetanos

[32] Aquí podría haberse seguido la línea de indagar cómo es que ese edificio no le es desconocido; sin embargo, tomar el referente que había aportado —el hábito de los monjes—, a través de la propiedad del color, de todas maneras, aporta a sus asociaciones. Luego, ella misma se sorprende ante el reconocimiento que realiza de ese color en un accesorio —el mantel— del departamento de Daniel (168). La vinculación de los contenidos, refuerza la equiparación entre el edificio y la figura de él. Cabe destacar que el factor que facilita esta relación entre la cosa y el hombre, no es menor en el campo de subjetividad de la soñante, debido a que es uno de sus colores favoritos (E1, 113)

59. P: Sí, sí.

60. T: ¿Algo que puedas relacionar con eso?

61. P: ((Silencio 16”)) Bueno, el concepto de ‘Monje’, podría ser. De lo que es ser monje.

62. T: Porque ese es el sueño que tú dices que, de alguna forma, eh, igual sientes tú que, un poco, va dando cuenta de lo que es… como tu renacer espiritual o tu volver a nacer espiritual, ¿no?

63. P: Sí… sí.

69. […] y el romper un montón de cosas, temas míos…

130. Me llama la atención subir el cerro y arrancar del bus. Porque me pude haber quedado quizás ahí mirando, ooo esperando… en que, no sé —pienso yo—, ayudar, no sé; pero salí arrancando, no quiero ver… Y empecé a subir el cerro […]

149. T: ¿Cómo te llama la atención lo de subir el cerro?

150. P: Porque arranco.

151. T: Ya, ¿qué significa para ti eso: Arrancar?

152. P: Huyo de la rea- hu- huyo de ver la realidad; o sea, huyo del- del dolor que me pudiera provocar ver esa gente mal herida y yo sin poder hacer nada.

153. T: Y mientras vas huyendo: ¿Cómo te sientes?

154. P: Preocupada. Voy como preocupada, angustiada.

155. T: ¿Preocupada por?

156. P: Por lo que está sucediendo.

157. T: Ah, ya; pero, ¿y cómo te sientes contigo?

158. P: Bien, me siento aliviada. Sí, me siento aliviada. De hecho, una libertad que siento es cuando salgo a trotar, por ejemplo. Que es algo quee- que he ido cultivando en el tiempo. Sí. De pasar mis propias barreras mentales. Bueno, por eso salgo a trotar, en realidad, hago un ejercicio mental más que físico […]

159. T: algo que en el- en ese sueño del- del bus, ¿podría haber algo en- en torno a esta relación con Daniel, también, ahí en juego?

160. P: ¡Mh! ((sonríe)) Sí. Siento que no le creo nada ((ríe)) […]

161. T: Digo yo, porque ¡Fíjate tú!, porque después, al día siguiente, viene esto lo del viaje a Santiago y tú me dices que vas a verlo a Santiago, también; pero que ya conservas una distancia con él.

162. P: Sí, sí. Total. O sea, ningún- o sea, no me involucro emocionalmente en nada.

163. T: Ehh… de alguna forma, en el sueño, claro, también… eh, digamos… no te involucras emocionalmente con ese desastre que está teniendo lugar ahí, ¿no?

164. P: ¡Mh! ((Asintiendo con la cabeza))

165. T: Por eso, tomando esos dos elementos que mencionas tú, como la caída de unas creencias ―que dices en un instante― en el derrumbe de ese edificio […]

166. P: ¿Te puedo dar un detalle? ((ríe))

167. T: Dime.

168. P: Es que va a sonar de película lo que te voy a decir ((ríe)) ¡Ay! Ya no sé dónde voy a ir a parar este día. ¡Voy a ir al psiquiátrico!. Yo, la otra vez, le dije a mi mamá que podía estar loca. Ehm, cuando llegué a la casa de Daniel, él tenía en su mesa un mantel color conchevino ((ríe))

169. T: Ya, muy bien, muy bien; entonces, eso viene a corroborar más, porque lo que yo te iba a comentar, ¡claro!, por lo general, los buses tienen capacidad para treinta y cinco, cuarenta dos pasajeros, ¿no?. Y, por ahí, me sonó eso que mencionaste tú, en un instante, ¿no?, de los treinta y cinco 'Me gusta' en Facebook ―treinta y cinco personas que le ponen cositas o le escriben, etc., etc.―, ¿te fijas? […]

170. Tú sueño, ¿no? 'Tú sueño' —más que 'el sueño'—, ehh… bueno, eh: ¿Qué- qué te está diciendo?

171. P: Reflejaa, como que se adelantó. Refleja mi sentir… que es como que mi esencia —que- que es lo que yo veo que- la que va arrancando—, no puede hacer nada frente aaa- a ese accidente, a esos- a esos heridos: Tiene que salvarse… ¡Y seguir- seguir subiendo! ―por así decir― No identificarse, no quedarse ahí como en el dolor, en la pena; sino que seguir… seguir hacia arriba.

172. T: […] bueno, evidentemente, tú tenías programado de- habías anticipado igual esto de pasar a ver a Daniel antes de ir al taller.

173. P: Sí. Sí, lo pensé. Es que yo no lo pensaba mucho, digamos; pero como que vi esa alternativa, vi los mismos horarios y dije: "Ya, voy a ir a verlo".

174. T: ¿Y eso lo pensaste, eh, el mismo día o el día antes?

175. P: […] Noo, lo pensé antes: le pregunté si iba a estar

176. T: Ah, ya.

177. P: "que voy a- voy a ir a Santiago y voy a pasarte a ver un rato" […]

188. T: como tú puedes ver, también se trata de- de un tema de… eh, don- donde está en juego, bueno, las creencias y este personaje también que, además, está muy relacionado con el campo y el mundo de las creencias.

189. P: ¡Mh!

190. T: Ehh… que, finalmente, que tú llevas a cabo también un acto a- ahí, ¿no? Sobre todo cuando lo cierras con la escritura[33]. Y… y haces- lo- lo llevas bastante bien, o sea, en esa comunicación contigo, en ese diálogo contigo. Porque, tal cual como tú dices, "*En verdad, estaba bien focalizada en qué era lo que me pasaba a mí*". A lo mejor, en otro momento, para ti ya, no sé po', que esa recepción tan cariñosa hubiese sido, ¡uf!, no sé, ¿te fijas? Como que ya ahí —¿cómo uno dice?— te agua- te habrías aguachado inmediatamente, o altiro, ¿te fijas?

191. P: ¡Mh!

192. T: Pero no; o sea, te focalizaste en ti y, en verdad, a ver, bueno, qué es lo que te pasaba. Como tú dices, ahí ya hay algo que no… que 'dejé de creer', digamos, ¿no? Algo sobre lo cual, ya no llevo una venda sobre mis ojos, por decir así, ¿no? Algo que, como tú dices, se desmorona, ¿no?, cae. Que tú ves, a- ¡Claro!, tú misma lo dijiste, que conociste, no sé, a esa persona que por Facebook, ¿no?

193. P: Mh

194. T: brilla bastante para recibir treinta y cinco 'Me gusta' y cosas por el estilo. Eh, tú ya viste la- conoces también otra faceta, entonces, eh… ¿te fijas? No vas en el bus.

[33] El e-mail que escribió al día siguiente a Daniel (20).

195. P: ((Ríe)) Claro.

196. T: Y, bueno, digamos, allá los que ahí, arriba del bus, ¡No sé po'!, siguen estrellándose, digamos, contra este… edificio, ¿no? Ehh pero, por eso, eso es clave: Cómo te sientes tú, ¿no?. Te resguardas y te sientes bien, te sientes aliviada, te sientes bien contigo, ¿no?

197. P: ((Asiente con la cabeza))

198. T: Claro, tú no puedes ahí —como dices—, eh, quedarte ahí es una posición de impotencia, ¿no? […]

199. Bueno, eso es lo- lo atractivo de esto, ¿no?, de los sueños, cómo

200. P: Ah, sí. Como- como tú los trabajas conmigo, sí. Es una cosa increíble todo lo que- lo que uno puede sacar de un sueño ((sonríe))

5.- ENTREVISTAS DE SEGUIMIENTO POSTERAPÉUTICO

Se incluyen, preferentemente, los fragmentos de las entrevistas citadas en el estudio.

5.1.- 1ª Entrevista 11-03-2016

1. T: No sé si me quieres contar un poquitito en qué estás hoy ooo empezamos- conversamos respecto dee, de tu experiencia
2. P: Como tú me digas. Yooo… cualquiera de las dos cosas ((sonríe)) O sea, en lo que estoy- en lo que estoy hoy es básicamente un proceso de síntesis de mi vida. Ya cumplí cincuenta años y siento que… ehh… estoy en un momento en quee todos los conceptos, ideas o dogmas que tenía de mi vida están… quebrados: quebrados y me encuentro en un espaciooo nuevo y diferente ¡En esta vida! En mi vida, en esta vida, en un espacio diferente; entonces, siento que no me estoy afirmando en nada de lo que antes me afirmaba… que era como para sobre- so- paraa- para enfrentarme a la- a las dificultades que me afirmaba, o en un dogma —fuera el que fuera—, o en una persona, o en una idea, o… Y hoy en día no es así, es al- es al revés, como que estoy en un terreno vacío, eh, desértico, donde lo único que tengo es mi cuerpo: mi cuerpo y miii… mis experiencias más relevantes de vida —en eso me afirmo. Entonces, las experiencias más relevantes que he tenido han sido con el baile y han sido con los procesos terapéuticos… con las flores y con la psicología: como paciente y como- también como terapeuta en las flores. Entonces, eh mee… me motiva eso para seguir viviendo, digamos, en lo que- en lo que puedo ir ge- regenerando dentro de mí misma

como experiencia de vida. Yyyy… y en lo que- todo lo que respecta al amor; es decir, siento que es un espacio todavía, aun ciertamente desconocido.

3. P: Pero ehh cuando apareciste tú con el tema de que podríamos vernos para conversar sobre- evidentemente que fuee un período muy relevante de mi vida, porque justamente yo acudí… acudí a la terapia del tema de los sueños, justamente, porque fue donde más revolución hubo en el tema onírico en mi vida. Y fue donde más soñé y fue donde más mal estuve. O sea, yo he estado en dos períodos de mi vida muy mal: uno cuando tenía como 21 años y dos, en ese período, eh cuando acudí a tu terapia. Y ahí ehh fue especialmenteee un- un- un –cómo se llama— un… un tsunami de… dee momentos oníricos que venían y venían y venían; entonces, yo ya estaba- era incontenible para mí. No podíaa seguir sin ayuda […] Pero que evidentemente que en ese momento fueee ¡muy útil!, el- en el tema de la comprensión de lo que estaba sucediendo conmigo.
4. P: lo que yo logré contarte era que siempre negaba el plano físico po': siempre negué la materia y me costó aceptar mi cuerpo, etcétera, etcétera. Entonces, ¡claro!, el ir habituándome con los años a- a aceptar, eh, la realidad, la realidad del sistema propiamente tal, a mí mee- para mí es un tremendo desafío. Noo… o sea, yo- yo- yo me presento frentee al siste- a la sociedad, al sistema y en mi- en mi rubro, como una mujer fuerte y todo; pero… en mi interior soy tremendamente frágil… y muy vulnerable; entonces, me cuido. Ahora yo me estoy cuidando. O sea, hoy día no pongo mis manos al fuego por nadie, por lo mismo: ni por un gran líder espiritual, ni por- a excepción de algunos, como el Dalai Lama, ahí yo- ahí yo me saco el sombrero ((ríe)); pero, en lo cotidiano, no. No, no- no… no. Eso. Entonces, ehm… ¡Claro! Por ejemplo, ahora estoyyy participando en un movimiento que se llama el movimiento «La matriz», que es un movimiento que está trabajando para queee se creen las primeras- primeras primarias ciudadanas en Valparaíso, para que ehm la gente tome conciencia de lo importante que es votar y lo importante que es su presencia en el voto […] Entonces, es una serie de- un conjunto de profesionales, diseña- diseñadores, arquitectos, artistas que conformaron un movimiento. Y este movimiento ehh trabaja

justamente en pos de esta primer- primer encuentro de primarias ciudadanas, que es como un hito en la región, en Chile. Yyy y me interesa y estoy participando. Entonces, eh, yo voy entendiendo la vida desde un ángulo más bien… amplio. Y eso me ayuda mucho a mí a- a situarme en el mundo en el que vivo.

5. T: Se trata como de conformar un —digámoslo así— una fuerza social representativa distinta a la propuesta tradicionalmente
6. P: Absolutamente
7. T: por los bloques políticos
8. P: Sí, sí. ¡Exacto! Porque no, aquí no, no hay una postura política única —o izquierda, derecha o centro— ¡No!: hay una postura política global[34].
9. T: Cuando- bueno, tú haces mención, ¿te acuerdas? Bueno, el período en que tú empezaste a- a verme. Tú estabas en una- bueno, tus circunstancias, tu contexto: ¿Lo recuerdas bien?
10. P:((Asiente con la cabeza))
11. T: Y, en ese momento: ¿Cómo te veías tú? Cuando llegas ahí a la consulta.
12. P:No po'; o sea, yo, en ese momento, seguía con una actitud ehm… de una autoestima muy baja, de una sensación de no valer, eh, de poquita cosa, de pobrecita, todos esos conceptos los tenía como muy enfrascados.
13. T: ¿Cómo ves tú que se fue dando el proceso desde la última vez, digamos, que nos vimos? ¿Cómo describirías tú el proceso?
14. P:O sea, es que fue un aporte importante, porqueee el hecho de mirar el sueño y poder ehm… eh poder comooo enlazarlo con mi proceso de vida, eh, ¡fue un gran aporte! Yo creo que me ayudaron a… a visualizar eh… las cosas que iban sucediendo en ese momento, digamos: a visualizarlas y a- a… ¡a cerrarlas!; o sea, como a- a entenderlas, a… a descubrir lo que había en mi interior, me permitía como tomar determinaciones, ehm… ¡No pasivamente!, ¿ah? No así: "Ah ya, sí", no, sino que "¡Ahh ya! ¡Sí! Entonces, no está bien. No po', ¡No está bien para mí!" ((ríe))

[34] Efectivamente, las primarias se realizaron el domingo 03 de julio de ese año y el candidato elegido en esta instancia, más tarde, saldría electo alcalde por la comuna de Valparaíso.

15. T: ¿Te acuerdas de algo en especial, en particular?
16. P: Mm… Sí, me acuerdo de la sesión del… del bus que chocó… del color…. eh, me acuerdo deee… y me acuerdo de mi ex, cuando yo te decía que veía los- los… el- ¿Cómo es que se llaman lo que usan los hombres cuando se van a bañar?
17. T: Traje de baño.
18. P: Sí, los traje de baños, que en ese tiempo él andaba con esta amiga y que yo había- me acuerdo de esas cosas así, en general.
19. T: Tu ex, eh… se llamaba
20. P: Víctor
21. T: Ya. Eh, claro. Tú terminaste con él en- en ese período, ¿no?
22. P: Sí, pero eh… sí. Terminaba, pero después nos volvíamos a ver, después terminábamos, después nos volvíamos a ver; pero siempre en una posición yo totalmente diferente, en una posición- nos reencontrábamos, pero el reencuentro siempre fue ehm… cada vez más distanciado, cada vez… más libre de mi parte. Con más libertad. Es decir, eh, quizás al principio, cuando yo lo conocí de años atrás, hasta hace poco, mi- mi relación con él era- ahí sí que yo podría decir que era una relación de absoluta dependencia de mi parte, porque yo busqué como un cobijo en él, busqué como una aceptación. Pero también descubrí que yo, que- que la SU también manipulaba y que la SU también tenía un cierto control sobre él, que no era solamente sobre mí, sino que yo también ejercía, de alguna manera, un control ―entre comillas― inconsciente. Y ese jueguito ehh… dañino, fue creando una dependencia; entonces, descubrí que uno a través de… uno puede también ehh ser parte del juego de dependencia y, por lo tanto, no es- no solamente es uno, sino que son los dos. Y en ese ser los dos ehh no hay víctima, sino que hay una manipulación donde, de repente, gana el que es más inteligente. Y ahí es cuando uno ehh, por salud, debe tomar una determinación. Porque, si estás buscando verdaderamente ser feliz, no es lo mejor para tu vida. O sea, estar tranquilo. Entonces, cuando yo- cuando me pasó a mí que en- en- durante el proceso de terapia que yo iba teniendo, iba descubriendo cosas de mí y los reencuentros ya nunca eran igual, obviamente. Había como una

suerte de ehm… de distancia afectiva y emocional que yo tenía con él, porque ya lo miraba con otros ojos: ya no lo miraba con los ojos de dependencia, sino que con unos ojos "¡Ahh! Este es: no lo que yo creía", "Ahh, él es así y no como yo pensaba", "¡Ah! No es la pinturita que yo puse sobre él, sino que esta es la realidad". Y ahí se caía el velo de la fantasía, la ilusión y venía el "no, no es lo que quiero", "no es lo que necesi- ¡No es lo que quiero!" —que necesidad es otra cosa. Entonces… eso pasaba. Eso me pasó a mí.

23. T: ¿Tú podrías decir que ya durante el proceso lo- lo visualizabas?
24. P: Sí, sí; pero es que, también, yo diría que uno de los motivos por los que me costó cerrar el ciclo, yo creo que tiene que ver con esto de… de cosas que están en el inconsciente mío po', que están- eso dee… que está en las venas de uno como mujer latinoamericana, con enseñanza católica, ehh… de que tú debes ser siempre buenita
25. T: ¿debes ser siempre…?
26. P: Buenita.
27. T: Buenita. Ya.
28. P: O sea, dee- de que un hombre puede hacer todo lo que quiere y la mujer no; entonces, uno tiene que perdonar- perdonar todo el rato: disculpar, dejar pasar, ¿me entiendes?
29. T: ((Asiento con la cabeza))
30. P: ¡Qué horroroso lo que estoy diciendo! ¡Yo lo sé! ((sonríe)) Pero, nos guste o no nos guste, en el fondo, yo creo que, en general, en las mujeres, tenemos eso. Quizás hay muchas que están en otra posición que, de repente… la gente más joven; pero ni aun así. Igual se ven cosas ( ) Pero, pero eso yo lo descubrí en mí. Y, entonces, cuando te das cuenta de eso y ya estás madura, te das cuenta que… o eres tú o es lo que te enseñaron. Y ahí hay que tomar una determinación. Aunque parezca- aunque tu Yo te diga: "¡Pero cómo vas a ceder!", no.
31. T: Eh, ¿tú ya no tienes contacto con él?
32. P: Sí, nos vemos. Pero él siempre me llama, porque me dice que me quiere, que… que reconoce cosas de mí, queee- que se da cuenta quee… que- que me valora, qué

sé- pero yo nooo… digo, pero es que ya es tarde ya, porque yoo… ¿qué hago con todo lo que viví?, ¿qué hago con todo eso? O sea, no- no puedo borrar y que quede todo blanco en esta relación. Porque él tampoco ha hecho procesos: procesos en términos de… de mirarse, dee… no. Entonces, no- si es por tema de pareja, no se puede ser- no puedo ser pareja con una persona así. Como… y eso, eso… se- se lo he planteado así, tal cual te lo estoy diciendo a ti. Ahora que él quiera patalear y todo, bueno, es su tema. Lamentablemente… yo no soy santa ni pretendo serlo; entonces, noo- soy un ser humano no más.

33. T: Tú ya, digamos, eh, no hablarías, entonces, como de una «psicodependencia emocional»
34. P: En estos momentos, no. No. No, nooo. Yo he descubierto que puedo hacer las cosas… ¡Siempre lo he hecho!, en todo caso. Yo creo que la relación con él fue una relación, más bien, imaginaria, como así como queee tú quieres poner al otro y te obligas a- a tener al otro al lado para no sentirte tan solo, o sola, que fue lo que me sucedió a mí. Entonces, es difícil sí, porquee- por eso te digo, como que siento quee estoy un poco, en ese sentido, en foja cero, porque es comoo, hasta hoy… no sé lo que es estar, realmente, en pareja así… saludable. ¿Eso…? Pero tampoco es mi objetivo de vida; pero yo creo que hay una parte de mí que —como toda persona— lo desea: como que, si- si aparece, bien; si sucede, bien, si no… Lo que yo estoy haciendo ahora es como resolver cosas mías de: si sigo en la danza africana o no, y de qué manera sigo, cerrar mi tema con la biodanza , seguir con las flores, cómo me encamino en el sistema, porque no tengo mi título, ehh todo eso y porque, básicamente, dónde voy a vivir, cómo lo voy a hacer para tener un espacio para mí, son temas que son relevantes que me importan más que el hecho de tener o no una pareja, o una relación. Son muy relevantes. Entonces… eso es lo más importante ahora para mí […]
35. T: Bueno, y siem- siempre está ahí —como uno dice— Víctor, ehh como alguien con quien, a lo mejor, tener, por ahí, su cita de vez en cuando y ya está. Pero no te haces mayores proyecciones y estás abierta a otra posibilidad.

36. P: No, de hecho, por ejemplo, él me ofreció irme a vivir a su casa, pero yo no quiero; o sea, yo me vine, justamente, arrancando de eso a Valparaíso, porque… no puedo vivir en un escenario donde la pasé tan mal. Entonces… a como diera lugar, arrendé un lu- una pieza en Valparaíso y me arranqué. ¡Claro! Yo creo- yo- yo siento que él lo entiende desde otra perspectiva y él no es de las personas que corta y dice: "¡Ya! Esto pasó", no. Él- si él- él seguiría por años. Yo creo que él podría seguir puuuuu… por siempre ((ríe)) Peroo… para mí tiene mucha significancia estar donde estoy y la decisión que tomé y las cosas que estoy haciendo.
58. T: tú que das de comer a los animales
59. P: Me como un gato
60. T: te estás comiendo un gatito: un gatito como aquellos gatitos que tu abuela
61. P: Ahogaba […]
62. T: ¿En qué circunstancia te ves tú haciendo eso?
63. P: […] hago la asociación con el gato y siento que en la misma medida que yo tengo esa —entre comillas— amor, también tengo la violencia al revés: es decir, yo no escondo, yo no te digo: "No, si yo soy santita, yo no me podría nunca comer un gatito" ¡Mentira! Porque también como pollo, también como pescado, y cuando los veo ahí con la sangre me da- ¡Es terrible!; pero por el hambre a veces igual como, porque no soy vegetariana […]
64. T: Situándonos en-en- en la circunstancia, por ejemplo, en- en tu presente en ese momento de la primera consulta… cuando está esta inquietud también, precisamente, de ocuparte de- de ti, en lo que tú mencionas esto de, p. ej.: estar itinerante, de tu descuido respecto de las cosas materiales,
65. P: Mh
66. T: de la necesidad de —como dices tú—, eh, verte más en el sistema,
67. P: Mh
68. T: de- de preocuparte más de tus cosas, y de tus cosas materiales.
69. P: Mh

70. T: Porque, claro, uno- uno podría plantear: Claro, ¿En qué circunstancia podrías estar tú en esa —de estarte comiendo un gatito—? En una situación de
71. P: Bueno, en ehh… en ese período, yo pasaba hambre, arriba donde vivía, porque, en ese período, fue justo el período en que me separé del Pato, entonces me fui arriba a ocupar un departamento que no era mío, un lugar que no era mío, un ambiente que detestaba porque ahí sí que había violencia animal, ehm… Entonces, yo creo que lo asocio a eso, digamos, a quee… a que estaba sufriendo mucho, lo estaba pasando muy mal, por mucho rato, muy sola yyyyy- y aferrándome a la nada, o sea, aferrándome básicamente a… ¡Pucha!, como a meditar, a no sé po', a buscar un aliciente que me permitiera como salir de esa situación y yo creo que lo vinculo justamente a lo que estaba viviendo, digamos, no- no había refrigerador, no tenía pa' comprarme- pa' comer, tenía apenas pa' la micro, entonces, como que yo creo que yo lo vinculo a eso: como a una necesidad de comerme la vida —una cosa así—, como de… como de subsistencia […]
72. T: Pero, supón tú, ahí hay un, ¡Claro!, hay un elemento concreto, como es lo que- ¡Claro! Tú me dices si te hace sentido, ¿no?
73. P: Mh
74. T: pero es como que, claro, eh, (si) en un sentido, el sueño te pusiera en una situación extrema, para llamar tu atención, llamarte la atención y llamar tu atención respecto de algo
75. P: Mh
76. T: de algo de lo que… te incumbe y tendría que ocuparte respecto de ti mismo
77. P: ¡Mh!
78. T: de ti misma… Claro, por eso representa este- esta escena: esta escena que uno podría llegar y decir… claro, como una situación extrema
79. P: Mh
80. T: o sea, como llegar al extremo de: "¡Chuta! Me como este animal por hambre". "Estoy pasando pellejerías, estoy pasando penurias". Una situación extrema… Ehh… era también tu preocupación en ese minuto

81. P: Mh
82. T: material, concreta
83. P: Sí.
84. T: de hacerme de recursos, de supervivencia.
85. P: Sí. Sí, absolutamente
86. […] que uno puede tener sueños en un momento y quee- que esos sueños están reflejando una síntesis de tu proceso de vida […] o sea, los sueños son lo que son: son maestros que me… entonces, necesito estar como atenta a lo que me dicen, porque… eh… me sirven mucho, digamos, me- me enseñan, meee…. Y me siento muy plena dentro de ellos, también […] entonces, el- el sueño, evidentemente —y los sueños—, son un… un arma de trabajo absolutamente necesaria… ¡Necesaria!, por, eh, por descubrir.
87. T: Por ejemplo, tú mencionaste estos dos sueños: eh el de- bueno, el de Víctor cuando lo veías en traje de baño
88. P: Sí
89. T: y el del bus
90. P: Sí
91. T: […] ¿Cómo ves tú que te aportaron, te sirvieron (estos sueños)?
92. P: Bueno, el de Víctor me sirvió comooo paraaa rea- reafirmar un pocooo, ehh, una realidad que yo no quería aceptar: ¡ que él lo estaba pasando bien no más po'! como fuera, lo estaba pasando bien y que ¡No estaba! no estaba en mi vida. Y, ehm, el otro… eh… como una visión global deee… en general, del- del- de- de… de la gente que buscamos, no sé po', alguien que nos- que nos conduzca ((ríe)) […] disfruto mucho, eh, la libertad que significa para mí poder decidir, y no que decidan por mí. Porque antes, como estaaa- esto que había en mí, decidía por mí…. tomaba las decisiones: yo no era la que tomaba las decisiones. Entonces, había algo en mi mente, o había al- había un… un estado… una ausencia de mí —se puede decir. Se puede hablar como […] uno que jala, eh, uno que, no sé, ingiere alcohol o que fuma, está tomado por; entonces, él no puede decidir: esa persona no puede- yo era lo mismo,

yo no podía decidir: no, yo estaba tomada por las circunstancias. Pero, aunque yo estaba tomada por las circunstancias, estaba esta voz interna que sabía que algún día… ella se iba a liberar: sabía que eso iba a suceder; pero, mientras tanto, estaba tomada.

108. T: […] en ese sueño del gatito a ti te llamaba la atención que el color que era gris
109. P: Sí
110. T: que tú decías que como que no habías… visto antes un gatito gris
111. P: Sí
112. T: ¿Alguna idea con el color gris?
113. P: ((Silencio 7")) No, no tengo ningún preconcepto. No. No, en realidad, no me agrada mucho el gris, porque no es ni blanco ni negro; entonces, no es un color… nunca me- el gris me ha atraído, digamos: o es blanco o es negro, pero no ((sonríe)) […] O seaaa, no es un color atractivo no más. Hay colores que para mí son más atractivos que otros, peroo… el naranjo, por ejemplo, ¡me encanta! Peroo… o las combinaciones: naranjo-amarillo, conchevino-naranjo, no sé; pero el gris es… ajeno a mi- a mis gustos.
114. T: Es como más ad hoc a lo que tú en un momento dices del gatito que es como- va donde calienta el sol
115. P: Claro
116. T: no es ni blanco ni negro
117. P: Claro
118. T: No es definido
119. T: ¿Y directora también de, me dijiste? Directora de
120. P: Ehh… por el Facebook te voy a mostrar ehh de la Asociación GTCA de la Quinta Región.
121. T: Ya.
122. P: Pretendemos- sí, ese es como… Hace un año que ya estamos funcionando; entonceees, ahora, este año nos toca concretar: tenemos que hacer las tarjetitas —nos- nos hace falta eso—, eh, todavía el- el logo no… no está —como se dice— que uno

paga por el logo para que no te- no tiene marca registrada todavía, habría que- habría que ver ese tema.

123. T: Claro, eh, sí. Registrado, no está registrado.

124. P: No está registrado.

125. T: Claro

126. P: Pero lo- ya lo tenemos, entonces, como quee- Pero estamos recién empezando, diría.

5.2.- 2ª Entrevista 26-03-2016

20. P: Ah, sí. Sí po'. Siempre- o sea, en el fondo, fue siempre lo que busqué y ahora entiendo, entiendo a raíz de la- de la terapia última que me hice y a raíz de unos comentarios con otra amiga […] en el fondo, luego de- de ana- de analizar, de ver desde todos los ángulos, ehh, por qué y para qué yo seguía con Victor, ehm, entendí, justamente, que yo veía en él aquellas cosas que yo sentía que no tenía y que yoo buscaba para mí; o sea, tiene un buen trabajo —un trabajo de muchos años—, que es profesor —que aquí, que allá—, entonces, su escuela, su casa, eh no sé, su familia, sus pensiones, sus cosas; o sea, él, de hambre, no se va a morir: aunque no trabaje, igual recibe; ¡Pero yo no po'! Yo, vulnerable totalmente; entonces, eh… esa es la gran diferencia […] en lo más profundo, siento que tiene que ver con mi desafío de vida. Es decir… te lo traduzco, o sea, son muchos años los que yo estuve en una búsqueda espiritual, o búsqueda de mí misma, tanto así que yo me perdí: en vez de encontrarme, me perdí y me olvidé de lo más esencial que era: tengo que tener un lugar para vivir, tengo que tener una un- un sueldo que me permita pagar ese lugar, etc., para mi salud… entonces, si me junto con otro artista, va a ser la misma cuestión de siempre, o sea, yo no- no- no… sien- me daría miedo, me da pavor, me- me- me- me… necesito pisar tierra, eso, necesito respirar, ehh… respirar seguridad […]
35. P: Sí. Aunquee hoy en día ―como uno se cuestiona todo permanentemente cuando va mutando en el sentir, en la visión de vida y todo ―, hoy en día me cuestiono realmente si lo que sentía por Víctor era amor o era una necesidad… afectiva… o sea… eh y- y un poco el objetivo siento- en parte de mi vida ha sido un poco eso, o sea… como siempre uno tiende como a pensar que lo que está mejor está afuera, que ―no sé po― que lo que- que lo de mejor calidad está lejos, que no sé qué… Y como que… siento como que uno de a poco se va acercando a suuu… a su Yo interno; pero, en mi caso, lo he hecho muy lentamente ((ríe)) Me ha durado muchos años

5.3.- 4ª Entrevista 16-04-2016

1. P: pero me costó harto salir de ahí. Mucho. Estaba muy pegada en eso y estaba como muuuy… ehh… cuando uno no quiere sacar el dedo de la herida así, como que […] ahí, ahí, ahí, ahí… me servía para distraerme seguramente. De mi realidad… creo.
2. T: ¡Ya! Porque, claro, uno podría llegar y decir ese sueño puede haber tenido de bastante anticipatorio; pero el sueño era actual, contingente. Prácticamente, el sueño te mostraba cómo eran los- los hechos, cómo era la realidad, digamos. Y, claro, se contraponía bastante a tu deseo.
3. T: …como el sueño del gato, comerse al gato. Tú llegas ahí hasta la cabeza. Si hubieses podido continuar ese sueño, ¿cómo lo continúas?
4. P: Me lo saco de la bo- ((ríe)) es que la cabeza siempre es el límite.
5. T: O sea, no te lo terminas de comer, ¿no?
6. P: No
7. T: ¿Y qué haces a continuación, entonces?
8. P: ¿De sacármelo?
9. T: ¡Mh! ((asiento))
10. P: No sé po'… un cariñito. O sea, es que yo, estos últimos años, ehh… heee aprendido a amar a los gatos. Porque antes de este- de todos estos últimos años, yo… eran total- eran seres totalmente indiferentes; pero hoy un gato no pasa desapercibido por mi lado que es como que ¡Es un gato!, tiene una estirpe, una condición… es como- es de otro planeta: es un gato, y nunca están- nunca están sufriendo, siempre están… ¡Siempre!, siempre están en una punta, en una esquina tirados… no… espectacular. Y lo rico es que tú nunca eres dueños de ellos; o sea, tú les haces cariñito, tú le dejas- pero no- me gusta que no- que no se dejen poseer, me gusta que noo- me gusta eso. Porqueee, a diferencia de los perritos po'… porqueee eso los hace ser ellos mismos, a los gatitos. Y mantienen su independencia. Pero uno puede- uno puede admirar esa belleza en ellos, todo el rato.

11. T: Qué curioso que justo cuando tú empiezas a hablar, eh, bueno, además de la «confianza», este otro término «libertad», se va correlacionando con, eh, con mayor afinidad con el gato
12. P: Sí.
13. T: que son animales, tal como dices tú, independientes
14. P: Sí, sí.
15. T: Bueno. Hay otros rasgos, esos rasgos que a ti te atraen del gato, ¿los ves en ti?
16. P: ((silencio 11”)) Son sabios. Es decir, eh, son súper intuitivos, así como que captan cuando tú- te captan. Captan tu energía —no tu pensamiento—, tu energía, tu- si bien, es pensamiento también, pero me refiero a la totalidad […] No son como de este planeta. Si siem- parece que siempre están en otra parte, no aquí. Siempre están esperando a alguien. Tú ves a un gato, siempre está a la espera de alguien, como que algo quiere ver pasar, no sé (Ponte tú) a donde pase —porque Valparaíso está lleno de gatos—, los gatos siempre están parados, siempre: observándolo todo, mirándolo todo, esperando algo […] Y tú cuando les hablas… te escuchan.

5.4.- 6ª Entrevista 28-04-2016

1. P: De hecho ahora tengo otra frase que es “Amar con los ojos abiertos” ((ríe)) No con los ojos cerrados.
2. P: […] yo ya nooo, no tengo esa cosa de idealizar a las personas. Esa es la- el gran- la gran distancia, el gran abismo que ahora tengo con respecto dee… de ese tipo de personas. O sea, aunque aparezca un ser entero de blanco y diga que tenga como cien iniciaciones de reiki, sigue siendo un ser humano igual. Mientras esté aquí, en este plano, estamos todos en aprendizaje. O sea, es- uno no- ¡O sea!, esa es mi posición ahora.
3. T: Y en seguida, bueno, el sueño del bus: ahí lo mismo, si pudieras cambiar algo —en ese sueño— ¿qué cambiarías?
4. P: ((silencio 5”)) ¿Por qué tendría que cambiar algo ahí?
5. T: Te lo planteo, tú podrías llegar y decirme: “No, en verdad, no cambiaría nada”.
6. P: Mh (Creo que no)
7. T: Mh ¿Y cómo lo continuarías?
8. P: ((Silencio 14”)) No sé. Es que hay mucha gente ((ríe)) […] O sea, parte de- del encanto que a mí me provoca la naturaleza es disfrutarla, ehm, tirándome en- en la tierra así, con los brazos y las piernas abiertas, así como de guata al sol, una cosa así. Y es lo que haría ahí en el sueño: no seguiría subiendo; sino que- y me- independiente de lograr la cima, me quedaría ahí como- y me pondría en esa posición […] Pero el choque tiene que ser, claro.

5.5.- 8ª Entrevista 13-01-2017

Esta transcripción corresponde al registro de audio de un breve intercambio a través de un dispositivo móvil:

1. T: Y, bueno, para ti igual era bien significativo, ehh… bueno, eh- ehh, esa casa [la casa del primer incendio ─propiedad del abuelo materno─, la del sueño «Habitación vacía»]
2. P: […] Síií po' totalmente, totalmente […] Esa casa es mi templo, es mi lugar donde nadie me puede hacer nada, donde yo huyo cuando estoy- estoy siendo como atacada en algún momento dentro del mismo sueño y yo huía a esa casa, una cosa así. Entonces, representaba un lugar de protección, un lugar de acogida, eso […] O sea, la casa en sí, toda tal cual era ehh me representaba mucho a mí en mi personalidad […] Este tema de queee- que se quemara, digamos, ehh fue también un pocooo ehh, eh me produjo estaaa… fueee- me produjo este quiebre emocional y esta desorganización de mi personalidad queee… que decantó en mi enfermedad, mi depresión y todo […]
3. T: Tú ahí describías, eh, por ejemplo, que veías la cama abierta […] el traje de baño también ahí, ehm, como dejado… y veías esta- estass lecciones de Yogananda con la foto de- de esta mujer ahí, ¿no?
4. P: […] Es que todo eso es simbólico, porque… hasta el día de hoy para mí la presencia de ese maestro de la India es… es muy poderosa en mi vida ─una─, es muy trascendental, lo sigue siendo […]
5. El traje de baño significaba que, eh, Víctor estaba con esta amiga en una piscina, pasándolo súper bien y yo estaba como con una tremenda depresión arriba; entonces, yo veía que lo pasaba chancho y yo estaba como… en otro proceso […] En ese momento era muy doloroso porque… yo me sentía de-, sentía que estaba siendo totalmente desplazada […] [el traje de baño] él lo usaba para- para ir a la playa, para ir a la piscina, para salir, para disfrutar ehh y yo estaba- y yo estaba distante de eso,

digamos: no estaba de partida con él y estaba en otro proceso. Eso me llama la atención. El traje de baño me habla de eso, me habla de las diferen- de que yo- él estaba en una cosa y yo estaba en otra, y estábamos separados. Eso.

6. P: La foto de ella implicaba para mí mucha rabia, mucho dolor, mucha pena, porque… él me había desplazado por esta amiga, ¿no? […] entonces yo- yo tenía esta fusión de… de emociones y de sentimientos —todos contradictorios— entre lo espiritual, entre la rabia […] cuando te dejan por otra persona.
7. T: Y esto de que la foto de la niña estuviera ahí en- en el libro: ¿Estaba como superpuesta en- en el libro o estaba como impresa en el libro?
8. P: No, no, no. Estaba superpuesta. Era como qui- quien mete una foto y la mete dentro del libro, una cosa así.

6.- CORREOS ELECTRÓNICOS

Se incluyen sólo los correos citados en el estudio.

6.1.- 1er Correo

De: su <e@hotmail.com>

Para: ecosigma@yahoo.com

Enviado: Martes, 4 de diciembre, 2014 10:32 P.M.

Asunto: Sueños...

Hola , mi nombre es SU y realizo actividades varias , entre ellas soy profe de Danza Afro de E. y me comento que tu trabajas con sueños.

La verdad es que hace mucho tiempo, más bien durante todo este año, he requerido algún

tipo de guía al respecto, pues tengo la certeza que los sueños son los mensajes del Alma,

que de alguna forma te da las herramientas para continuar creciendo.

Mis sueños son muy vividos, en colores y verdaderamente para mí poderosos.

Algunas veces se adelantan, otras me como gatos, otras limpio muchas arañas y me despierto en el transcurso, no gritando.. otras veces llorando, otras veces no sé qué hacer pues son como si los estuviera viviendo...en el presente, bueno...

Por ello, quisiera saber qué puedo hacerme para contactarme con usted y ver de qué forma puedo darles un cauce más significativo a mi vida, más claro ...

Vivo por el momento en Viña del Mar, tengo diversos horarios pues no tengo trabajo estable, hago flores de Bach y vivo más que nada de mis clases de danza...eso.

Llevo varios años asistiendo a terapias grupales, tomando flores y haciendo procesos, por ello el tema de los sueños para mí es un área que quisiera escudriñar, podría usted aconsejarme que hacer?.

Hace rato deje de leer...y me dedique a vivenciar, por ello los libros hoy solo los leo cuando son prácticos del momento.

Atte.

SU

6.2.- 4to Correo

Asunto: Estimado Pedro

De: su (e@hotmail.com)

Para: ecosigma@yahoo.com;

Fecha: Lunes, 7 de enero, 2015 11:07 P.M.

Soy la hija mayor de tres hermanas, nos llevamos por cinco años cada una.

En realidad M. que es la que sigue de mí es una persona muy creativa y artista, inteligente, con una hija y separada

ha sido o fue siempre la niña a la que mi padre siempre adoro y apoyo, fue a la única a la que le pago sus estudios y durante cuatro años le envió dinero desde Suecia para pagarle sus estudios, no lo hizo con nadie más.

Con mi hermana menor ,ella estuvo en peor situación , padre y madre ausente, tuvo un hijo a los 15 años y hoy está separada además se le suma que otra hija que está en una situación en la que se corta los brazos , lo supe recién....C. mi hermana menor, es una mujer fuerte , que estudio gracias a que mi mama le pago sus estudios de para médico.

Y yo, no termine mi carrera de Danza pues me enferme de anorexia en el 2 año, en fin ...le pedí muchas veces a mi padre me pagara una carrera jamás me ayudo.

He vivido demasiada soledad , sin hogar y en relaciones dependientes....hoy el desafío es salir adelante, me cambie de forestal, arrende una pieza cerca de la plaza Victoria estoy más cerca del Plan ...comencé a hacer un seminario con una amiga de danza moderna y afro, y llegaron muchos alumnos, lo que me permitirá recibir algo de dinero para este mes....mis fuerzas provienen de la fe en algo mayor, de la certeza absoluta que existe algo más que

lo material.

Termine la relación definitivamente con mi ex ....y me siento absolutamente tranquila y sin sentimiento ya de culpa.

Era ya el momento ....nuestra conversación me hizo muy bien y el cierre de la terapia anterior ayudo mucho por supuesto.

Mi madre es una mujer carente a la que mi abuela quiso abortar cuando estaba en su vientre, creció sin leche materna y tubo algo de desnutrición en su niñez.

Mi padre , tiene un solo hermano, le pegaban mucho cuando chico , fue carabinero y hoy después de más de 30 años de vivir en Suecia con la mujer con la que se fue esta devuelta , con diabetes y una salud horrible....arrienda un hostal y tiene afortunadamente una buena pensión, pero quiere volverse a Suecia, está muy depresivo y bueno, ninguna de mis hermanas lo quiere ...solo yo lo voy a ver y me junto con el.....

Mi madre, a todo esto no tiene donde vivir pues el terreno que quedo después del incendio lo vendió muy barato y obviamente no le queda nada de eso,

eso mi realidad...la vivo con el coraje de saber que las cosas deben seguir su rumbo y que uno puede y tiene el deber de cambiar las cosas a su favor.

Tengo una hija de 20 años, tuve dos en realidad la otra partió a los tres meses de edad, de muerte súbita. Dios, el Amor , la Vida , el Universo....están hoy acompañándome....y he pagado un Karma muy duro....espero poder transformarlo para tener un mejor estar en mi otra vida.

Eso.....

Nos vemos en la siguiente sesión

SU

6.3.- 5to Correo a

Asunto: Aunque ya no hay vuelta atrás....

De: su (e@hotmail.com)

Para: ecosigma@yahoo.com;

Fecha: Jueves, 17 de enero, 2015 3:45:13

Querido Pedro […] muchas veces me siento atrapada, en la miseria y en la pobreza material que yo misma genere por mi manera de pensar y sentir, abandonando todo interés material sabiendo en mi fuero interno que nada nos llevamos al más allá, me di una orden...y he sido obediente a ella, no tendré nada material […]

los años pasan y sigo buscando el amor, es tan raro....no puedo dejar de pensar que un día alguien me vera y se enamorara de mí, vera eso que soy, que tengo en mi corazón....y me amara ,quisiera nunca sentir esta necesidad de ser amada, pero esta y me persigue, no sé qué hacer para dejarla, para no tenerla más ....quizá me vaya de esta vida sin nunca experimentar el verdadero amor de pareja , algo que siempre he anhelado, pero que se escapa y que quedo en la más absoluta ignorancia de vivir un TE QUIERO DE VERDAD, palabras tan simples y tan lejos de mi actual vida […]

Saludos

SU

6.4.- 5to Correo b (posterapéutico)

Asunto: Comentarios sobre la segunda sesión

De: su (e@hotmail.com)

Para: ecosigma@yahoo.com;

Fecha: Domingo, 20 de marzo, 2016 23:39:54

Hola Pedro […]

5-En la página número 8, hablo de no poder soltar mi relación, hoy entiendo ese proceso con mucha más claridad que antes en términos de comprender la tremenda necesidad de sostenerme en algo que me diera seguridad y que es lo que sucedía en ese tiempo, estar con él me hacía sentir protegida aunque no fuera en verdad así, ahora sé que esa seguridad es la que debía tener en mi misma y en mis propias capacidades de sobrevivir frente a la soledad y al estar sin un otro, ni siquiera como imagen […]

En fin, creo que el revisar esta sesión me ha ido clarificando cuanto eh caminado en pos de entender mis propios procesos y de encausarlos de forma más sana y tranquila.

No sé si estos comentarios te sirven o no, pero es lo que me nace decirte.

SU

7.- MÉTODO DIALÓGICO-PRAGMÁTICO DE TRABAJO CON LOS SUEÑOS

II. AL SALIR DEL PROCESO
Síntesis de la experiencia
Se invita al soñante a recapitular, repasando brevemente el sueño, integrando los contenidos que emergieron en la conversación y su pertinencia con la situación del consultante.
Construcción de sentido
Se intenta contestar *en respuesta a* qué tuvo lugar la puesta en escena del sueño y el aporte que implica para el soñante (p. ej., identificar una pauta de respuesta competente, responder a una inquietud, etc.)