

III. Carolina

Primera entrevista

Estudiante de medicina, Carolina tiene 23 años. De acuerdo a la terapeuta, es una joven bella, vestida a la moda, de muy lindas facciones y un físico llamativo, bien cuidado.

Carolina menciona un historial con crisis de angustia, especialmente durante la noche, antes de dormir. Las experimenta, de acuerdo a su relato, una o dos veces por mes, desde que entró a primero básico. Menciona que cuando se apaga la luz y hay demasiado silencio, comienza a experimentarse “vacía”, como si fuera “desapareciendo” o “deshaciéndose” en esos momentos.

Carolina menciona que los estudios nunca han representado un problema, *“siempre tuve excelentes notas, muy buen rendimiento, lejos por sobre el resto de mis compañeros, incluso en la carrera (medicina)... mis problemas han ido por otro lado, por el lado emocional. En la carrera me va excelente y estudio poco, tengo una muy buena memoria, aunque la verdad nunca me he sentido muy inteligente.. es raro, no?, quizá será porque conozco de forma clara mis fortalezas y debilidades”*.

Ha experimentado un par de veces pseudoalucinaciones. Una vez a los 14 años, luego de una fuerte discusión con su madre. Y la segunda luego de una discusión con su actual pareja.

Su madre es una mujer de 64 años a quien Carolina describe como *“muy abnegada, católica de esas antiguas, muy correcta además”*. Sus padres están separados, él tiene 75 años, es un arquitecto muy conocido en el país. Carolina lo describe como *“es un tipo seco, debe ser la persona más inteligente que conozco, siempre anda viajando, ahora le acaban de dar un premio en Nueva York”*.

Menciona que sus padres se separaron cuando ella iba en quinto básico:

“fue difícil, o sea... antes era triste, aún me acuerdo de las peleas de mis papás y yo ahí tratando de hacerme invisible para no aumentar la tensión. Me acuerdo que imaginaba que era una actriz o extraterrestre y así fingía que todo estaba bien mientras peleaban. Después se puso más difícil, cuando ya se separaron, tenía que hacerme cargo de mi mamá, se deprimió mucho ella. A veces la encontraba tirada en la cama, yo me cocinaba, fue una época bien heavy [difícil]. Era bien loco todo, creo que lo más extraño era que aunque se separaron, tenían la costumbre de almorzar siempre los fines de semana. Era como una actuación magistral, yo veía a mi mamá toda la semana llorando y el domingo se vestía y se maquillaba como si nada hubiese pasado y esperábamos al papá para almorzar, bien creepy [terrorífico]. Creo que eso provocó los problemas con la comida que tuve más adelante. Incluso ahora, todavía me pasa eso, todavía siento el estómago rancio cuando pienso en esa situación...”

Carolina asiste a la primera entrevista luego de un intento de suicidio con cortes en una de las muñecas. Según ella, su intención nunca fue matarse, pero *“estaba muy confundida”*. Esto fue hace tres semanas antes de la primera entrevista, tuvo una discusión con

Sebastián (21 años, estudiante de psicología, con quien llevaba un mes y medio de relación):

“La verdad no sé cómo llegamos a esos niveles en la discusión, fue heavy [difícil]. Voy a ser honesta aquí, es decir, esta historia se la he contado a otras personas, pero le he cambiado algunos detalles para quedar un poco mejor yo, no sé si me entiende, como que maquillé un poco las cosas. Pero aquí... voy a tratar de centrarme en los hechos. Es que no voy a quedar muy bien parada en la historia. En fin. Estábamos con el Seba discutiendo algo muy trivial, fue una tontería, antes de eso estábamos bien. Habíamos comido sushi y dieron una propaganda de Suicide Squad en la televisión, y yo pensé que él... la verdad me imaginé... o no sé, fue rápido, pensé que le gustó la actriz, la Margot Robbie... y me puse celosa. Pero creo que él andaba con tanto sueño que ni siquiera se dio cuenta de ella. El punto es que me enojé, le dije que para qué me mentía, que no se puede tener una relación así con mentiras tan chicas, y que se fuera. Y él fue súper frío, así que se paró y se fue. Entonces lo seguí al jardín y le empecé a gritar que cómo me hacía eso, que no se lo iba a permitir, que eso era maltrato. Entonces mi vecino y un amigo de él [del vecino] vinieron y se le fueron encima, porque pensaron que me había hecho algo malo... es decir, algo malo como un maltrato físico, no sé. Yo ahí me desesperé, me dio susto, y le dije a mi vecino que no, que saliera de ahí... mi vecino es un tipo grande, juega rugby en la universidad, me dio susto que le hiciera algo. Entonces todo giró... y Sebastián... bueno, ahí... ahí, la verdad es que no dijo nada, pero me miró como si yo fuera una ‘mina cuática’ [mujer loca, escandalosa], me dio una mirada de decepción. Eso fue lo que más me dolió. Se fue, pero súper frío, no reaccionó, indiferente. Lo llamé al teléfono, pero lo tenía apagado. Después no me acuerdo mucho de lo que pasó. Solo sé que otras veces me metía en la tina para calmarme, sin el agua, solo me metía en la tina seca y me acurrucaba sola... Me gustaba esta idea de estar en una cajita, como los gatos. Y como me carga mi dormitorio... me metí en la tina, pero esta vez se me ocurrió romper una afeitadora, le saqué la hoja y me corté la piel bajo el agua. Recuerdo que me preocupé de lavar la hoja primero, porque no quería infectarme, no creo que mi intención haya sido tan suicida como mi mamá pensó”.

Su madre la encontró sin consciencia en la tina, estaba alcoholizada. Había vaciado una botella de 750 ml de vodka, probablemente no la bebió completa y botó alguna cantidad en la tina, pero debió haber ingerido gran parte.

En el servicio de psiquiatría estuvo hospitalizada durante cinco días. Comenzó con un esquema farmacológico al que adhiere de forma irregular, a cargo de un psiquiatra que la deriva a psicoterapia con una interconsulta que registra “paciente poco colaboradora, con un severo trastorno de personalidad a la base”.

Luego de recabar todos estos antecedentes generales, la terapeuta utiliza el resto de la sesión para preguntarle cuál ha sido el último momento incómodo o desagradable que ha experimentado. Carolina menciona que fue ayer domingo.

- Terapeuta: mi intención es que revisemos primero estos momentos incómodos, los más actuales, los que tengamos más presentes. Mi idea es que si los revisamos con

- calma, quizá podamos ver cuáles son los temas más sensibles o los hábitos que más incomodidad generan, te parece?
- Carolina: *claro, obvio. Ayer domingo... recuerdo que llegué al mausoleo... así le digo yo a mi casa, me carga demasiado ese lugar, bueno, llegué como a las tres de la tarde. Había ido al gimnasio. Estuve cuatro horas allá, me relaja montones*
 - Terapeuta: *¿cuatro horas haciendo ejercicio?*
 - Carolina: *sí, es que me relaja harto. Además, me veo bien. Sirve para pasar el tiempo... tiene hartas ventajas. Tengo esto de que a veces parezco un maniquí, una estatua, y apenas puedo caminar. Otras veces me siento hiperquinética, necesito saltar, moverme. Entonces el ejercicio me ayuda.*
 - Terapeuta: *y llegaste de buen ánimo a la casa?*
 - Carolina: *la verdad es que nunca llego a casa de buen ánimo. Lo que quiero decir es que no me gusta la casa en sí, es como de viejos. Es una casa preciosa, grande... en un barrio bien cuico [acomodado]. No sé, no me siento parte de esa casa, por eso le digo el mausoleo. Como que todos están muertos ahí, de hecho mi mamá tiene esto de pedirle a sus amigas, cuando van a Europa, que le traigan de regalo estas figuritas, como de cerámica... es atroz, son horribles, es como estar rodeada de estatuas. Me dan ganas de romperlas todas*
 - Terapeuta: *entiendo. Ayer llegaste entonces...¿ y cuál fue el momento incómodo?*
 - Carolina: *había dejado el teléfono celular en la casa, a propósito. La verdad es que sufro con el famoso teléfono. No quería estar pendiente de él, me agota. Así que lo dejé en la casa y me fui al gimnasio del club. Creo que el peor momento fue justo antes de tomarlo. Mi peor pensamiento era que no iba a encontrar ningún mensaje, y cuando lo revisé fue como 'mierda, tenía razón!', no tenía ni un mensaje... creo que vi mi última publicación en Instagram... me da vergüenza un poco esto, y es que tiré el teléfono lejos. Creo que se desarmó, pero no se rompió. Como que rebotó contra una lámpara o algo así. Me dio risa, pero después me empecé a sentir fría, igual que esas figuras de mierda de mi mamá. Creo que estuve media congelada... entre el dormitorio y el living... no se cuánto rato. Desde que era niña que no me pasaban estas cosas. Estaba parkeada [de parking, estacionada, detenida]. Después decidí sacudirme esa sensación, tomar a mi perro y salir a caminar*
 - Terapeuta: *¿me podrías mencionar qué fue lo que te molestó específicamente?*
 - Carolina: *podría inventar algo ahora. Pero no me malentienda, no es que no quiera responder la pregunta, el psiquiatra se quedó con esa impresión, pero era medio tonto él. Lo que pasa es que son vacíos que siempre trato de llenar, muchas veces hago cosas y después tengo que inventarles una intención. Mi atención a veces se pone dispersa, no siempre, pero a veces no estoy conectada con la situación. Entonces esas veces las cosas que hago son más rápidas que mis intenciones... no se si me entiende. Estas cosas que hago no son tan pensadas, no tienen ese fondo que otras cosas que hago sí tienen. En palabras simples, se me arranca la moto a veces [expresión: pierdo el control], no más. Entonces supongo, me imagino... que en esa situación quería... es decir, tenía la expectativa antes de llegar a casa, de tener mensajes y poder entretenerme un poco. Suena narciso, no?, pero no es tanto. Es solo que dependo un poco de eso, de verme... de ser vista. No siempre, a veces, me pongo bien 'contexto dependiente'... el Seba me decía eso, pero finalmente no*

- servió mucho que me entendiera en esas cosas, porque tampoco me hacía sentir bien en ese punto, no me sentía vista por él. Así que terminamos*
- *Terapeuta: no sabía que habías terminado con Sebastián*
 - *Carolina: sí, lo hicimos en buenos términos. El miércoles le di una carta que hice mientras estaba hospitalizada*
 - *Terapeuta: ¿una carta?*
 - *Carolina: sí, mientras estaba hospitalizada le escribí una carta, en donde decía que lo quería, pero que necesitaba su compromiso de que se olvidara de la discusión esa que tuvimos y también de la hospitalización. Que no habláramos de eso. Entonces nos juntamos el miércoles, caminamos un rato... le pasé la carta, él la leyó... pero justo ahí me di cuenta de que le estaba haciendo daño. Así que me puse a llorar y conversamos. Me dio un poco de pena, es un buen tipo, pero yo... no se, creo que es mejor darnos un tiempo. Estoy segura que en un par de meses volveremos a estar juntos.*
 - *Terapeuta: hace unos segundos dijiste que el quiebre se había dado porque él no te veía o no te sentías vista por él, ¿a qué te refieres con eso?*
 - *Carolina: no se!!... jajaja... no, sí lo se. El miércoles fue él quien me pidió que nos juntáramos a conversar. Con ese tono típico de las películas. Yo creo que se molestó, porque lo llamé como veinte veces en la mañana. No me respondía el teléfono, entonces pensé que le había pasado algo y me angustié, pero me dijo que se había quedado tarde estudiando y tuvo un certamen temprano en la mañana. Ahí me dijo que nos juntáramos a conversar... y yo me volví un poco loca, pero no se lo demostré a nadie. No me gusta que me vean así, entonces cuando lo puedo controlar, lo hago sola, en mi casa. Estuve todo el día pensando en estrategias para manipularlo, llamé al psiquiatra para que me diera un certificado online, esa era una posibilidad... decirle que tenía un problema transitorio y mostrarle el papel, pero el certificado que me mandó tenía esta cosa de la personalidad, no me gustó. Creo que estuve harta tiempo ideando una forma de amenazarlo, que me iba a matar o algo así si me dejaba. Pero unas amigas justo antes de salir me contactaron por mensaje, les conté un poco, y me sugirieron ser más transparente. La verdad es que cuando iba a juntarme con él mi iba con otra onda, pero lo vi y me dio lástima. No se por qué. Me dio pena.*
 - *Terapeuta: ¿y cómo estás ahora?*
 - *Carolina: bien, bien. O sea, más tranquila. Pero creo que necesito cambiar algunas cosas, pero no sé cómo. Los psicólogos y psiquiatras la verdad es que no sirven de mucho, nada personal, pero necesito hacer un cambio. Así que estoy con la mejor disposición... quiero ver si puedo sacar alguna idea, o algo. No se si hablando pueda cambiar, se también que los fármacos no harán nada, porque lo estudié. Entonces, tengo baja la esperanza*
 - *Terapeuta: perfecto, te iba a preguntar sobre eso. ¿Qué es lo mínimo que esperamos lograr?*
 - *Carolina: ¿lo mínimo?*
 - *Terapeuta: imagínalo así, el primer cambio, incipiente, pequeño, que esperarías observar si las cosas van bien*
 - *Carolina: me gustaría tener un freno. Algo que en situaciones críticas me hiciera pensar un poco, bajar la velocidad en esos momentos.*

- Terapeuta: ya Carolina. Entonces vamos a empezar a trabajar. Pero necesito que durante las dos primeras sesiones me sigas dando información actual, como lo hiciste ahora. Entonces, nos veremos en unos días más, pero mientras tú vas a poner atención a la situación o a las dos situaciones más incómodas que ocurran estos días, trata de recordar dónde estabas, y sobre todo cómo te sentías antes de que ocurrieran estas situaciones, te parece?

Segunda entrevista

A la segunda sesión Carolina llega de muy buen humor. Plantea que le gustaría alcanzar algunos objetivos a futuro, particularmente “*ser menos hiriente y menos psycho⁴ cuando me estreso*”. Menciona que le pasó algo gracioso en la semana, que le quería comentar a la psicóloga:

- Carolina: *fue una semana rara, nunca había tenido una semana tan pacífica. Se que es una pausa en mi tormenta. Pero en fin. Me pasó algo súper chistoso el otro día con usted.*
- Terapeuta: ¿conmigo?
- Carolina: *sí, el viernes. Me pasó que estaba parkeada en la casa [esta vez alude a que no salió de fiesta], y empecé a psicopatear al Seba [buscar información de él en redes sociales]. Pero ahí pensé en que era súper probable que después me sintiera mal con cualquier cosa que viera, porque me imaginé que si me encontraba con una foto de él paseando a su perro, incluso ahí me iba a sentir mal, porque me pasaría el rollo [imaginaría] de ‘ah, no está triste y se anda mostrando que está feliz de terminar conmigo’. Pero después pensé que si me sentía mal por eso, sería la única cosa incómoda de esta semana, tendría que contársela a usted, y que lata... la única cosa incómoda y sería por una tontería como esa... así que cerré rápido el computador, me fui a fumar un cigarro al patio, me vino a saludar la Pía, y nos fuimos a dar una vuelta escuchando música*
- Terapeuta: ¿la Pía es...?
- Carolina: *mi perrita, es tan linda ella, como que siente cuando uno está rara y se pone a hacer cosas tiernas.*
- Terapeuta: entonces, si entiendo bien, lograste detener una secuencia de acciones que te harían sentir muy mal, ¿qué piensas sobre eso?
- Carolina: *que estoy más grande (ríe), deme de alta, estoy lista...*

Discusión

La terapeuta que trabajó con Carolina supervisó el proceso desde la primera sesión, alertada por el equipo de trabajo respecto a que ella se mostró muy agresiva e insolente durante la hospitalización breve. No obstante, durante el curso del proceso ella y Carolina fueron generando una relación cariñosa y respetuosa. En la primera sesión, la terapeuta indagó con Carolina sobre las expectativas que tenía sobre la relación terapéutica; ella explicó que tenía una fantasía de que la otra persona, la profesional, estuviese involucrada

⁴ manipuladora e insensible con los sentimientos ajenos, de acuerdo a una aclaración posterior

con un “alto nivel de energía”, lo que permitió promover anticipaciones más probables de cumplir, según la terapeuta, y así cuidar la alianza de trabajo. Como trabajaron en un contexto hospitalario, la disposición de consentimientos y expectativas de todos los intervinientes, incluyendo a Carolina, quedó por escrito.

Revisando la historia de Carolina, la terapeuta pudo anticipar cierto aumento de la percepción de bienestar subjetivo, debido a que Carolina terminó la relación con Sebastián. De acuerdo a la terapeuta, los dos intentos de relación de pareja anteriores (cada relación duró menos de dos meses) se asociaron con aumentos de inestabilidad y “crisis”. Entonces este quiebre de pareja tenía la ventaja de generar un clima más estable de trabajo, pero la enorme desventaja de evitar aplicaciones conceptuales amenazantes para Carolina. Lo que hicieron al respecto fue intentar relacionar rápidamente los momentos incómodos presentes con las dificultades más importantes que registraron en estos intentos de relación de pareja. La terapeuta registró:

- Carolina se presiona hacia la expresión de dependencia motivada por aspectos de imagen, de pensar cómo la vería el resto sin pareja, de pensar en cómo se vería frente a otros con cierto tipo de pareja. Desea entonces, al establecer una relación de pareja, cumplir con la imagen que ella supone el resto espera de ella, no utiliza muchos criterios de dependencia efectiva. Después del quiebre no hay procesos de aprendizaje interesantes, debido a esta situación.
- Aumentada sensibilidad en relación con construcciones concretas de Autoimagen
- Presenta ciertas dificultades para construir estados mentales diversos y relativos en su referencia a la Alteridad/pareja. Por ejemplo, si su pareja ve a una mujer atractiva, el deseo hacia ella se perdió absolutamente, es una confirmación de un estado global en la referencia al otro significativo.
- Otras referencias concretas a la Alteridad significativa: cuando está en una habitación sola, siente que el resto no existe. Si no es vista por otros, esos otros no existen, no tienen una “mente”. Experimenta su belleza si es vista y si las otras personas reaccionan con comportamientos concretos, en ausencia de estos indicadores las construcciones de Corporalidad o se realizan a través de movimientos intensos, como el ejercicio, o se vuelven difusas, inexistentes. .
- Establece anticipaciones muy concretas respecto a los roles involucrados en las relaciones de pareja. “Decreta” el comportamiento del otro, a través de “contratos” o acuerdos concretos.
- Comportamientos sobre compensadores de autonomía en Carolina (representar una excesiva independencia, sobresalir, presumir, etc.)

La terapeuta notó que bajo estrés, estas aplicaciones se mostraban en sus formatos más concretos, mostrando Carolina en ocasiones lo que ella misma denominaba *psycho*, aludiendo a segmentos limitados de comportamiento similar a la psicopatía: imaginaciones de cómo manipular, amenazar, obtener resultados deseados a costa de la integridad o malestar del otro involucrado. De acuerdo a la terapeuta, Carolina logró avanzar mucho en la forma de enfrentar estas situaciones estresantes, particularmente a la gran cantidad de recursos cognitivos y creativos que ella presentaba. Por ejemplo, aproximadamente a los seis meses de psicoterapia, Carolina le muestra a la terapeuta que ha intentando anticiparse a las situaciones estresantes haciendo historias y cuentos sobre situaciones de

pareja, basándose en sus historias, las de sus amigas y varias imaginadas. La terapeuta había notado que a través de la anticipación se podrían desarrollar aplicaciones y afrontamientos adecuados, pero Carolina lo llevó a un nivel muy creativo.

Hacia el año de psicoterapia, Carolina y la terapeuta comenzaron a distanciar las sesiones. Cerca de los dos años después de la primera sesión, Carolina solicita tomar “cuatro sesiones seguidas, porque hay un tema que quiere desarrollar”. Había iniciado una relación de pareja, esta vez con muchos más criterios de mutualidad, pero comenzó a experimentar intensos temores al momento de tener relaciones sexuales, evitándolas finalmente. Bromeando al respecto (“*me estoy perdiendo, con este físico que tengo*”), solicita retomar el apoyo. En ese periodo, Carolina observó que carece de modelos de mutualidad que no sean “*terroríficos*”, que sus padres no sirvieron como modelos positivos. Esta vez la terapeuta le dio una sugerencia directa, respecto a conversar de esta situación con su pareja y buscar en conjunto modelos de mutualidad, hablar con otras parejas que sirvieran de modelos para ver formas diversas de relacionarse con mayor intimidad. Carolina plantea que después de esas acciones, la vida sexual entre ellos comenzó sin mayores problemas. Después de ese periodo, se ha comunicado esporádicamente con la terapeuta, a través de correos electrónicos, expresando un buen nivel de bienestar subjetivo.