



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“Hacer la soledad: Una construcción sociocultural”

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)

Ibrahim Tonatiuh Carbajal Luna

Director: Mtro. **Gilberto Gerardo Williams Hernández**

Dictaminadores: Dra. **María Antonieta Dorantes Gómez**

Lic. **Roberto Álvaro Rossell Pedraza**



Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2016



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Hoy soy como un pescador que pretende atrapar con sus manos al océano mismo, pero al saber lo pequeño de mi constitución y al reconocer en mis manos mojadas lo limitado que me encuentro, me enfado, y aunque en instantes deseo renunciar e incorporarme al mar, me complico aún más al cuestionar mi arrogancia frente al océano ¿No un solo pescado es la total síntesis de aquel océano, con lo que, al pescar uno pesco todo? ¿Al hacer uso de herramientas estaría demostrando habilidad e inteligencia? y finalmente ¿Qué utilidad puede tener para la totalidad de mi compleja constitución el alarde de la captura del océano? con esas preguntas entiendo que mi arrogancia sólo alimenta las ansias de una muerte que sólo podría llamarse “precoz”, contrarias de mi deseo de presunción, pues un muerto no puede presumir más que de su muerte, yo deseo presumirme vivo y en consecuencia iré pescando síntesis totales de las que sólo se puede vislumbrar fragmentos para conseguir una humildad que ante al océano me engrandezca y me lleve a presumir que logre pescar al océano de un modo que nadie esperaba.

Ibrahim Tonatiuh Carbajal Luna

INDICE

Introducción	5
1. La exploración teórica	6
1.1 <i>Hiriente soledad</i>	6
1.2 <i>Entre el estar y sentirse solo</i>	10
1.3 <i>La soledad determinada por los apegos.</i>	12
1.4 <i>Salvedades</i>	14
2. La edad del sol	17
2.1 <i>De la disparidad</i>	17
2.2 <i>Realidad y soledad</i>	18
2.3 <i>Productos de la mente humana</i>	20
2.4 <i>Verdades, verosimilitud y un fontanero.</i>	26
2.5 <i>Cánones de soledad</i>	29
2.6 <i>Hacia una nueva edad del sol</i>	30
3. ANDAMIAJE	33
3.1 <i>Itinerario</i>	33
3.2 <i>Entre el sueño y la realidad</i>	33
3.3 <i>El atlas de este sueño</i>	35
3.4 <i>De camino a las historias</i>	36
4. COROLARIOS	37
4.1 <i>Medio día</i>	37
4.2 <i>De los relatos</i>	37
4.3 <i>De las conversaciones</i>	42
4.4 <i>La re-significación</i>	47
5. RETROSPECTIVA	52
5.1 <i>Parentesco con la vida</i>	52

5.2	Vicisitudes	57
6.	Ocaso	58
	REFERENCIAS.....	60
	ANEXOS	68
	Anexo 2	79
	Anexo 3	83
	Anexo 4	88

INTRODUCCIÓN

Pensar en la soledad necesariamente implica pensar en lo humano, sumergida dentro de las actividades cotidianas, escondida dentro del tránsito de lo ordinario, inmersa en el interés que pueden despertar los actos humanos, exhibida en lo observable, es ineludible.

Atender al tema puede dirigir a lo útil, a lo que esclarece, a lo que inspira, a lo que sirve, a lo que facilita, a lo individualizado, a lo consagrado, a lo que alienta, a lo inservible, a lo invariable, a lo desechable, a lo homogéneo, a lo que estanca, a lo difícil, a lo confuso, lo que atemoriza. Cada expresión ilustra un momento, una situación, un espacio y una apreciación ciertas, aunque, dirigir la comprensión del tema a únicamente a una puede propiciar la explicación, pero también favorece la segmentación de algo que por específico terminan por ser arbitrario.

El presente relato nace de observar distintas interpretaciones que se dan a la soledad, que primero se notaron como diseminadas entre aquí y allá, poco a poco fueron ordenadas en un tránsito de avatares entre apreciaciones teóricas, valoraciones cotidianas de aislamiento y desolación, pero también de de potenciación, creatividad, inspiración e iluminación.

Lo anterior se presenta en el capítulo uno, donde se abordan diversas representaciones de la soledad desde las cuales se reproduce el estudio de lo psicológico. Ya en el capítulo dos se abordan más formas de significar la soledad introduciendo a un proceso atravesado por la intención y los posibles usos que se llegan a hacer de esta. En el capítulo tres, se instrumenta el interés por conocer las narraciones de la soledad de aquellos que la vivencian, a partir del sustento teórico de trayectorias de vida. Aquello se extiende por los capítulos restantes al desarrollar el objetivo general de identificar diferentes descripciones de la soledad, integrado a estas en un modelo emergente de corte cualitativo que propicie su conceptualización en un proceso de resignificación.

1. LA EXPLORACIÓN TEÓRICA

1.1 *Hiriente soledad.*

Entre los muchos asuntos humanos de los que merecen dar cuenta las diversas ciencias sociales, entre ellos la psicología, se encuentra la soledad, que ocupa un lugar singular, ya que ha sido necesario proveerse de diversas formas de contarla. Ya por ejemplo autores como Sullivan (1953), destacan que la soledad es una experiencia desagradable conectada con la insatisfacción de la necesidad de intimidad interpersonal. Otros autores como Peplau y Perlman (1982), la refieren como una experiencia desagradable que ocurre cuando la red social de una persona es deficiente, bien cualitativamente o cuantitativamente. Autores como Muchnik y Seidmann (2005), que al considerar elementos comunes a estas definiciones de soledad exponen a esta como una consecuencia de las deficiencias percibidas en las relaciones sociales de la persona, una experiencia subjetiva que no es sinónimo de aislamiento social y es sentida como desagradable y dolorosa.

Otros autores como Gonzales y Andrade (1995), Rivera (2010), Gutiérrez y Valadez (2011), sostienen que la soledad es un fenómeno el cual está asociado con la depresión, la planeación suicida y en ocasiones con la consumación del mismo acto suicida. Mientras que autores como Lauder (2004), quien es citado por Carvajal y Caro (2009), señalan que la soledad debe tratarse como un trastorno que no se asocia con la búsqueda especializada porque sencillamente no se percibe como algo patológico, sino como una característica de la vida normal.

Millon (1990, 1994, 1998), y Millon, Grossman, Meaghe y Ramnath (2006), citados en Contini, Lacunza y Medina (2012), quienes entre sus muchas contribuciones al conocimiento de la personalidad, exponen en el patrón denominado *Inhibido* a sujetos con capacidad disminuida para experimentar placer y con una sensibilidad inusual al dolor. Se trata, según estos autores de sujetos tímidos que se incomodan ante la presencia de otros, aunque, si bien desearían acercarse a otros, han aprendido que es mejor mantener distancia y no confiar en

la amistad del interlocutor. Sugiriéndose así el sentimiento de soledad, que suele encontrarse con frecuencia en sujetos tímidos y con baja autoestima (Cuervo e Izzedin, 2007), estableciéndose así correspondencia con el *Trastorno Evitativo* del DSM-IV (2000).

De entre estas apreciaciones de soledad es posible aproximarse al sentimiento que genera la soledad, la tristeza. Sentimiento ligado a la soledad y al sufrimiento y en ocasiones a la patología. Se describe a los solitarios como personas que sufren por la soledad y que se ven impulsados a no querer reconocer su condición de solitarios por vergüenza o por la incapacidad que les produce el estado de aislamiento. La soledad de esta forma se entiende como una entidad que los aborda, los agobia y los abruma.

Aproximaciones similares como las de Cuervo e Izzedin, (2007:36), sugieren a la soledad como “parte de las emociones primarias, entre las que se abarca los sentimientos de apatía, autocompasión, desconsuelo, melancolía, pesimismo y desánimo, entre otros”. Torres, Beltrán, Saldívar, Lin, Barrientos y Monje, R. (2012), quienes reconocen también estos sentimientos primarios, van aún más lejos en su propuesta y distinguen a estos en positivos y negativos; entendiendo por positivos aquellos sentimientos que impulsa a las personas hacia las metas, cosas o personas (amor, deseo, esperanza, etc.); mientras que los sentimientos negativos se explican como aquellos que alejan a las personas, de situaciones o cosas o nos hacen enfrentarnos a ellas (como el miedo, enojo, odio y antipatía). Mientras que Torres, Beltrán, Saldívar, Lin y Barrientos, y Monje (2012), sugieren que estos sentimientos podrían ser recordados mejor por las personas en la medida en que su estado de ánimo sea congruente con las situaciones o circunstancias vividas o experimentadas con anterioridad, incluido el sentimiento de soledad.

Así, autores como Kanick (2005), quien es citado nuevamente en Carvajal y Caro (2009), reitera aquella advertencia en que la soledad es un problema que ha sido negado sistemáticamente como trastorno que requiere atención seria, ya que quienes lo sufren no siempre admiten que puede ser la raíz de otros problemas, o porque no se le ve como una entidad separada.

Desde esta óptica y estas particularidades, se cuenta a la soledad principalmente en la identificación de elementos evaluativos y valorativos que uniforman sentimientos, relaciones y situaciones coincidentes, dirigidos a la comprensión de la soledad como un fenómeno desagradable, sustentando la apreciación de la misma como la de una deficiencia que altera la vida psíquica, que puede concluir en el acto suicida, y por ello resulta preciso aproximarse a planteamientos de universalidad de aquello que podía ser llamado un *estado psíquico de soledad*, con lo que se pueda prevenir y resolver el daño o las complicaciones provocado a la salud física y mental de los individuos a partir de la soledad, entendiendo a esta como un padecimiento (O.M.S. 2004).

Sin embargo y a pesar de las dificultades, el desagrado o el dolor que plantea entender a la soledad desde esa óptica, otras voces como Rubio (2004), apuntan que la soledad puede llegar a ser en algunos casos simplemente tristeza sin causas aparentes. Mientras que Cardona, Villamil, Henao, y Quintero (2007:154), sugieren a “la soledad [como] un estado psíquico que todos los humanos han experimentado en algún momento de su vida, y a su vez es uno de los constructos más difíciles de definir”. Baena, Sandoval, Urbina, Helen, y Villaseñor (2005), coinciden en que la soledad es un sentimiento común a la experiencia humana, y apuntan que no debe ser entendida esta como una patología clínica (como lo puede ser el caso de trastornos depresivos).

Estas diferencias en el tratamiento de la soledad dificulta la comprensión de la misma en su particularidad de sentimiento, ante lo cual, autores como Contini, Lacunza, Madina, Alvarez, y Corina, (2012), sugieren a la soledad no como un sentimiento individual, sino como un fenómeno multidimensional que varía en intensidad, causas y circunstancias, y que se presenta en diversas edades, niveles socioeconómicos, estado civil o género. En consecuencia, autores como Frías, Díaz y Shaver (2012:628), nos sugieren que las emociones y la soledad se encuentran sujetas a “reglas de expresión emocional, que son normas culturales que dictan el manejo y modificación de las manifestaciones emocionales y se asocian consistentemente con los Síndromes Culturales que han sido comúnmente estudiados bajo el nombre de Individualismo y Colectivismo, así

mismo, las reglas de expresión emocional también son afectadas por la seguridad del apego”. Autores como Moreno, Garrosa, Benavides, y Gálvez (2003), al investigar estas variantes culturales afirman que ellas afectan áreas determinantes de la conducta, como las relaciones interpersonales, los intereses, los sistemas de afrontamiento, la moralidad y las explicaciones causales de los hechos bajo los cuales nuevamente se proveen y promueven los síndromes culturales de individualismo y colectivismo.

Pero, ¿en qué consisten dichos síndromes culturales de individualismo y colectivismo? Nuevamente los autores Frías, Díaz y Shaber (2012), nos responden:

“el individualismo es una variante social que favorece el desarrollo de individuos independientes que se relacionan vagamente; están principalmente motivados por sus propias preferencias, necesidades, derechos así como los contratos que ellos establecen con otros, cuyas metas personales tienen prioridad sobre las metas de los demás, quienes ponen énfasis en el análisis racional de las ventajas y desventajas de la asociación con otros y dan más importancia a las actitudes como determinantes de la conducta. Mientras el colectivismo es una variante social que favorece la conexión y las relaciones comunales, las personas absorbidas en este síndrome se ven a sí mismas como parte de uno o más colectivos (familia, equipo de trabajo, tribu, nación), están principalmente motivadas por las normas y obligaciones impuestas por esos grupos, fomentan el desarrollo de individuos interdependientes y las metas grupales, están dispuestas a dar prioridad a las metas del colectivo sobre sus metas personales y dan más importancia a las normas como determinantes de la conducta”.

1.2 Entre el estar y sentirse solo

Al contar las particularidades y generalidades desde esta óptica de la soledad, hemos trazado una ruta donde nos hemos dirigido a entender a esta como una emoción primaria, óptica que se ve complementada por de la soledad como fenómeno multidimensional, lo que nos ha llevado a transitar por los *Síndromes Culturales*, mismos que al ser exaltados en las variantes de *Individualismo* y *Colectivismo*, hacen posible afirmar que las carencias de relaciones sociales específicas o el establecimiento de problemas específicos en relaciones sociales afectan el apego. Muchinik y Seidmann (2005), sugieren que la soledad puede distinguirse en:

- *La soledad por aislamiento emocional*, que deriva de una relación íntima con una figura de apego. Esta es la experiencia más desagradable.
- *La soledad por aislamiento social*, que ocurre por falta de lazos con un grupo social cohesivo de pertenencia (una red social de amigos o una organización social).

Al contar de esta forma la soledad, se nos sugiere que ésta debe ser entendida fundamentalmente como el sentimiento de aislamiento producido por la insatisfacción frente a las relaciones sociales, por lo que “generalmente, este sentimiento se ha asociado a un aspecto negativo porque se entrelaza con eventos dolorosos, pérdidas y cambios que en muchas ocasiones llevan al individuo a aislarse y a no encontrarle sentido a su vida” (Cardona, Villamil, Henao, y Quintero 2010:417).

Sin embargo, y como fue señalado en un principio por Muchinik y Seidmann (2005:15), “la soledad no es sinónimo de aislamiento social y es sentida como desagradable”. Por lo que autores como Cardona, Villamil, Henao, y Quintero (2010), o Yarnos (2008), sugieren una concepción distinta de la soledad, al sostener a ésta como un complejo que puede provenir de componentes únicamente extrínsecos o bien puramente intrínsecos, que permiten explicar a la soledad no como un subproducto, sino como un fenómeno de orden puramente emocional o de orden puramente social. Así, estos autores diferencian:

- *Soledad Emocional*: que hace referencia a cuando no se tiene compañía cercana, lo cual indica que los lazos familiares se rompen con el paso del tiempo.
- *Soledad Social*: que hace referencia a “una carencia de relaciones afiliativas, y cuando existen, producen un sentimiento de marginalidad, la sensación de no ser aceptado por los otros, aislamiento y aburrimiento.

Contini, Lacunza y Medina, Álvarez, González y Coria (2012:130) coinciden con los autores anteriores y afirman que la soledad es “el deseo no logrado de mantener relaciones satisfactorias próximas con otros significativos, mientras que el aislamiento se presenta como la evitación de vínculos psicosociales por parte del sujeto.”

Así autores como Rubio y Aleixandre (2001), sostienen que la falta de redes sociales, la marginación y el desarraigo, entre otras, no son la diferencia entre el *estar solo* y el *sentirse solo*. Con lo que estos autores afirman que la verdadera soledad es *Sentirse Solo*, sentimiento que genera nostalgia, tristeza, añoranza, aunque se esté acompañado de personas. De esta forma Rubio (2004), incluye en la soledad social lo objetivo, es decir, la carencia de contactos sociales observables. Mientras que al tratar la soledad emocional alude a las vivencias subjetivas de la estructura de las interacciones sociales.

Frente a afirmaciones como las anteriores pareciera que cada autor enfatiza una parte de la soledad, *una parte de ese constructo que es tan amplio como la psique del hombre* (Cardona, Villamil, Henao, y Quintero; 2010). Y en cualquier caso, lo anterior ha servido para establecer elementos objetivos y subjetivos de la soledad.

1.3 La soledad determinada por los apegos.

Dentro del abordaje realizado, planteamientos como las *Emociones*, los *Síndromes Culturales* y la *Patología* son planteamientos de los cuales se da cuenta en la sujeción que brinda la *Teoría del Apego*, esto es, el abordaje explicativo de la Soledad como un problema de su entera competencia.

Son las necesidades de orden biológico en donde los *Apegos* se conciben mediante cuestiones *conductuales* y *subjetivas* como resultado de su éxito o fracaso, las cuales de acuerdo al cumplimiento o insatisfacción en su demanda moderarán, conducirán y determinarán la vida psíquica. Es a partir de esta teoría que se justifica las psicopatologías y malestares psíquicos en la exposición de la soledad. Bowlby (2009:33-34), sostiene:

“El valor de la etiología para nuestro tema reside en que aporta un gran número de conceptos nuevos, cuya validez puede comprobarse mediante reflexiones teóricas. Buena parte de ellos tiene que ver con el desarrollo de los sociales íntimos: el vínculo que une al hijo con sus padres; a los padres con los hijos; a los miembros de uno y otro sexo (y, a veces, del mismo sexo) entre sí. Otros se refieren a las conductas conflictivas y a la *actividad de desplazamiento*; y los restantes, en fin, al desarrollo de fijaciones patológicas, en forma de conducta inadaptada o de objetos inapropiados hacia los que se dirige la conducta. En la actualidad, sabemos que el hombre no tiene el monopolio de los conflictos ni de las conductas patológicas. Un canario que empieza a construir su nido cuando escasea el material de construcción suele desarrollar una conducta patológica en relación con dicha actividad y persistir en ella, incluso cuando obtiene el material necesario. Una oca puede cortejar la caseta de un perro y llorar su pérdida cuando la derriban. Por lo tanto, los datos y conceptos etiológicos tienen relación con fenómenos al menos comparables con las conductas que el psicoanálisis procura entender en el ser humano”.

De las reflexiones desprendidas al dar cuenta de los Apegos, resultan tradiciones, y con ello líneas de investigación, que a su vez sustentan modelos representacionales y comportamentales del mismo, como los son el *Apego Desorganizado*, *Apego Seguro*, *Apego Ansioso Elusivo* o *Evitativo*, mismos que son corolario de una determinación científicista predictiva que reduce el conocimiento de la historia afectiva y predice la seguridad del apego en la etapa adulta (Lecannelier, Ascanio, Flores, y Hoffmann 2011; Martínez y Pía, 2005; Galán, 2010; Ortiz, Barón, Gómez, Zapiain, Apodaca, 2002). De este modo, la narración y estudio de la soledad es sustentado en la comprensión de los *Apegos*, *comprensiones* en las que subordinan a las *Emociones* a través de clasificar cuantitativamente a la *Motivación*, con lo que se ignoran planteamientos tales como la *Voluntad* o la *Intención* del sujeto, con lo cual coloca limitaciones cualitativas en la comprensión de la subjetividad y con ello del psiquismo humano, al cual aspira a explicar.

Así, desde esta óptica se plantea la realidad del sujeto dividida entre lo social y lo emocional ante una cultura de *forma* movediza que lleva al sujeto a transitar como un nómada de territorio en territorio; en un *tiempo* en que la cultura es instante-distante, en donde el futuro no bien se ha planteado cuando ya es pasado y lo fugaz determina al presente; de donde el *espacio* de lo cultural es como una camisa de fuerza que se cierra cada vez más (Pedrosa y Villalovos, 2012). Estos planteamientos de *forma*, *tiempo* y *espacio* en los que tanto la cultura como los sujetos que la conforman, lo hacen en correspondencia a lo presentado por la teoría del apego, con lo que asumen que la soledad es el resultado y el reflejo del fracaso de las necesidades afectivas básicas.

1.4 Salvedades

Dentro de esta narración explicativa de la *Soledad* encontramos que coinciden tres elementos importantes de la investigación psicológica general. La Emoción, la Personalidad y la Patología, mismos que al coincidir en ésta, sustentan una aspiración de bienestar psíquico y físico individual, a partir de las cuales es posible extraer generalizaciones de la *soledad*.

De este modo, el apego y los síndromes culturales se articulan como elementos que estructuran y dan sentido a la explicación hasta aquí abordada. En algunos casos, para explicar la soledad, se parte de entender a esta en función del apego, con lo cual se determina la acción y las emociones del sujeto como resultado directo del sentimiento de aislamiento, a lo que deviene la fragmentación del sentimiento de sí mismo. Pero, dentro de estos casos, se omite el posible interés que puede presentar el individuo que llega al estado de *Soledad de forma voluntaria o intencionada*.

En otros casos, la explicación parte de la dicotomización del *Sentimiento de Soledad*, lo que brinda explicaciones que son o *emocionales* o *sociales*, con lo cual no se determina de forma concreta lo intrínseco y lo extrínseco de dicho sentimiento, resultando en la incomprensión de la *soledad* primero como fenómeno individual y luego como fenómeno social. De esta forma, se presenta la soledad como una paradoja aun irresuelta.

Así, en este tránsito de coincidencias dirigidas a la comprensión de la soledad se hace cada vez más necesario considerar apreciaciones en las que coincidan significaciones que aunque a primera vista parecen arbitrarias proporciones ópticas no consideradas hasta ahora. Entre ellas, la Real Academia de la Lengua Española (2013, p 1415), define la *soledad* como la carencia voluntaria o involuntaria de compañía. Dentro de esta significación tienen cabida significaciones en donde como ya hemos visto se entiende a la soledad en forma de una *experiencia desagradable; una consecuencia de las deficiencias percibidas en las relaciones sociales de las personas; un sentimiento que causa nostalgia, tristeza y añoranza, que es sentido como doloroso y desagradable*, pero también

se consideran dentro de esta otra significación, ya que al considerar que la carencia de compañía puede ser voluntaria, permite cuestionar dentro del relato explicativo de la soledad en psicología ¿Por qué es que alguien voluntariamente va a desear carecer de compañía? Y ¿Es posible entender a la soledad como un sentimiento satisfactorio? Autores como Yarnos (2008, p 104), nos responden, “no hablaremos de la soledad a veces necesaria, deseada. Hablaremos de la soledad como vacío, como falta”.

Lo anterior no solo brinda un espacio de total incompreensión en la tarea del saber correspondiente a la soledad, sino que, al soslayar este otro componente del constructo deja una figura desconfiadamente hueca. Otras ópticas como las de Bauman (2009, p 10), señalan que:

“Los expertos están dispuestos a asesorar, seguros de que la demanda por asesoramiento jamás se agotará, ya que no hay consejo posible que pueda hacer que un círculo se vuelva cuadrado... Sus consejos abundan, aunque con frecuencia apenas logran que las prácticas comunes asciendan al nivel de conocimiento generalizado, y éste a su vez a la categoría de teoría erudita y autorizada. Los agradecidos destinatarios del consejo revisan las columnas sobre *relaciones* de los suplementos semanales o mensuales de los periódicos serios y menos serios buscando escuchar de las personas *que saben* lo que siempre han querido escuchar, ya que son demasiado tímidos o pudorosos como para decirlo por sí mismos; de ese modo se enteran de las idas y venidas de *otros como ellos* y se consuelan como pueden con la idea, respaldada por expertos, de que no están solos en sus solitarios esfuerzos por enfrentar esa encrucijada”

Mientras que Lipobestky (2010: 5), quien divide la historia del individualismo occidental en fases, permiten denotar que en dichas aspiraciones de universalidad y uniformidad son recursos necesarios en “una nueva fase en la historia del individualismo occidental[...], que considerando el universo de los objetos, de las imágenes, de la información y de los valores hedonistas, permisivos y psicologistas que se le asocian, han generado formas de control de los comportamientos, a la vez que una diversificación incomparable de los modos de vida, una impresión sistemática de la esfera privada, de las creencias y de los roles”.

En consecuencia, el uso de la teoría del apego en la explicación de la soledad resulta en un abordaje insuficiente tanto descriptiva como explicativamente de esta como problema, pues entiende únicamente a ésta y a toda su pretendida universalidad como una patología que requiere ser eliminada y no comprendida, así mismo, en éstas formas de explicar la soledad, persisten tres problemas en la manera de entender la soledad: 1) ¿Cómo diferenciar entre soledad emocional y soledad social?; 2) ¿lo social y lo emocional son entidades disociadas en la subjetividad humana y con ello del sujeto?; y la todavía más persistente 3) ¿Por qué alguien va a querer estar solo si la voluntad no es un planteamiento determinante, sino, la predisposición o del sujeto y/o del ambiente?

Autores como Aries (1992), Muchnik y Seidman (2005), proporcionan otra forma distinta de significar, señalando que el término *soledad* (solitude) surge en el siglo XIII (año 1213) ligado a la situación de una persona que está sola de manera momentánea o durable y se podía asociar al aislamiento, al estado de abandono y la separación. La cual no presentaba de modo sistemático una connotación negativa. Otros autores como Alfred de Vigny, citado en Cantero (2007), poeta romántico, agrega: *solo la soledad es la fuente de las inspiraciones. La soledad es sagrada.*

De la breve exposición anterior, destaca que la soledad no sólo puede ser entendida como desagradable y dolorosa, sino que, a estas significaciones les convergen otras, en las que la soledad se puede entender como algo deseable y agradable llegando hasta lo sagrado. De este modo, el estudio de la soledad en psicología puede ser realizado de un modo más amplio, en donde al establecer a ésta en vinculación con lo emocional, e implicada en lo perceptual, permite describir, conocer y explicar a la soledad como un fenómeno de interés en el ámbito personal y en el social.

2. LA EDAD DEL SOL

2.1 De la disparidad.

Más allá de la narración de la soledad como singularidad, se encuentran relatos en los “que los [mismos] seres humanos, considerados en sí mismos, como individuos y sociedades, se tratan, tanto en el lenguaje como en el pensamiento, como si fuesen dos manifestaciones con existencia separada, de las cuales la una suele considerarse como *real* y la otra como *irreal*, en lugar de entender que son dos perspectivas distintas de los mismos seres humanos” (Elias, 2009, p. 54). Las narraciones de lo humano y con ello también de la soledad, ponen de manifiesto dos modalidades de pensamiento, dos modalidades de funcionamiento cognitivo y cada una ellas cuenta con características con las cuales se ordena la experiencia (Corani, 2001; Bruner 2012).

Las manifestaciones de las dos modalidades de pensamiento es posible señalarlas en la narración de la soledad. Por ejemplo, *estar solo* es observable, es lo objetivo e implica la falta de lazos con grupos, aislamiento, pérdida y falta de compañía; mientras que *sentirse solo* es subjetivo, es sentimiento, es la falta de intimidad, insatisfacción y dolor emocional. Señalar estas manifestaciones de las dos modalidades de pensamiento en la soledad hacen posible afirmar que estar solo no necesariamente implica o es igual a sentirse solo; de igual manera el sentimiento de soledad no siempre va a estar ligado a un estado de aislamiento.

Esta característica dispar entre las dos modalidades de pensamiento que se presenta tanto en la imagen tradicional del ser humano, como en la imagen misma de la soledad llama la atención, y aunque la tentación de reducir una modalidad de pensamiento a la otra es grande, hacerlo puede llevar inevitablemente a perder la rica diversidad que encierra el pensamiento (Bruner 2012). Así, someter la comprensión de la soledad a razonamientos de condición antinatural, padecimiento, o de fallo en la naturaleza social, mediante la precisión, clasificación, agrupación y marginación de los efectos de la soledad, pueden resultar en recursos útiles frente aspiraciones de tipo científicas (Lorante, 2004;

Rivera, 2010; Preiss y Peña, 2011; Gómez, 2011; Gutiérrez y Valadez, 2011; Torres y cols. 2012). Pero también significa “aferrarnos a la explicación en función de las causas, lo que nos impide intentar comprender cómo interpretan sus mundos los seres humanos y cómo interpretamos nosotros sus actos de interpretación” (Bruner, 2006, p. 15).

En consecuencia, caracterizar a la soledad como un impedimento psicológico, social y biológico para la adaptación, impide comprender, que “toda voz individual, [...] está abstraída de un diálogo” (Bruner, 2006:14), o dicho de otro modo “todo signo, si tomamos su origen real, es un medio de comunicación” (Vygotsky, 2013, p. 78), inclusive la soledad.

2.2 Realidad y soledad

Elias (2011, p. 125), insisten en que “los seres humanos forman parte de un mundo de seres humanos[...], las únicas criaturas en este universo [humano] que pueden establecer objetivos, que pueden crear y dar sentido son los propios seres humanos.” La exploración del pensamiento y la comprensión de la construcción de la realidad a resultado de interés también para autores como Popper y Eccles (1993), que en un esfuerzo por comprender la construcción humana de la realidad, aprovechan la rica diversidad que encierra el pensamiento y proponen tres mundos:

En el mundo 1 ubican los objetos físicos y sus procesos, donde incluyen fuerzas, campos de fuerza, la interacción entre los campos, sus fuerzas y los cuerpos materiales en general. En el mundo 2, ubican las experiencias subjetivas como estados de consciencia, disposiciones psicológicas, fenómenos subconscientes, etc. En el mundo 3, lo ubican como un conjunto de productos de la mente humana, como las historias, las herramientas, las teorías, las instrucciones o las obras, etc.

Estas distinciones de la realidad en mundos físico, subjetivo y la conjugación de estos propuestos por Popper y Eccles (1993), encuentran una línea paralela en psicología, ya que autores como Bruner (2006, p. 58), señalan:

“La división entre un mundo *interior* de experiencia y un mundo *exterior* que es autónomo respecto a la experiencia crea tres dominios cada uno de los cuales requiere una forma distinta de interpretación. El primero es un dominio en el que el Yo opera con conocimiento del mundo y con deseos que se expresan de una manera congruente con el contexto y las creencias. El tercer tipo de acontecimiento se produce *desde fuera*, de una manera que escapa de nuestro control. Es el control de la *naturaleza*. En el primer dominio somos de alguna manera *responsables* del curso de los acontecimientos, mientras que en el tercero no lo somos.

Existe una segunda clase de acontecimientos; comprende una mezcla indeterminada de la primera y la tercera, y requiere una forma más elaborada de interpretación para poder distribuir la parte de responsabilidad que corresponde al agente individual y la que corresponde a la naturaleza”.

El lenguaje, por ejemplo, “al principio, es un medio de enlace entre [una persona] y quienes le rodean pero, en el momento en que [la persona] comienza a hablar para sí, puede considerarse como la trasposición de la forma colectiva de comportamiento a la práctica del comportamiento individual” (Vygotski, 2013, p. 77). Así también, “nuestra forma de vida es adaptada culturalmente, depende de significados y conceptos compartidos, en formas de discurso compartidas que sirven para negociar las diferencias de significado e interpretación” (Bruner, 2006: 31). Es decir, “toda forma superior de comportamiento, aparece en escena dos veces” (Vygotski, 2013, p. 77). Primero, como fonema colectiva del mismo, como un procedimiento externo del comportamiento, de forma interpsicológica, la cual puede llegar a ser asimilada en la práctica del comportamiento individual, de forma intrapsicológica.

Como vemos, esto no nos conduce a un mayor grado de subjetividad en la psicología; es exactamente todo lo contrario. Las interpretaciones que se ofrecen a la soledad al igual que otras acciones de carácter humano, proponen más de una interacción entre lo objetivo y lo subjetivo (Bruner, 2006; Vygotski, 2013), entre el estar solo y sentirse solo.

De este modo, en la exposición de la soledad recalcamos el carácter relacional, pero además, reconocemos el valor intencional como una posibilidad habitable de vivencia y de estudio en donde caben significaciones e interpretaciones personales, que se dan en el dinamismo de la vida particular (Gómez, 2010), esas con las que es posible describir a la soledad desde “su objeto más profundo y vivo, la vida de los sentimientos” (Vigotsky, 2010, p. 225), descripciones en las cuales se encarnan realidades intencionales, mismas que pueden ser transformadas o alteradas (Shweder, 2012). De acuerdo a lo anterior, el actual estudio de la soledad no se reduce a reconocer aquello que se ha dicho y aceptado, aquello con lo cual se puede llegar a entender a la soledad como un sentimiento “*negativo*”, “*malo*” o de “*inadaptados*”, ya que esto terminaría por enfrascar al estudio en un reducto que imposibilita establecer y examinar con cuidado diferentes significaciones a las que es posible aludir.

2.3 *Productos de la mente humana*

En la obtención de recursos que propicien la comprensión de la soledad no basta con disponer de los modelos tradicionales con los que se representa la soledad; resulta preciso integrar modelos alternativos con los que se provean formas complementarias de representar la soledad en una suerte de andamiaje que permita aproximarse a esa otra realidad que parece inaccesible y que también es la soledad. La narrativa, que en sí misma no es un modelo, sino más bien es la representación de los modelos que se tienen en la mente, hace de la narración la herramienta que precisamente permite acceder a formas distintas de descripción directa de la soledad, pues es en la narración que se valida, se niega, se hace coherente o no una acción llegando a hacerla comprensible y en otras alcanzando a ser plausible (Ricoeur, 1985; Gabilondo y Aranzuque 1999; Bruner, 2012).

Las narraciones con regularidad pasan desapercibidas, y es que narrar parece tan natural que resulta obvio, pero, nos hallamos en apuros cuando intentamos explicar a nosotros mismos o alguien más lo que conforma un relato (Bruner, 2003). Para narrar hace falta más que un buen uso del lenguaje o una

secuencia normal de acontecimientos previsible, algo ha de estar alterado en el orden previsible. Fairstein (2014, p. 116), nos dice que “la narrativa es una dialéctica entre lo que se esperaba y lo que sucedió, entre lo canónico y lo posible”. Para el caso de la soledad no resulta distinto, pues entre los enunciados en que se formula el relato se desenvuelven formas particulares de interpretar el mundo, con ello se da cuenta de algo ocurrido, se ponen en juego elementos de conciencia y acción. Esta cualidad del relato lo hace un acto expositivo, donde las acciones aparecen como una prolongación de lo canónico, transformado por circunstancias atenuantes; por ejemplo, Auster (2012, p. 75), en su novela *La invención de la soledad* escribe: “Estoy pensando –contestó el niño-. Para pensar tengo que estar solo”.

Es de este modo que en la narración, los enunciados cumplen también una función retórica que permite reconstruir la realidad de donde el sujeto puede justificarse a sí mismo proporcionando más detalles de los que en realidad hubo, o puede encontrar su justificación reduciendo los detalles presentados en lugar de aumentarlos, es decir, el relato es creíble por su semejanza con la vida (Bruner, 2006). Wittgenstein (2012, p. 28), en una forma aún más sintética, pero muy semejante a la vida nos dice que: “La obviedad del mundo se manifiesta precisamente en el hecho de que el lenguaje sólo le significa a él y sólo él puede significar”

Así pues, la narración es una forma de discurso donde el habla se halla fija, y se centra en lo esperable y/o usual de la conducta humana (Ricoeur, 1999; Bruner, 2006). Para el caso de la soledad, estas distinciones entre los usos del lenguaje y modos canónicos son perfectamente observables. La real academia de la lengua española (2007, p.1415), distingue diferencias entre:

a) solo: Dicho de una persona; Sin compañía. Que está sin otra cosa o que se mira separado de ella. Que no tiene quien le ampare, socorra o consuele en sus necesidades o aflicciones.

b) sólo: Únicamente, de un único modo, sin otra cosa o con la única condición de que.

Estas distinciones de lenguaje indican más que mayor fuerza en la

pronunciación, el acento que las diferencia visual y acústicamente sirve también para diferenciar sus significados. Pero, entender el significado de un enunciado dentro de un relato no es posible como en el caso de una palabra dentro de un diccionario. En la narración se formulan expresiones determinadas que dependen de la forma en que se seleccionan y combinan palabras, son metafóricas, alusivas, muy sensibles al contexto (Bruner, 2003). Saussure (2012: 19, 64), nos recuerda que “es mal método el partir de las palabras para diferenciar las cosas. El comprender lo que a uno le dicen está lejos de ser una operación pasiva y mecánicamente asociada[...] Comprender requiere de cierto modo recreación. Supone la consciencia de que el hablante no emite meros sonidos sino que él actúa la intención”.

En el relato la formulación de expresiones es una relación dialógica que vincula (Ricoeur, 1999), es decir que quien relata posee la intención de decir, la manera en que selecciona y combina las palabras en el relato dependerá del uso que desee dar. Mientras que para quien recibe el discurso narrativo, reaviva la imaginación del lector, que lo comprometen en la producción de significados bajo la guía del texto por su verosimilitud, por su apariencia de verdad, o, para ser más exactos por su similitud con la vida (Bruner 2012). Así, el aislamiento como finalidad puede ser comprendido como un acto a través del cual se consigue la racionalización y la psicologización. La transformación paulatina desde las formas de pensamiento y de comportamiento menos racionales a las más racionales cambian a la soledad, puesto que ese fenómeno de racionalización, al igual que el más amplio de civilización, es al mismo tiempo un fenómeno psíquico y social. De modo que, las descripciones del aislamiento y la soledad son manifestaciones del progreso civilizatorio que no pueden separarse ni siquiera de forma imaginaria (Eliás, 2011).

Otros autores como de Vigny (2004, p. 224), en su novela *Stello* da cuenta de la búsqueda de lo contrario, la búsqueda de la soledad en medio de un lugar casi imposible, una ciudad convulsionante, en medio del estado de hacinado y encontrándose incómodo por la conglomeración de personas:

“Yo veía a mis pies que andaban, pero no se a donde iban. Meditaba con sensatez, razonaba con lógica veía con nitidez y actuaba como un insensato. El

aire era ahora más fresco, la lluvia se había secado en las calles y en mi sin que yo me diera cuenta. Iba siguiendo los muelles, atravesaba los puentes, volvía a atravesarlos, buscaba la soledad, que nadie me empujara, pero no lo podía conseguir. Tenía ciudad a mi lado, ciudad delante, ciudad detrás, ciudad en la cabeza, ciudad en todas partes. La gente se me cruzaba, me empujaba, me apretujaba. Entonces me senté en una señal o en una barrera y seguí meditando”.

Bauman (2012, p. 110), narra que la soledad cuenta entre los elementos que contribuyen a la transformación de “las tendencias urbanas de protegerse del peligro, que fueron unos de los principales incentivos para construir ciudades. La vida de los solitarios se lleva a cabo en cada individuo que es abandonado a sí mismo mientras que la mayoría de las personas son herramientas para la promoción recíproca”. Foucault (2010: 11-12), más concentrando en la construcción individual, relata el cuerpo, en *El cuerpo utópico* coloca a este en medio de lo social y lo individual, convergiendo en el secreto íntimo que brinda la soledad:

“Cuerpo incomprensible, cuerpo penetrable y opaco, cuerpo abierto y cerrado, cuerpo utópico. Cuerpo absolutamente visible en un sentido. Sé muy bien lo que es ser observado por alguien de arriba abajo. Sé lo que es ser espiado por detrás, vigilado por encima del hombro, sorprendido cuando menos lo esperaba, sé lo que es estar desnudo. Y, no obstante, este mismo cuerpo que es tan visible, es retirado, es captado por una suerte de invisibilidad de la cual no me puedo desligar. Este cráneo, esta parte trasera de mi cráneo que puedo palpar con mis dedos, pero nunca ver. Esta espalda que siento apoyada contra el respaldo del sofá cuando estoy tumbado y que sólo sorprenderme con la artimaña de un espejo. Y qué es éste hombro del cual conozco con precisión los movimientos y las posiciones pero que nunca sabré ver sin torcerme horriblemente. El cuerpo, fantasma que sólo aparece como un espejismo de los espejos, y, aún, de una manera fragmentaria”.

Es posible acertar con más narraciones de la soledad hechas por Foucault (2010, p. 143-144), en su texto *Vigilar y castigar*, relata el movimiento de aislamiento-soledad-reforma como un “choque a partir del cual el aislado al escapar de las malas influencias, puede reflexionar y descubrir en el fondo de su conciencia la voz del bien; el trabajo solitario se convertirá entonces en un ejercicio tanto de conversión como de aprendizaje”.

Descartes (2008, p. 46), relata un movimiento semejante al cual se introduce no por el sometimiento del pensamiento divergente, sino por la búsqueda de la iluminación, un movimiento de reflexión-soledad-iluminación:

“Hace tiempo que tengo en mi espíritu cierta opinión, según la cual hay un Dios que todo lo puede, por quien he sido creado tal como soy. Pues bien: ¿quién me asegura que el tal Dios no haya procedido de manera que no exista figura, ni magnitud, ni lugar, pero a la vez de modo que yo, no obstante, sí tenga la impresión de que todo eso existe tal y como lo veo?[...]Pero un designio tal es arduo y penoso, y cierta desidia me arrastra insensiblemente hacia mi manera ordinaria de vivir; y, como un esclavo que goza en sueños de una libertad imaginaria, en cuanto empieza a sospechar que su libertad no es sino un sueño, teme despertar y conspira con esas gratas ilusiones para gozar más largamente de su engaño, así yo recaigo insensiblemente en mis antiguas opiniones, y temo salir de mi modorra, por miedo a que las trabajosas vigiliass que habrían de suceder a la tranquilidad de mi reposo, en vez de procurarme alguna luz para conocer la verdad, no sean bastantes a iluminar por entero las tinieblas de las dificultades que acabo de promover [...] Así pues, ahora que mi espíritu está libre de todo cuidado, habiéndome procurado reposo seguro en una apacible soledad, me aplicaré seriamente y con libertad a destruir en general todas mis antiguas opiniones”.

Descartes (2008), en su relato logra recrear e imponerse sobre lo previsto y lo canónico de la soledad, pero hay relatos menos afortunados donde la creación y recreación de lo canónico y lo previsto de la soledad se impone sobre el individuo, Walde (2008, p. 3), da cuenta de la vida de Kafka:

“Kafka se repite en una incomunicación que le ha servido desde su infancia como resguardo contra la angustia de encontrarse inerme frente a los otros. Kafka cree en el deber de cumplir con los requerimientos del orden social, por eso no abandona el odiado trabajo; pretende contraer matrimonio a sabiendas de que no lo podrá realizar en cuanto que es lo que más se opone a su voluntad. Se instala,

pues, en una - zona fronteriza entre soledad y compañía -, pero ésta es agotadora, es su tragedia. Ama la soledad, el desierto, la muerte, lo que es obrar en contra de lo que está mandado y, contra todo su ser, pretende vivir, incorporarse al mundo. Al autoanalizarse en la soledad con el propósito de librarse de su problemática, se vuelca en la escritura”.

Entre las interpretaciones que son posibles imprimir a las narraciones de la soledad como signo, existe espacio para las interpretaciones más bien vagas o ambivalentes, en donde el solitario es objeto por igual de estima, consideración y admiración o de odio, temor u olvido. De Oca (2009, p. 43), da cuenta de esta mezcla en su relato sobre Dante Alighieri:

“Había llegado dando fin a su obra maestra. Vivía rodeado de admiración y afecto. Su creciente reputación de poeta y de sabio le procuró, una acogida como no la hubiera podido soñar en los comienzos de su proscripción. La Comedia, que estaba comenzando a divulgarse en copias volanderas, le granjeaba la consideración y el respeto, el pueblo sencillo le señala admirado y temeroso he ahí al que va al infierno, vuelve de él cuando quiere y trae nuevas de allá abajo. Sólo le quedaba esperar la llamada de sus conciudadanos”.

Las narraciones de la soledad abundan, novelas como *Mujer zurda* (Handke, 2013), o *La invención de la soledad* (Auster, 2012), son narraciones que describen realidades de solitarios. Ambas narraciones muestran seres humanos que se sienten solos, y como nos dice Paz (2012, p. 22) “*sentirse solo no es sentirse inferior, sino distinto*”.

2.4 Verdades, verosimilitud y un fontanero.

Aunque los relatos y los argumentos son clases naturales diferentes, se observa que la verosimilitud no es precisamente el perfeccionamiento de las verdades y mucho menos las verdades terminan siendo el perfeccionamiento de lo semejante a la vida. Ambos son recursos útiles en la construcción de sentido o sentidos, que ahora vemos imprimirse a la soledad. Como ejemplo de ello Fernández (2010, p. 57), brinda una oportunidad de conveniencias a propósito del sentimiento de soledad como vacío y como falta, en el tránsito de lo que este mismo autor denomina *emoción estilizante a Subjetividad Basura*:

“el 6 de agosto de 1978, en un bar madrileño barrio de Pan Bendito llamado El Fisgón de Don Marcos. Un cliente habitual, fontanero de profesión. Quien encontrándose extenuado por la falta de sueño, preocupado por las malas calificaciones de su hijo mayor, algo decepcionado por la inesperada ausencia de una parroquiana muy de su agrado, y molesto con el dueño del local, quien le había traído un café demasiado amargo, se reclinó en su silla, dejó el Don Balón sobre la mesa de mármol y, sin dirigirse a nadie -“¡parecía inspirado!”-, dijeron algunos “¡pa mí que le había dado un aire!” apuntaron otros-, musitó: ¡Me siento vacío!”.

Partiendo de la consideración sausseriana (2012, p. 52), en la cual se sostiene que “en el fondo todo es psicológico en la lengua, incluso sus manifestaciones materiales y mecánicas”, para el caso anterior encontramos que más que un solo manejo homogéneo del lenguaje, nos encontramos con lo que Gergen y Gergen (2011), llaman juegos del lenguaje, que para el mismo evento son diversos, es decir, conviven convenciones en las que se describen y explican las cosas, convenciones que sustentan y limitan la libertad y la acción de las personas y que conforman *formas de vida*.

Si bien hablar del fontanero implica hablar de una convención que es posible ubicar en el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (2007), que dicta una *forma de vida en la que la persona se especializa en la instalación, mantenimiento y reparación de las conducciones de agua y otros fluidos, así como de otros servicios sanitarios y de calefacción en los edificios*; lo

anterior no debe limitar la explicación sobre la descripción brindada en cuanto a la acción y enunciación manifestada por parte del fontanero, pues este es también un cliente habitual quien se sabe molesto; un padre de familia preocupado; un feligrés decepcionado por la ausencia de una mujer, y en consecuencia un ser humano con sensación de vacío. Es a partir de la sensación de vacío que se da sentido al sentimiento de soledad, sin embargo, tanto la sensación de vacío como el sentimiento de soledad que se dan en el fontanero en las circunstancias que se limitan a éste, su enunciado y comportamiento brindan un espacio de coincidencias para aquellos quienes le rodean, mismos que significan el evento de dos formas, una artística y la otra fisiológica.

Es de este modo que “el lenguaje marca las coordenadas de la vida en la sociedad y se llena esa vida de objetos significativos[...] La realidad de la vida cotidiana se organiza alrededor del *aquí* del cuerpo y el *ahora* del presente” (Berger y Luckmann 2011, p. 37). Así, “el lenguaje para uno mismo surge a través de la diferenciación de la función inicialmente social para otros. No es la socialización paulatina aportada al individuo desde fuera, sino la individualización paulatina, surgida sobre la base del carácter social interno del sujeto lo que constituye el camino principal del desarrollo personal” (Vigotsky, 2013, p. 310).

Tratar a la soledad como sentimiento dentro del lenguaje, hace posible sostener que esta al igual que las emociones, los sentimientos y las pasiones aparecen en el discurso como portadoras de efectos de sentido muy particulares, en cierto modo, es reconocer que las pasiones no son propiedades exclusivas de los sujetos, sino propiedades del discurso entero (Greimas y Fontanelle, 2012). Así, Sartre (2005, p. 21), manifiesta que se “volvería a encontrar el todo de la realidad humana, ya que la emoción es la realidad que se asume a sí misma y se *dirige emocionada hacia el mundo*”, dicho de modo diferente, “si todo es un reflejo, entonces el sujeto como ente consciente sabe que no es un reflejo, sino es él quien se encarga de organizar los reflejos sumido en procesos de origen sociales” (Blunder, 2011, p. 128), entre estos procesos de origen social “los sentimientos y los comportamientos de las personas están influidos directa o indirectamente por los demás” (Preiss y Peña, 2011, p. 137), a lo que autores como Moreno (2007)

“señalan la marginación del problema de la cultura dentro de la psicología como consecuencia de las ópticas individualistas que esta disciplina imprime característicamente en su producción”.

De este modo, es posible remontar en el relato que es proporcionado por Fernandez (2010), aquella afirmación de que aquel fontanero se sabe en falta de lazos con el grupo de personas que se encuentran en el bar; por otro lado, puede sostenerse también que aunque está acompañado, más que estar aislado se siente aislado y con ello sabe que no tiene compañía. Una posible afirmación más, es en la que se puede vincular la ausencia de la parroquiana y las malas calificaciones de su hijo como elementos generadores de un estado de ánimo pasajero o permanente que motiva a éste a enunciar su malestar. Pero, cada una de las afirmaciones aísla elementos situacionales o posicionales del mismo problema que aqueja al fontanero, de modo que se conceptualiza a cada uno de estos elementos como “un agente aislado, desconectado de los demás, que brindan una visión del individuo impulsado por la competencia por bienes y servicios en el mercado más que por la comunidad y el esfuerzo compartido” (Leader, 2011). Solo queda recordar que es uno entre todos lo que se encuentran en el bar, con lo que este fontanero adquiere importancia en la medida en que los que lo rodean lo intentan interpretar. Tal como ocurre ahora.

Se ha establecido lo valioso de dos modalidades de pensamiento en el tratamiento de la soledad, estableciendo reiteradamente correspondencias entre ellas. Así, entre verdades y argumentos se permite considerar a éstas como medios con los que las personas organizan su experiencia, produciendo así, representaciones significativas de la mente humana (Cor Bearveldt, 2012). Por ello, las significaciones son siempre relativas a la acción, al contexto, y están en relación con el propósito en que surgen. Así las descripciones sobre la soledad, los solitarios y el aislamiento posibilitan representar “conceptualizaciones de los sujetos como participantes en estructuras de práctica social en curso” (Dreier, 2009, p. 82).

2.5 Cánones de soledad.

En el emprendimiento por comprender la soledad como un producto de la mente humana, y luego del viaje realizado se ha hecho posible reconocer formas canónicas de la soledad en las que se reconoce a ésta no sólo como una representación en oposición o en continuidad a las experiencias vitales en las que llega a estar situado el solitario, sino, como un recurso de movilidad, de incesante construcción, “que promueve la modificación de la convivencia” (Christakis y Fowler, 2010, p. 70), y que en consecuencia sugiere formas distintas de convivir. Luego de reconocer esto de la soledad en un andamiaje que propicie su comprensión, entonces se le descubre dentro de un entretejido de solidaridad e interdependencia, de una diversidad de usos canónicos que van de filosóficos, sociales, históricos, morales, psicológicos, lingüísticos y geográficos:

Filosófico: Forma en la que se describe la soledad como recurso para aproximarse a lo sagrado, divino o iluminado.

Social: Forma en la que se describe la soledad resaltando el aislado objetivo o subjetivo ejercido o dirigido desde un grupo hacia el individuo.

Histórico: Forma en la se describe a la soledad acciones, pensamientos o creencias de tiempos anteriores en los que se propician calificativos de heroicidad o villanía.

Moral: Forma en la que se describe a la soledad como formas de aislamiento objetivo que impone el grupo al individuo como consecuencia de una afrenta pública.

Psicológico: Forma en la que se describe la soledad a partir de la percepción individual, como una percepción en donde el individuo se sabe aislado objetiva o subjetivamente.

Lingüístico: Forma en la que se describe a la soledad en función de diferenciar la palabra solo de la palabra sólo.

Geográfico: Forma en la que se describe a la soledad resaltando los

espacios, las distancias o barreras que mantienen, aproximan o distancian la diferenciación entre lo público y lo privado.

Estas formas canónicas de tratar la soledad son usos del lenguaje, la narración y la descripción, que proporcionan imágenes por medio de las cuales las personas a la hora de dar cuenta de sus experiencias vitales comunican la manera que tienen de interpretar y explicarse a sí mismas dichas experiencias, no sólo para encontrarles sentido, sino también para procurar que ese sentido sea inteligible para los semejantes con quienes comparten un entorno vital y/o una actividad cotidiana (Muñoz, 2003). Son también formas de aproximarse a los mundos intencionales en los que los individuos entretejen recursos objetivos y subjetivos en la construcción de andamiajes de los que nos servimos en la transformación de nuestras relaciones, agrupando formas de pensamiento, formas de percibir la realidad y formas de emocionarse. Estas formas canónicas son también herramientas en la interpretación de criterios, una taxonomía de la soledad, que como cualquier otra cosa hecha por seres humanos puede ser reformulada por los mismos y conectada con la experiencia de vida y la autoría narrativa (Pizzinato, Pedro, de Oliveira, 2012; Sweder, 2012; Bauman, 2012).

2.6 Hacia una nueva edad del sol

Las narraciones realistas que tratan la soledad nos enfrentan a un estudio de mundos intencionales y no solo de usos canónicos, Bruner (2012), señala que "las narraciones realistas, comienzan con un estado calmo, canónico o *legítimo* que es interrumpido, con lo cual se produce una crisis que termina con la restauración de la calma dejando abierta la posibilidad de que el ciclo se repita." De este modo, la narración es en cualquier caso, una plataforma que permite poner en contacto los componentes objetivos con los objetivos de la soledad, en un vaivén de usos canónicos que permite colocarnos entre el estado de soledad y el sentimiento de soledad, unas veces diferenciados, otras veces intercalados y en otras tantas confundidos.

Como hemos observado, para aproximarse a las posibles significaciones de la soledad una psicología invariable y dogmática no es suficiente. Resulta más adecuado para dicho fin “una psicología plural, variable, específica al mundo y vinculada constructivamente al estudio de los mundos intencionales” (Sheweder, 2011:15), otros autores como Williams (2009), nos sugiere una psicología que se ocupe de los procesos de construcción y reconstrucción de significado en la constitución metacognocitiva que permita la construcción de conocimientos, que para este caso, el de la soledad, permite dar cuenta no solo de los solitarios, sino de nosotros mismos, del mundo que habitamos y la manera en cómo lo habitamos.

Otros autores como Pizzinato, Pedro y de Oliveira (2012, p. 15), señalan la necesidad de “complicidades dialógicas que conectan la experiencia de vida con la autoría narrativa. De modo que es en el lenguaje y la descripción que la vivencia que es presentada como una organización intencional de informaciones aparentemente presentadas dentro de una imagen o secuencia de imágenes, por medio de la participación cultural. Estos recursos se convierten en la base de significado por la que se interpretará y se le responderá al mundo.”

Así en ocasiones, se propone a la soledad como natural, inevitable y carente de intención para quien la padece, aunque es visible para los ojos del experto, lo que permite significarla como la experiencia indeseada, que es similar a lo que experimenta el depresivo o el ansioso, y que es distinta del aislamiento social ya que refleja una percepción del individuo (Rodríguez, 2013); en otras ocasiones, es posible significarla como un instrumento que reforma, que es implementada a través de penas dolorosas que se imponen y se llevan a efecto en la privación de luz, las restricciones de alimento, medidas un tanto atenuadas en la idea de reducir la libertad a la prisión propiamente dicha, con lo que la diversidad, tan solemnemente prometida, se reduce al fin a esta penalidad uniforme y gris (Focault, 2010); mientras que en otras ocasiones la soledad es significada como un fenómeno accesible, completamente visible, cercana a la creatividad y cierta de intención, como en “esas situaciones para las que la sociedad entera no está del todo preparada y se deja el problema a los individuos que las integran” (Linton,

2006, p. 178). De esta forma. “los relatos imponen una forma a la realidad” (Fairstein, 2003, p. 117). Sin embargo, las narraciones con todo y sus recursos de ficción crean mundos posibles, ello sin apartarse de aquella realidad de la que parte, aquel mundo que se conoce, aquella vida real, pero deben alienarnos de ella lo suficiente como para tentarnos a alternativas que la trasciendan (Bruner, 2003).

3. ANDAMIAJE

3.1 *Itinerario*

La narración de la soledad que hemos realizado hasta ahora no ha sido sencilla, en ella hemos recogido dos modalidades de pensamiento (narrativo y paradigmático), así como distintas formas de representarla, y aunque lo anterior parece significativo al facilitar la identificación de prácticas canónicas relacionadas a la soledad, no lo hacen suficiente, toda vez que el relato elaborado hasta ahora atiende únicamente a lo encontrado en otros textos y no a las experiencias particulares. Ya por ejemplo Muchnic y Seidman (2005, p. 43), señalan que, “la soledad es un fenómeno real que debe ser descrito en vez de sólo ser un concepto lógico”.

Luego de advertir este tropiezo como parte de las vicisitudes que pueblan este recorrido, vienen a la memoria esas frases que nos recuerdan que las estructuras sólo se pueden describir y los acontecimientos sólo se pueden narrar (Ricoeur, 1999), por lo que ahora el relato se ha de volcar sobre eso, formas de narrar la soledad. Atender a lo anterior haciéndose de recursos metodológicos, permitirán explorar las significaciones próximas a la experiencia de soledad y cómo es que la narran aquellos que la vivencian, con lo que será posible describir la experiencia de soledad de acuerdo a los relatos de las personas que la vivencian.

3.2 *Entre el sueño y la realidad*

Para dar respuesta a la pregunta de investigación, ha de emplearse una metodología específica, en este caso la metodología cualitativa; ya que esta facilita la producción de datos descriptivos, como lo son “las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable” (Taylor y Bogdan, 1994: 20); que permiten describir hechos únicos, con los que se reconoce a los seres humanos como seres que actúan, sienten, piensan y poseen intenciones.

La metodología cualitativa resulta adecuada, al ser esta inductiva, holística y sensible, además de que comprende a las personas y sus prácticas en su colaboración dentro de una cultura, un tipo determinado de sociedad y reconociendo a las personas como poseedoras de un bagaje de códigos simbólicos que reflejan valores, expresan normas, y manifiestan pautas o formas de comportamiento, recursos invaluable cuando lo que se busca es describir una realidad activa, dinámica y única. Otras de las particularidades de la metodología cualitativa es que esta se

preocupa de “llegar a conocer a las personas de forma íntima [de modo que permite] experimentar lo que ellas sienten” (Taylor y Bogdan, 1994, p. 21); así como de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su sistema de relaciones, su estructura dinámica, con el claro propósito de proveer descripciones detalladas de los contextos estudiados.

De esta forma, la metodología cualitativa posibilita “seguir lineamientos orientadores, pero no reglas. Los métodos sirven al investigador; nunca es el investigador el esclavo de un procedimiento o técnica” (Taylor y Bogdan, 1994, p. 23). Al tener en cuenta los puntos anteriores el investigador también podrá tomar decisiones en función de lo que se presente, con lo cual se tendrá como base la realidad y los puntos de vista de los participantes, lo cual implica un diseño emergente, esto es, un diseño que se irá dando sobre la marcha, y podrá someterse a cambio según el desarrollo la investigación (Salgado, 2007; Salamanca y Crespo, 2007).

Por estas características, la metodología cualitativa resulta adecuada en la práctica real, pues favorece la comprensión del fenómeno a estudiar al instrumentar en la práctica formas de aproximarse a terrenos como el de la experiencia, el lenguaje, los significados, y formas de interpretar. De modo que, se propicia el reconocer que cada persona transmite cosas importantes sobre sí misma y asume supuestos respecto de otros, ello en convergencia de concepciones acerca de la realidad, y de cómo conocerla, de este modo es posible afirmar que al igual que las personas la metodología cualitativa no asume una sola forma de legitimar la realidad, ni tampoco considera una única posición o cosmovisión que la sustente (Taylor y Bogdan, 1994; Vasilachis y colaboradores, 2006). De modo que, describir lo que la gente dice y hace de forma cualitativa implica tratar con actos humanos, tratando de respetar todo aquello próximo al modo en que las personas definen su propio mundo y con ello los escenarios, las actividades y las personas que les fueran significativas para el momento. Así mismo, dentro de la metodología cualitativa resultan de gran utilidad las narraciones, ya que permiten adentrarse en un plano íntimo, de donde las emociones y las palabras dan cuenta de experiencias irrepetibles y valiosas (Pizarro, 2004), narrar permite desarrollar creaciones que llevan a recuperar lo más vivo emocionalmente tanto para quien lee como para quienes escuchan, colocándose en una dimensión espacio-temporal que permite emerger del núcleo de la narración al yo, en una trayectoria de desarrollo del pasado hacia el futuro anticipado, en una línea de desarrollo que es internamente referencial, pues la única hebra conectiva significativa es la trayectoria de vida como tal (Bruner, 2012; Dreier, 2012).

Así pues, la trayectoria de vida es una forma narrativa escrita y reflexiva, una estrategia fenomenológica con la que se busca la estructura que subyace dentro de una experiencia que es más o menos es común y comparten las personas en una compleja articulación de procesos psicológicos, sociales, biológicos y culturales, de los cuales surgen conflictos o tensiones que pueden resultar útiles tanto para quien narra como para quien se interesa por la narración dando pie a una valoración de lo narrado (Cardenas, 2012; Mettufogo y Sepulveda, 2005; Greco 2015,

Sepulveda, 2010; Villar y Triadó, 2006).

Como ya se ha señalado, una variedad significativa de técnicas y herramientas existen en la metodología cualitativa, con ellas se atiende la naturaleza de la realidad, la del investigador o los tipos de conocimiento vertidos en la investigación; entre estas técnicas podemos encontrar el análisis de caso, la entrevista a profundidad, la investigación encubierta, entre otras, pero para el caso del actual relato se realizó un micro taller de cinco sesiones en el interior de la Escuela Nacional Preparatoria Número Dos-Erasmo Castillo Quinto (en adelante *prepa 2*), ya que el micro taller permite implementar recursos de comunes a las técnicas y estrategias antes señaladas, así se contó con el apoyo voluntario de 5 jóvenes del mismo colegio, que se encontraban cursando el sexto grado, de los cuales tres fueron mujeres y dos hombres y cuyas edades oscilaban entre edades los 16 y 19 años de edad.

3.3 *El atlas de este sueño*

Frente a la necesidad de nuevos cómplices en la construcción de este relato sobre la soledad se diseñó un micro-taller de cinco sesiones (ver anexos), cada sesión se programó con una duración estimada de dos horas, en las cuales se buscaba desarrollar una lista de temas que serían dirigidos en base a una serie de preguntas, tratándose más una agenda conversacional que de un procedimiento directivo (Mallimaci y Giménez, 2006, Báez, Cantú, y Gómez, 2007, de Frutos, García y Palmar, 2014).

Pero para lograr la colaboración de aquellos que eran desconocidos dentro de Prepa 2, se realizó un muestreo no probabilístico, es decir, una invitación abierta que fue realizada por parte de las autoridades del plantel. De modo que en el desarrollo de dicho micro-taller participaron cinco estudiantes que se encontraban cursando el sexto año. Los jóvenes que participaron fueron tres mujeres (Amay, Rocks y Adri), y dos hombres (Levi y George), jóvenes que contaban con edades que iban de los 16 a los 19 años de edad.

En cada uno de los encuentros o sesiones con los participantes se procuró propiciar un contexto de discreción y empatía donde la moneda común fue provista por las formas narrativas que la cultura ofreció resaltando los modos que cada uno tuvo para relacionarse entre ellos y sus usos del lenguaje sorprendiendo la importancia de sus transacciones (Williams, 2009, Bruner, 2012). Con ello se facilitó el adecuado desarrollo de las temáticas y el cumplimiento de los tiempos programados para ocupar el aula asignada.

De esta forma se logró establecer la producción de un conjunto autobiográfico y auto-referenciado, creado por cada uno de los participantes en donde cada uno narraba sus experiencias de soledad.

Esas transacciones permitieron dar sentido y asignar significaciones a la soledad, planteando ambigüedades a la intimidad de sus propios monólogos y los de otros, siendo orientados en la conversación con preguntas abiertas, de modo tal que paulatinamente se dialogaba en forma fluida y se centraba cada vez más el o los tópicos a investigar (Bruner 2012), llegando en algunas casos a re-significaciones de aquellos sentidos y significados que antes habían sido asignados.

3.4 *De camino a las historias*

Con la finalidad de incrementar la comprensión sobre la soledad se realizó un análisis de contenidos a los relatos elaborados por los participantes; puede entenderse lo anterior como una técnica de interpretación de textos que permite la obtención de conocimientos específicos con respecto a aspectos y fenómenos sociales, para ello se realizó una lectura exhaustiva, tomando en cuenta el contexto que enmarca el tema y se caracteriza por ser una técnica que combina intrínsecamente la observación, producción y el análisis de los datos.

El análisis de contenidos consta de cinco momentos: 1) la selección y delimitación de la investigación y su contexto; 2) construcción de en términos de unidades que permiten una descripción de las características de su contenido; 3) sistema de categorías, lo cual es una clasificación de la información a partir de criterios previamente definidos; 4) comprobar la fiabilidad del sistema de codificación-categorización; finalmente 5) la inferencia, es decir explicar lo que hay en el texto. Así mismo las interpretaciones que se pueden obtener del análisis de contenidos puede ser en dos formas: Directo-manifiesto, que es lo que el autor comunica; la segunda forma oculta-indirecta, esto es lo que el autor quiere transmitir (López, 2013).

4. COROLARIOS

4.1 Medio día

Contar aquello que este tránsito por la soledad es también una forma de narrar algunas de las características más significativas de la cultura humana, esas que hacen que el lenguaje no sea sólo un instrumento de comunicación, sino también una herramienta imprescindible en la constante constitución de la herencia humana, la cultura, eso sin lo que el ser humano terminaría por ser una monstruosidad imposible (Bruner, 2006; Linton 2006).

Pero, hacer este relato para facilitar el significar la soledad no es una empresa sencilla, pues en él se reúnen experiencias, usos canónicos y formas particulares de significar la soledad; por ello habremos de hacerlo en la siguiente forma: 1) compartiremos fragmentos de los relatos construidos en el desarrollo de la agenda conversacional con los cuales exploraremos la identificación de los usos canónicos de la soledad; 2) tomaremos algunos de los fragmentos de las conversaciones transaccionales y ahondaremos en la identificación de usos canónicos, y 3) finalmente nos aproximaremos a fragmentos de las reconstrucciones, donde será posible observar la reconstrucción de las narraciones, cambios en los usos canónicos y las reconstrucciones de significado que se hacen de la soledad.

4.2 De los relatos

A continuación se expondrá fragmentos de los textos elaborados por los participantes en el micro-taller, identificado en ellos el empleo de los usos canónicos de la soledad (para conocer más a detalle los relatos elaborados por aquellos quienes participaron véase Anexo 2):

Usos canónicos sociales.

Se comenzara con el texto de Amay, en él se relata un aislamiento que resulta de una búsqueda personal, una búsqueda que implica una soledad donde se justifica a sí misma dentro de un grupo, su familia, en una serie de acciones que la dirigen a través del pensamiento, de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“Comúnmente cada martes acostumbro salir con mis padres y con mis hermanos, pero el anterior martes no fue así, ese día simplemente no quise ir. Por un momento pensé en distraerme un poco para después hacer mi tarea, hasta que llegue a Iztapalapa, pero eso no sirvió de nada, ya que como llegan las cosas buenas y no tan buenas, vinieron a mi mete a mi mete esos recuerdos donde me di cuenta que he justificado un poco mi vida [...] Ya llegada la noche, mis padres y mis hermanos llegaron.”

Ya en el relato de Adri el estado sentimiento se superpone frente a un estado, con ello lo interpsicológico cobra mayor valor, en él reto cuenta a diferentes personajes en una simetría de eventos que terminan por ser incómodos, un movimiento que hace de su soledad un malestar intrapsicológico:

“Cuando hice mi primer examen, no llegue a pasar, muy pronto me trataron mal, me sentí muy triste, toda ilusión se borró. En ese tiempo no hablaba con muchos de mis amigos y como no encontraba ningún lugar en donde encajar, entonces me cambiaron de grupo. Poco después mi mamá fue a hablar con la directora de la escuela y de cómo estaba jugando yo sola, que ya no convive, etc. Mi situación era muy difícil pues no tenía con quien hablar, mi mamá se sentía muy mal todo el tiempo, tenía demasiadas responsabilidades y mi papá trabajaba de noche y trataba de dormir durante el día, normalmente me pedían actuar normal y eso era bastante presión, en ocasiones intentaba que no se dieran cuenta de todo lo que conmigo ocurría.”

En el relato Roks se cuenta a la soledad desde la compañía, el fracaso de algo tan particular como el plan de vida, un relato que nos desplaza nuevamente de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“Soledad, soledad es sumergirse en la rutina junto a alguien. El plan de vida fracasa, es inferior a eso comúnmente se le llama hogar [...] pero por el momento a los ojos de aquellas voces son aparatosos aquellos peligros que no se ven y

llenar nuestros oídos de reclamos completamente estridentes [...] se puede lanzar un sutil abrazo, unas cuantas palabras, pero el alivio del alma no llega”

Ahora, en el relato de Levi se encuentra la soledad como resultado de la ausencia de compañía, en donde se explicita el cumplimiento de expectativas y el despliegue de destrezas para la vida; nuevamente, un relato que va de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“Desperté tarde, tenía examen a las 7 y ya eran las 6 y aún no salía de casa. Mi madre había salido de viaje, sin ella nunca me despierto a la hora que debo de, que irresponsable soy. Además como es costumbre mi padre ya no estaba por que sale muy temprano a trabajar. Brinqué de la cama, me puse lo que puede, me lave la cara, me cepille los dientes y el cabello y salí disparado. Menos mal que me había bañado una noche antes.”

Por último, en cuanto a los usos canónicos sociales se refiere, el relato de George ilustra con una forma muy honesta de soledad, en ella se cuenta la soledad como un sentimiento que resulta de la ausencia, la falta de compañía, así pues, en el fragmento se va de lo intrapsicológico a lo interpsicológico y se regresa a lo intrapsicológico:

“Me eh sentido solo al no tener con quien compartir mis ideas que en muchas ocasiones pocos las entienden y el poco apoyo que tengo es una gran dificultad.”

Usos canónicos morales

En el relato de Levi se reitera a la soledad como un reconocer a aquellos quienes se encuentran ausentes, sumergiéndose en un proceso de cambio, en un movimiento que va de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“Lo peor de todo no es que me haya quedado dormido, el problema es que tenía examen de literatura[...] y pensar que a veces soy grosero con ella. Por qué hasta ahora me doy cuenta de esto, y empiezo a valorar a las personas a mí alrededor. A caso debo estar solo para sentar cabeza, o sólo es que estoy en un proceso importante de cambio en mi vida.”

En el relato de Roks el uso moral de la soledad se identifica como aquella experiencia en la que las voces reclaman de forma estridente, recordando nuevamente aquel movimiento que va de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“Soledad, soledad es sumergirse en la rutina junto a alguien. El plan de vida fracasa, es inferior a eso comúnmente se le llama hogar [...] pero por el momento

a los ojos de aquellas voces son aparatosos aquellos peligros que no se ven y llenan nuestros oídos de reclamos completamente estridentes.”

Usos canónicos geográficos

Llega el turno de examinar algunos fragmentos con los cuales es posible identificar formas de los usos canónicos geográficos de la soledad, en esta ocasión comenzando así con un fragmento tomado del relato de Levi, donde describe el espacio en el que se encuentra, se observa como al describir el espacio se da cuenta también de un espacio que da continuidad a una forma de sentir, un tránsito que en el relato va dando cuenta de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“La calle estaba oscura y solitaria como era posible que siendo tan tarde no hubiera mucha luz. Buscaba el auto de mi tío pero ya no estaba, un día más que no me daba un aventón a la base del camión. ¿Porque hoy?, me preguntaba y seguía corriendo por la calle que se encontraba en penumbras y peor aún, sin alguien a mi alrededor.”

Usos canónicos Históricos

Para este caso, es el relato de Adri permite observar en forma muy viva el uso canónico histórico de la soledad, ella cuenta un evento que se ha instalado en la memoria junto con un malestar en donde se identifican algunos villanos o personajes que favorecen su malestar, un viaje que va de lo intrapsicológico a lo interpsicológico:

“En el recuerdo está muy plasmado aquel momento y cada sombra. Acababa de salir del quinto grado y se estaba cursando ya el quinto día; mi mente sabía que tenía que reanimarse pero lo que no sabía es en donde reavivarse [...] Cuando hice mi primer examen, no llegué a pasar, muy pronto me trataron mal, me sentí muy triste, toda ilusión se borró [...] Mi situación era muy difícil pues no tenía con quien hablar, mi mamá se sentía muy mal todo el tiempo, tenía demasiadas responsabilidades y mi papá trabajaba de noche y trataba de dormir durante el día, normalmente me pedían actuar normal y eso era bastante presión, en ocasiones intentaba que no se dieran cuenta de todo lo que conmigo ocurría.”

Usos canónicos Lingüísticos

Los usos canónicos lingüísticos de la soledad se ilustran en la siguiente manera: En el relato de Levi se diferencia el estar solo y el sólo como circunstancia, un movimiento que va de lo intrapsicológico y remonta en lo intrapsicológico:

“A caso debo estar solo para sentar cabeza, o sólo es que estoy en un proceso importante de cambio en mi vida.”

Usos canónicos filosóficos

Uno de los últimos usos canónicos con los cuales describir la soledad que restan por exponer en este momento es el uso canónico filosófico, el cual es nuevamente ilustrado por un fragmento tomado del relato de Rocks, ya que en él se ilustra a la soledad como una carencia que está más allá de cualquier otro elemento, un viaje que es cada vez más intrapsicológico:

“La mente se pierde en este laberinto sonoro trastocándonos la más sentida monotonía, los pensamientos se alteran y en ciertas ocasiones nos sentimos caer en un inmenso vacío [...] intentamos huir de esa cautivadora sensación, añoramos la compañía de los demás, se puede lanzar un sutil abrazo, unas cuantas palabras, pero el alivio del alma no llega.”

Usos Canónicos psicológicos

Finalmente resta por exponer los usos canónicos psicológicos con los que describir la soledad, en los cuales un fragmento tomado del relato de Levi resulta de utilidad para comenzar, en el expone que ante la ausencia de su madre le vienen de manifiesto su irresponsabilidad, su falta de madures, pero también una forma distinta de asumirse, un tránsito que va de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“¿Por qué necesito siempre que mi mamá me despierte? Ya estoy grande, a un paso de la universidad y yo con esta irresponsabilidad. No es la primera vez que me pasa [...] A caso debo estar solo para sentar cabeza, o sólo es que estoy en un proceso importante de cambio en mi vida.”

En relación a este uso canónico George narra la soledad como una experiencia muy particular, un sentimiento subjetivo que no es independiente de lo intersubjetivo, una estadía que es intrapsicológico pero conlleva un tránsito a lo interpsicológico:

“Me eh sentido solo al no tener con quien compartir mis ideas que en muchas ocasiones pocos las entienden y el poco apoyo que tengo es una gran dificultad. Además siento una gran angustia por todo el tiempo que eh desperdiciado en empezar a estudiar.”

En narraciones como la brindada por Adri se narra a la soledad como un malestar interno del cual se debe liberar, una propuesta de tránsito de lo intrapsicológico a lo interpsicológico:

“...mi mente sabía que tenía que reanimarse pero lo que no sabía es en donde reavivarse.”

Para Rocks la soledad es un lugar inevitable frente a todo aquello que la abruma y en ocasiones abate, un recorrido que va de lo interpsicológico a lo intrapsicológico:

“La mente se pierde en este laberinto sonoro trastocándonos la más sentida monotonía, los pensamientos se alteran y en ciertas ocasiones nos sentimos caer en un inmenso vacío. A veces, la desesperación aumenta, un escenario de drama se levanta a nuestro alrededor.”

Por último, en el relato de Amay ocurre algo muy singular, es posible observar como es ella quien toma la decisión de quedarse sola, un tránsito de lo interpsicológico a lo intrapsicológico que es explícitamente elegido:

“Comúnmente cada martes acostumbro salir con mis padres y con mis hermanos, pero el anterior martes no fue así, ese día simplemente no quise ir [...] vinieron a mi mete a mi mete esos recuerdos donde me di cuenta que he justificado un poco mi vida. Todo eso me llevo a pensar a como dejarlo atrás y a continuar y llegar a tener mis objetivos de tipo de presente.”

4.3 De las conversaciones

En el entramado conseguido para lograr el tránsito por la soledad se va construyendo sentido en el recorrido por los relatos, utilizando a estos como un recurso con el cual organizar los procesos de construcción y uso de significado, en el importantísimo papel que desempeña los procesos de negociación de

significado con base en los recursos narrativos presentes en la cultura (Pérez, 2014), o usos canónicos. Sin embargo, y al tratarse de la construcción de sentido, este puede verse completado por la conversación, toda vez que como señalan Freeman, Epston y Lobovits (2001:157), la conversación es “un acontecimiento social en el que confiamos para construir historias basadas en el consenso que explique nuestras percepciones. Del mismo modo, las conversaciones influyen en la configuración de las historias que nuestros narradores hacen de las situaciones que viven”.

De este modo, en la empresa por la construcción del andamiaje que nos permita acceder a dar sentido a la soledad encontramos el recurso de las conversaciones transaccionales realizadas con los participantes, en ellas nuevamente es posible observar dichas construcciones y cambios en los usos canónicos referentes a la soledad (para conocer más a detalle los relatos elaborados por aquellos quienes participaron véase Anexo 3):

a) *Levi*

Luego de haber terminado de dar lectura a su texto Levi posibilitó la complicidad en una breve conversación en la que es posible apreciar que la construcción y explicitación de sentido continúa; así por ejemplo, comienza contándo:

“Las ideas sí me venían a la cabeza pero me costaba elegir que pongo, realmente estoy solo o es la impresión de sentirme así. Hasta que decidí que no pues sí, si estoy solo porque no hay nadie más.”

De lo dicho por Levi destaca la dificultad que representa la soledad como estado y como sensación, lo que evidencia un movimiento entre lo canónico social y lo canónico psicológico, una decisión por tomar entre la impresión del sentirse solo y aquella ausencia de compañía. Dicho movimiento se concluye solo en la medida en que Levi ingresa un uso canónico distinto al reconocer que en el lugar en donde se encuentra no hay nadie, es decir echa mano del uso canónico geográfico, lo cual se evidencia posteriormente cuando señala:

“pude encontrarme con mi entorno, o sea, el que yo me haya dado cuenta de que todo sigue siendo lo mismo, pero es algo bien especial, porque como que has de

cuenta que cuando llego y tiro la ropa nadie me dice nada y cuando esta mi mamá me regaña, o en las mañanas y se me hizo tarde me habla para salir con mi papá, y si no, no hay bronca todavía puedo alcanzar a mi tío, pero como en esta ocasión que no había nadie fue como un chin y darme cuenta que necesito de las demás personas para llevar a cabo mi día. Fue como un rayos ya para estas alturas no debería de ser así.”

Es en este otro fragmento que el sentido que Levi comparte se complementa y se hace más accesible aquella experiencia de soledad, ubicándose primeramente en lo intersíquico mediante usos canónicos geográficos y sociales, para más tarde trasladarse a lo intrapsíquico mediante del uso canónico psicológico y moral, un tránsito que va de una forma de sentirse con respecto de otros en un espacio en donde la compañía habitual se halla ausente a explicitarse todo el valor de esos ausentes.

b) George

Si bien en el primer fragmento de George se aprecia el sentido que él da a la soledad, este se aprecia o complementa mejor en la breve conversación sostenida con él luego de terminar la lectura de su texto, ahí él nos comenta lo siguiente:

“[...]quiero estructurar una nota universal de cómo se puede componer una canción, como si fuera una regla que se pueda aplicar a todo, por lo que la respuesta a la pregunta es afirmativa, aunque aún no he lograba todo aquello me había propuesto, pero siento que esto empieza a facilitarlo.”

Ahí en esa soledad de la que George nos hace cómplices, se destaca una intención, una meta la cual perseguir, algo tan particular y tan intrapsíquico como lo es la elaboración de una especie de fórmula universal, una trayectoria que va de lo particular a lo general, de un uso canónico psicológico a uno social, de lo intrapsíquico a lo intersíquico, sin embargo, como el propio George nos cuenta ese traslado nace de un interés distinto:

“mi interés al principio fue más por la música metal y luego ese mismo interés se había trasladado por la música contemporánea. Ya luego empecé tocando la batería en una banda con amigos y en esa misma banda era el encargado de los amplificadores, pero aquello me llevó a darme cuenta que en realidad no sabía nada y durante mucho tiempo, eso me llevó a sentirme triste y vacío tanto en

escenarios como en las interpretaciones, era necesario ir más allá de ese no saber por lo que me centre en eso mismo que ahora quería saber, la composición, por lo que ahora mi interés se centraría en la música clásica por ser más precisa y también más estudiada, ahora estaba siendo autodidacta en la música clásica y mi interés se estaba centrando precisamente en todo aquello que dentro de ese tipo de música no está definido o que por lo menos no están definidos en profundidad.”

Como observamos, son las acciones emprendidas por George las que lo llevan a al plano de la consciencia, en donde caracteriza a su conocimiento sobre la música como insuficiente; una trayectoria que va de lo interpsicológico a lo intrapsicológico, y al igual que en lo antes señalado el problema se encuentra al no lograr conciliar estos usos:

“Hay casos en los que parece que la gente me había entendido, esos a los que les explicaba me pedían que les explicaran aún más, que según ellos le faltaba claridad a la exposición de mis ideas, que no eran concretas, y aunque mis esfuerzos fueron muchos por hacerme entender según ellos no lograba explicar mis ideas en esas medidas que me pedían.”

c) Amay

Amay comienza por hacernos partícipes de las dificultades con las que se encuentra y de cómo es que ella hace frente a estas:

“en un principio lo que me costó trabajo fue iniciar a escribir, tenía en mente varias ideas pero no sabía con cual iniciar, luego recordé lo que nos habías leído en las sesiones anteriores del texto ese del caos, se me ocurrió que podía hacer algo parecido, y me gusto lo que al final quedo, pero siento que aún le faltaba algo, aun así no le cambiaría nada.”

Estas dificultades entre las dificultades para elegir una idea con la cual dar inicio a su relato nuevamente ponen de manifiesto los planos de acción y de la consciencia, en un constante ir y venir de lo interpsíquico a lo intrapsíquico a través del empleo de usos canónicos sociales y psicológicos, dejándolo en claro nuevamente que lo interno y lo externo no son independientes, y esto es reiterado cuando Amay comparte que:

“falta quizá describir un poco del mobiliario del espacio en el que me había encontrado, el escribir es para mí como cuando se regala una carta me ha pasado que mientras recogía mi habitación me he encontrado con cartas que me habían sido obsequiadas, siempre que esto me ocurre me detengo a leerlas, lo que en cada una de esas ocasiones es una también una oportunidad de revivir las circunstancias y vivencias que antes había experimentado, aunque no se lograba

revivir el momento en su totalidad las sensaciones sí se recuperaban, un beso, un abrazo y más; pero también es necesario dejar pasar otras tantas cosas, por eso hace tiempo he comenzado un diario.”

Se observa así que, en el ir entre el uso canónico psicológico y social no se da en forma sencilla, y que un uso más se hace presente que en este caso resulta ser el uso geográfico, con lo que logra reconocerse frente a determinado espacio y además encontrarse cómoda en él.

d) Adri

Mientras que en los fragmentos de las conversaciones con los participantes antes revisadas han evidenciado las dificultades a los participantes se les han presentado, Adri dirige su narración por una complicidad algo distinta, ella cuenta un cambio en la forma de percibir la vivencia de soledad antes y después del tratamiento de la misma en forma escrita, completado por la lectura y complementado en el comentario:

“como lo leí, aquellos recuerdos aunque distantes me costaban algo de trabajo, pero ahora fue más sencillos después de tratarlos por escrito.”

Adri más tarde cuenta que:

“Lo que más me gusto fue el momento en que lo escribí, porque en aquel momento me sentí un poquito mejor, porque dentro de todo lo malo con lo escrito ya venía como con algo con lo que pudiera darle la vuelta a lo que no me había gustado de ese momento y lograr superar todo eso para luego superar otro tipo de problemas y finalmente le ayudaba a sacar algo mejor.”

En estos fragmentos no solo se observa el uso de un significado que se le da a una vivencia de soledad dada, sino que además se observa algo más, la resignificación de esa misma experiencia a través de este tránsito del contar y recontar, de donde se destaca el valor de desencadenante del significado de la conversación.

e) Roks

El tránsito por las conversaciones llega a su último escaño, Rocks comparte un sentido del relato que no es accesible sino a través de la conversación, y con ello explicita las dificultades que a ella se le presentan en aquel tránsito de los usos canónicos sociales a los psicológicos, dice:

“pues que aquel día llegué a mi casa, vi a mi mamá, a mi papá y a mis hermanas ya cuando todos estaban en la casa, aun así, con toda aquella compañía hay veces en las que me siento introvertida, si ustedes me ven aquí y luego me ven en mi casa se darán cuenta que no soy una persona tan, tan abierta, bueno si, pero me cuesta más trabajo comunicarme con ellos.”

Es en la lectura de lo compartido por Rocks se observa nuevamente a la compañía como insuficiente, el uso canónico social no es suficiente para transitar de lo intrapsíquico a lo intersíquico, o como ella señala, le cuesta trabajo esa relación, sin embargo, esta dificultad señalada en la conversación con Rocks aún adquiere un rasgo más cuando nos señala:

“Siendo sincera no, no es que no tenga ganas de hablar, sencillamente no había tenido un buen día y cuando salí a comer pues para mí la cosa no era hablar, estaba pensando en muchas cosas, por eso lo que escribo al principio. Cuando me di cuenta ya no me encontraba en la mesa, estaba sola, me encontraba mejor. Sentirme sola para mí no es fracturarme, es algo que me gusta, es un cambio.”

Así, la soledad expresamente adquiere el valor de una situación extraordinaria en la que logra reconfortarse mediante el uso canónico moral y con ello dar un nuevo valor a la misma.

4.4 La re-significación

En nuestro relato se ha ido de contar a recontar la soledad, de escribir la vivencia de soledad a explicitar aquello oculto que completa el sentido de lo relatado, en dicha confección del relato se observa que al recontar la soledad se han considerar algunos elementos que para el primer momento de contarla no, agregando, suprimiendo u olvidando otros, “un proceso experiencial sistemático en el que al contarse se diferencia, al mismo tiempo que se articula un nuevo sentido que integra lo asimilable de lo nuevo en un proceso de autoconstrucción continua” (Babi, 2004: 321).

Como hemos observado, la soledad al igual que el relato se inscriben en un proceso experiencial sistemático de *identidad* o sobre *el sí mismo*; de donde el “lenguaje proporciona un medio para clasificar los pensamientos de uno mismo sobre el mundo” (Bruner, 2007:37) o como Vygotski (2014:87), señala, “el que yo

piense cosas que están afuera de mí no altera nada en ellas, mientras que el yo piense afectos, que los sitúa en otras relaciones con mi intelecto y otras instancias, altera mucho de mi vida psíquica”. Así, a continuación se presentan relatos en los que no solo se observan cambios en la forma de narrar, sino también en la forma en que aquellos que relatan se colocan frente a su mundo en soledad (para conocer más a detalle los relatos elaborados por aquellos quienes participaron véase Anexo 4):

a) George

George da un giro a su narración, en su narración titulada Miel de arroz:

“En septiembre de 2013 cuando el ambiente se vuelve frío y la mayoría de las cosechas ven el mundo un tanto triste por que pasa el tiempo y se termina el año, un pequeño grano de arroz entre tantos, se vuelve azul y se ilusiona. Un mes después el arroz se vuelve negro, quemado y desalmidonado, le han deshidratado, como si el líquido que había en él fuera destilado y quitado de su dueño, compartiéndolo entre tantos. Ahora ya no se sabe si es harina o es engrudo, el arroz no tiene forma.”

Más adelante cuenta:

“Darse cuenta de tantos granos iguales como él existen y no sentirse identificado con uno solo, a quien contarle los secretos que dice el Señor Sonido y el Señor Silencio que se juntan y forman a un nuevo individuo, el arroz recobra su forma.”

En estos fragmentos George comienza por introducir el ambiente, las cosechas, los estados de ánimo y el transcurrir del tiempo describen un espacio, de donde le es posible contar lo que diferencia a ese arroz de los otros y como esa propiedad que lo diferencia se pierde, este problema lo lleva a explicitar su sentimiento de soledad de donde se sirve del silencio y del sonido para que aquella diferencia ha sido recobrada, sin embargo:

“Aunque esta peculiar semilla arrocera de color azul pálido ha recobrado su forma y líquido, no se siente a gusto. El hecho de vomitar por vomitar ya es un tanto asqueroso, sin forma, sin chiste, sin sentido. Quiere entonces innovar, el arroz quiere ser abeja para producir miel y que esta miel llene dé vida no solo a sus larvas, sino universalmente un nutriente de desarrollo que perdure para siempre y sepa tal cual se creó.”

Luego continúa:

“Entonces este arroz que se convierte en abeja quiere hacer su creación eterna que perdure, que afecte a todo aquel que la consume. Una plasta sin forma ahora construye a un hexágono. De ser algo asqueroso se convierte en una delicia universal.

Pobre arroz, jamás pudo ser abeja, pero no se declaró vencido en aquel intento. Se sorprendió al ver que no necesitaba ser abeja para producir miel: espía por semanas, meses, incluso años a estos insectos productores de miel. Decidido por fin, de las flores cogió un poco de néctar, lo batió con amor y con mucho cuidado, sin darse cuenta había hecho miel.”

Dentro del relato, el sentimiento de soledad que antes era producido por la carencia de elementos físicos que lo identificaran con los otros granos es superado, pero el sentimiento persiste y ahora es contado como un objetivo de acciones que en esta ocasión lo diferencien. De este modo es posible señalar que en este relato se parte de un uso canónico geográfico, a uno social que permite exaltar lo psicológico pasando por lo moral para señalar al final lo social a través de sus acciones:

“El arroz del esfuerzo se seca y una corriente ventosa lo arrastra, pero la miel que hizo se queda para siempre: miel de arroz.”

b) Levi

El relato de Levi comienza evidenciando las demandas que se hace él mismo con respecto de sus propias necesidades, el reclamo cobra mayor valor al señalar el tránsito de espacio:

“¿Por qué necesito siempre que mi mamá me despierte? Ya estoy grande, a un paso de la universidad y yo con esta irresponsabilidad. No es la primera vez que me pasa, hasta cuando ella está me sigo durmiendo. Oh! Pero ya es tarde debo salir. Lo peor de todo no es que me haya quedado dormido, el problema es que tenía examen de literatura. En fin, ahora me doy cuenta de que realmente necesito a mi mamá, y pensar que a veces soy grosero con ella.”

Este reclamarse lo lleva a reconocer el valor de aquellos quienes suelen acompañarlo, sin embargo, el significado que Levi da a la soledad se explicita cuando cuenta que:

“A caso debo estar solo para sentar cabeza, o sólo es que estoy en un proceso importante de cambio en mi vida.”

De este retrato es posible señalar el empleo de usos canónicos que van de lo moral a lo psicológico, esa carencia que él percibe frente a sus deberes que a su vez lo lleva a lo social, él como alguien carente en relación con otras personas más responsables aterrizando en lo psíquico, o él sirviéndose de la soledad como recurso a partir del cual se reconoce en un proceso de cambio.

c) *Adri*

Llega el momento de tratar el último texto elaborado durante el micro taller, Adri comienza por contarnos lo que el título señala, La última vez que me sentí sola:

“El recuerdo más presente que tengo en este momento fue hace ya casi un año, acababa de terminar de 5to año, estaba cursando también mi opción técnica y tenía que hacer mis prácticas escolares pero no sabía dónde realizarla.

Mi mamá empezó a presionarme acerca de realizar mis prácticas, inicié mi búsqueda; hacía solicitudes y llamaba a muchos lugares pero no nadie me aceptaba. Cuando hice mi examen para entrar al Aeropuerto me trató muy mal; me sentí muy mal y muy triste, a cada entrevista que iba me dirigía yo sola, nadie estuvo conmigo en ese proceso, lo tuve que afrontar sola. En ese tiempo no hablaba mucho con mis amigos. Como no encontraba ningún lugar intenté entrar a clases de natación en CU, fue entonces cuando me hablaron para iniciar mi servicio en el aeropuerto. Poco después a mi mamá la operaron y yo tenía que hacerme cargo de todo, hacer la comida, realizar el quehacer, llevar a mis hermanos a la escuela, cuidar a mi mamá; era muy pesado para mí.”

El relato comienza por explicitar la incertidumbre que le brindaba el no encontrar con un espacio donde desarrollar sus prácticas profesionales, esa dificultad se agrava frente a las presiones ejercidas por su madre, ese malestar y tristeza se reitera con ese constante dirigirse a diferentes espacios y la suma de responsabilidades; aunque el significado que Adri da a la soledad se explicita al contar que:

“Mi situación era difícil, no tenía con quien hablar, mi mamá se sentía muy mal, asumí demasiadas responsabilidades, mi papá trabajaba por la noche y dormía por el día, tome el rol de la mamá frente a mi familia. Sentía una constante presión, cuando llegaba por las tardes me sentaba a comer sola y no le contaba a nadie lo que me pasaba o como me sentía, incluso en las noches sin darme cuenta empezaba a llorar.”

En este relato observamos de forma más clara el empleo del uso canónico geográfico con el cual se describe a la soledad, esto en conjunto con otros elementos, sin embargo constantemente en el relato Adri busca un espacio en donde compartir y desahogarse y es sólo en la soledad, al encontrarse sola que puede hacerlo. Así la soledad como espacio es útil a sus necesidades, señalamiento que apunta que “la actividad humana, aun cuando sucede en la cabeza no puede explicarse sin referirse a la cultura” (Fairtein 2014:117).

5. RETROSPECTIVA

Luego de considerar los usos canónicos provistos por la cultura para describir la soledad, así como, las vivencias y narraciones proporcionados por los participantes fue posible relatar en amplitud y con proximidad, la soledad; esto en contraste con planteamientos que al considerar unos u otros elementos, que al saberlos importantes los llevan a olvidar factores más complejos que le atañen y reducen la comprensión de la misma. De modo, que el mérito de este relato es lograr brindar una imagen inicial de aproximación a la soledad, imagen de un proceso extenso de construcción y reconstrucción de significados en el cual caben gran diversidad de los mismos, brindando la oportunidad de llegar a una narración distinta de la soledad en un contexto que no es ajeno a la vida, en una empresa en donde se da voz a distintas formas de contarla, y aunque se ha hecho eco a esas voces, estas aún son limitadas, por lo que es preciso señalar los aportes y limitantes que proporciona este relato, situación que se abordara en apartados siguientes.

5.1 Parentesco con la vida

Al intentar dar cuenta de la soledad se han encontrado significaciones en las que se aprecia a esta como un problema que debe ser tratado, pero al continuar explorando las diversas significaciones se ha encontrado también que hay algunas de estas en las que la soledad no solo resulta cómoda, sino que además en ocasiones se aprecia como deseable; ya en los relatos de los participantes se encuentran similitudes con estas significaciones, unas veces se relataba a la soledad como incómoda, mientras en otras ocasiones no.

En la mayor parte de los relatos, observamos esa incomodidad que se veía reflejada unas veces con respecto a sus responsabilidades, a sus deseos, a sus emociones, a sus espacios, a sus acciones, a sus valoraciones sobre sí mismos, en otras ocasiones a su lenguaje. De tal suerte que, aquellos que participaron contaron de esa parte que no resulta muy cómoda de la soledad, eso que para

autores como Peplau y Perlman (1982), Cuervo e Izzedin (2007), es descrito como desagradable, insatisfactorio, conectado con deficiencias cualitativas o cuantitativas que ocurren ya en una red social, ya en la necesidad de intimidad interpersonal. Sin embargo, estas formas de contar la soledad no son tan cercanas a las descripciones de autores como Gonzales y Andrade (1995), Rivera (2010), Gutiérrez y Valadez (2011), quienes sugieren a esta como ligada a la depresión o la planeación suicida, y aun mas lejos de valoraciones como las de Lauder (2004), quien considera a la soledad como un trastorno que debe ser tratado.

Más adelante, autores como Cuervo e Izzedin, (2007), Torres, Beltrán, Saldívar, Lin, Barrientos y Monje, R. (2012), nos sugerían un sentimiento negativo de soledad; pero a diferencias de lo señalado por estos autores, los participantes no hablaron de algo positivo o negativo, sino que relataron un sentimiento que si bien generaba poca comodidad los llevaba a dar cuenta de un estado, una forma de pensar o acciones que habían emprendido anteriormente. Además, los participantes sugieren un aislamiento que si bien puede ser provocado, también puede ser elegido; de la misma forma este aislamiento puede ser objetivo o subjetivo, y aunque, si bien esto no es contado como algo a lo que se haya llegado en forma consciente si trasciende lo sugerido por los autores anteriores y tiende un puente a lo señalado por autores como Muchnik y Seidmann (2005), Cardona, Villamil, Henao, y Quintero (2010), o Yarnos (2008), quienes dan mayor importancia al estado de soledad.

De modo que, en la soledad es posible hablar de estados y de sentimientos ligados a un proceso de construcción y reconstrucción de significados, que a diferencia de las apreciaciones teóricas de la soledad, pueden ser distinguidos como los argumentos de la acción y en el panorama de la consciencia; es decir, en el primero se refiere a ellos como agentes, a sus acciones, sus metas, las situaciones en las que se ven envueltos y los instrumentos de los que se sirven; mientras en los segundo, se trata de lo que saben, piensan o sienten, o lo que dejan de saber pensar o sentir (Bruner, 2012); un ir y venir entre lo que sienten-

sintieron y las acciones que llegaron a emprender, así como de las que llegaron a emprender, en un constante relevo de lo uno por otro, lo que recuerda que “cuanto mayor es la furia con que arde uno de los planos, tanto más cerca se halla de su fin y tanto más destaca y entra en posesión de sus derechos el otro plano” (Vigotsky, 2012: 167).

La agudeza y perspicacia de la idea anterior surgida al considerar los relatos de los participantes, dirige al distanciamiento de aquella otra idea asociada a la soledad como un padecimiento el cual debe ser evitado por los individuos, y más bien aproxima a un relato en donde es posible entender a la soledad como un proceso complejo en donde se concilian partes disociadas, tal como lo que se siente y lo que se piensa, de aquello que sigue siendo un mismo ser humano. Pero como ya se ha visto, sobresalen las limitantes que establecen algunos especialistas al no reconocer que la soledad puede encontrar disipadas sus dificultades de forma cotidiana, al sostener a está en estrecha relación con la depresión y la enfermedad mental y no como un recurso que propicia la construcción y reconstrucción de significados; afectando también aquellas significaciones en las que se distingue un estado y un sentimiento de soledad, entendiendo a estos como entidades separadas, lo que produce confusión, pues no siempre es posible encontrar una solución entre estas dos dimensiones que permitan reducir la insatisfacción o la incomodidad que antes se ha señalado; y del mismo modo Bruner (2012: 23), nos advierte, “las dos (si bien son complementarias) son irreducibles entre sí. Los intentos de reducir una [...] a la otra o de ignorar una a expensas de la otra hacen perder inevitablemente la rica diversidad que encierra el pensamiento”.

De modo que, en este relato se reconoce a aquellos que contaron de su soledad como poseedores de intención, toda vez que en sus relatos cuentan cómo es que ellos “actúan de forma persistente para alcanzar un estado final, eligen entre medios y/o caminos alternativos para alcanzarlo, y, por último, dan por terminada su actividad una vez alcanzadas determinadas características del estado final” (Bruner 2007:101). Dando como resultado, que regularmente lo que

se busca lograr es cambiar un estado de incomodidad por uno de mayor comodidad. Y al reconocer esta intención de aquellos que relatan la soledad es posible también alterar el conocimiento que se posee de la soledad a través de colaborar en la construcción de los relatos, para traducir esto en un significado coherente y sustancial que está sujeto a cambios y con ello a la resignificación y aproximación a mundos cada vez más habitables (Freeman, Epston y Lobovits, 2001).

Es aquí donde se revela el valor de la soledad, pues se “advierde que consiste en un movimiento tendiente a reconquistar nuestro pasado, asimilarlo y hacerlo vivo en el presente. [...] De ahí que nuestro movimiento tenga un carácter al mismo tiempo desesperado y redentor” (Paz, 2012: 160). Pero, para concretar aquella conciliación entre el pasado y el presente sin perderse en ese laberinto que puede representar la soledad, será más sencillo al proveerse de la cultura, con recursos como lo son los usos canónicos con los que la soledad es descrita, y que en algunos casos facilitó a aquellos que participaron volver a narrar su soledad de una forma distinta, como si esto fuera un recurso con el cual sus propias experiencias comenzarán a significarles certeza de que sus experiencias en realidad no son tan aisladas y que están conectadas con los eventos que muchos otros enfrentan en lo cotidiano, de esta forma se consiguió resignificarla.

El relato hasta aquí presentado, explora diferentes elementos como el aislamiento o el retraimiento, pero también explora los elementos de la compañía y la creatividad como recursos sustentados en la experiencia y la significación de la vivencia de la soledad, que permiten comprender a esta como un recurso con el que se promueve y provee el proceso de construcción y reconstrucción de significados, de modo que “si queremos ayudar es necesario que permitamos considerar en detalle cómo es el modo actual de percibir y tratar con personas que tienen importancia. Esto implica que se revisen dichas experiencias del modo más sincero que se pueda” (Bowlby, 2006:155) y alterar la incomodidad hacia la comodidad, ir de la carencia a la posesión.

Finalmente, una de las ventajas de haberse acercado a la soledad desde un punto de vista fenomenológico, es que podemos evidenciar que las personas no viven la soledad únicamente como algo desagradable, sino como una realidad que opera con procesos de significación y resignificación, entre lo que hacen y lo que piensan, entre lo que entienden y lo que no, entre ellos y los demás, de su soledad, de la compañía de lo que les rodea; lo que provee argumentos para considerar importantes las narraciones de la soledad en continuidad con la cultura y aquello que es considerado como conocimiento. Así aquellas semejanzas y diferencias a las que nos hemos permitido acceder a lo largo de esta empresa por la soledad nos permiten distinguir entre “1) las prácticas narrativas que realizamos para construir nuestros relatos, 2) las historias o los relatos así contadas y 3) las interpretaciones que hacemos de dichos relatos o historias” (Williams y Arciniega, 2015: 66 alternativas en Ψ). En el caso de las primeras podemos distinguir los usos canónicos con los que nos provee la cultura para describir la soledad; en el caso de las segundas necesariamente nos encontramos frente a los relatos de aquellos que cuentan la soledad, y finalmente, encontramos a los tratamientos que en la psicología y otras áreas enfocadas al conocimiento, a la conducta o al pensamiento humano y las significaciones de la soledad que llegan a dar.

Con base en lo anterior, esta experiencia provista de los relatos de los participantes, la cultura y el conocimiento de la psicología, observamos que “el pensamiento no se expresa simplemente en palabras, sino que se extiende a través de ellas. Todo pensamiento tiende conectar una cosa con otra, a establecer relaciones, se mueve, crece y se desarrolla” (Vygotsky, 2011: 147), así, la soledad, conecta con la compañía, el malestar con el bienestar y el significado con la resignificación, por ello, negar o reducir la soledad es también reducir o negar a aquello con lo que conecta.

5.2 Vicisitudes

Luego del recorrido realizado, comenzaremos este apartado siendo lo más críticos posible, pues si bien, en este relato se presenta a la soledad como un proceso extenso de construcción y reconstrucción de significados en el cual caben gran diversidad, no se profundiza en aquellas historias en las que la soledad es comprendida como impedimento, los escenarios son diversos, la reclusión, la hospitalización, el hacinamiento, el retiro, la enfermedad mental, la vejez, la migración, la marginación, en fin tantos y tantos aspectos de la vida en los que sería posible retratar con mayor amplitud aún este proceso; por otro lado, resultaría de gran utilidad conocer si es que los usos canónicos en este relato propuestos resultan útiles para aquellos otros casos.

Sin embargo en dichas exploraciones deben considerarse que el relato presentado aquí reúne una cantidad indeterminada de esfuerzos que apenas son perceptibles, que entre voluntades, intenciones y curiosidades dan forma a esta narración, por ello es requisito considerar que los recursos para emprender aquellas empresas deben considerar varios de los recursos aquí presentados. Finalmente, y dado que el conocimiento no está peleado con contar historias, y al considerar a la cultura como proveedora de conocimiento, el precisar los usos canónicos en los diferentes trayectorias de vida que den cuenta de diferentes maneras de la forma los narradores construyen sus historias enriquecería significativamente el conocimiento de la soledad.

6. Ocaso

Al igual que toda historia, sin reparar en lo buena o mala que esta llegue a ser, el simple cuento infantil, la elaborada fabula, el enrarecido pero profundo poema, la inesperada historia de ciencia ficción, la novela con su gran parentesco a lo cotidiano, entre otras muchas formas de contar historias transmiten uno o varios mensajes; de igual forma, este relato no carece de lo anterior, en ella se parte de narrar la soledad desde lo ordinario, un malestar que se cree debe ser erradicado, pero al continuar, al ampliar la narración esta se complejiza al considerar recursos que la cultura provee, los cuales hicieron posible considerar distintas formas de contarla, he irrumpir en aquella idea ordinaria, superar los paradigmas del estado y el sentimiento e integrándolos a la visión de un proceso donde la intención juega un papel preponderante sin olvidar que como seres humanos tendemos al movimiento y en consecuencia al cambio, que en dicho cambio se altera aquello que se comprende, vivencia y también aquello que se cuenta; que si bien contar historias no es sencillo, si enriquecedor.

Para aquel quien escribe la tarea no ha sido sencilla, los avatares y demonios encontrados en este recorrido no se leen en el relato, pero valla que si se les enfrenta, en una búsqueda de lo posible por aprender, compartir y trascender aquellas complicaciones que por cotidianas se vislumbran como problemáticas insuperables, de la misma forma en que ocurre en la primera parte de este relato, pero que al considerar las voces de aquellos que de forma semejante experimentan la soledad fue posible percibir un proceso de construcción y reconstrucción en donde el yo es quien dirige, así lo paradigmático se extiende en lo narrativo y lo narrativo hace lo correspondiente en lo paradigmático, enriqueciendo no solo la voz de la experiencia sino también la del conocimiento.

Las carencias de este relato pueden ser muchas, por ello se sugiere se realicen otras investigaciones en donde se extienda no solo la curiosidad por contar en forma distinta la soledad, sino que con ellos se instrumente a la experiencia, así también, se deje paso a otras formas de contar y asumir la

soledad, como lo puede ser un estudio en donde se vincule lo estadístico con los usos canónicos con los que se describe la soledad, o como ya se sugirió antes conocer la utilidad de los usos canónicos con aquellas poblaciones como lo pueden ser depresivos o suicidas para quienes la soledad es vista como un problema .

En conclusión este relato por la soledad la asume como un elemento de un proceso aun mayor, el de giro narrativo que puede ser más complejo, elaborado y útil de lo que con habitualidad se cree.

REFERENCIAS

- Aries P., Duby G. (2001). Historia de la vida privada. Del imperio romano al año mil. Paris: Taurus
- Asociación de psiquiatría de los Estados Unidos, (2003). Manual de Diagnóstico y estadísticas de desórdenes mentales, (4ª ed. revisada). Washington, DC: Autor.
- Auster, P. (2012). La invención de la soledad. México: Booket.
- Babi, J. (2004). Hacia una concepción posracionalista de la identidad personal. Buenos Aires. Paidós.
- Baena, Z., Sandoval, V., Urbina, T., Helen, J. y Villaseñor B. (2005). Los trastornos del estado de ánimo. Revista Digital Universitaria. No. 11 (6). Extraído el 7 de enero de 2015 de:
http://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art110/nov_art110.pdf
- Báez, M., Cantú, I. y Gómez O. (2007). Un estudio cualitativo sobre las prácticas docentes en las aulas de matemáticas en el nivel medio. Tesis de Licenciatura en Enseñanza de las Matemáticas, Facultad de Matemáticas, Universidad Autónoma de Yucatán, Mérida, Yucatán.
- Bauman, Z., (2009). Amor líquido. Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos. México: Fondo de Cultura Económica.
- Bauman, Z., (2012). Tiempos líquidos. Vivir en una época de incertidumbre. México: Tutsquets.
- Berger, P., y Luckmann, T. (2011). La construcción social de la realidad. Argentina: Amorrortu.
- Bruner, J. (2003). La fábrica de historias. Derecho, literatura, vida. Argentina: Fondo de cultura económica.
- Bruner, J. (2006). Actos de significados. Más allá de la revolución cognitiva. España: Alianza editorial.
- Bruner, J. (2007). Acción, pensamiento y lenguaje. Madrid: Alianza Editorial.

- Bruner, J. (2012). Realidad mental y mundos posibles. Argentina: Gedisa.
- Blunder, A. (2011). Psicología cultural soviética. Revista de Estudios Sociales. 40, pp. 127-134.
- Bowlby, J. (2006). Vínculos afectivos: Formación, desarrollo, pérdida. Madrid: Morata
- Bowlby, J. (2009). El apego y la pérdida-1. Buenos Aires: Paidós.
- Cantero, E., (2007). Literatura, religión y política en Francia en el siglo XIX: Alfred de Vigny. Verbo. No. 456, 485-514.
- Cardona, J., Villamil, G., Henao, V., Quintero E. (2007). Concepto de soledad y percepción que dé su momento actual tiene el adulto mayor en el municipio de Bello. Revista Facultad Nacional de Salud Pública. No. 2 (27), 153-163.
- Carvajal, C., Caro, C., y Clara V. (2009). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, Vol. 9, No. 3, 281-296.
- Christakis, A., y Fowler, H. (2010). Conectados. El sorprendente poder de las redes sociales y cómo nos afectan. México: Taurus.
- Contini, N., Lacunza, B., Madina, E., Alvarez, M. y Corina, V. (2012). Una problemática a resolver: soledad y aislamiento adolescente. Revista electrónica de psicología Iztacala. No. 15 (1), 127-149. Extraído el 7 de enero de 2015 de:
<http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>
- Corani, S. (2001). Las teorías y modelos en la explicación científica: implicaciones para la enseñanza de las ciencias: 7(1), 85-94.
- Cuervo, M. e Izzedin, B., (2007) Tristeza, Depresión y Estrategias de Autorregulación en Niños. Tesis Psicológica. No. 2, 35-47.
- de Frutos, P., García, P., Palmar, S., (2014). Vivencia de los cuidadores principales de niños entre 6 y 12 años afectados por VIH/SIDA: Investigación cualitativa desde la teoría fundamentada. Nure Investigación, 68: 1-11.

- de Oca, M. (2009), Dante y su época. En Alighieri, D. (2009). La Divina comedia. México: Porrúa.
- Descartes, R. (2008). Meditaciones acerca de la filosofía primera. Seguidas de las objeciones y respuestas. Universidad Nacional de Colombia, Sede Bogotá. Facultad de Ciencias Humanas: Colombia.
- Elias, N. (2011). El proceso de la civilización. México: Fondo de cultura económica.
- Elias, N. (2010). La soledad de los moribundos. México: Fondo de cultura económica.
- Fairstein, A. (2014). La Fábrica de Historias: Derecho, literatura, vida. En propuesta educativa no 28. p 116-121
- Fernández, P. (2010). € ®0\$ La súper producción de los afectos. México: Anagrama.
- Freeman, J., Epston, D., Lobovits (2001). Terapia narrativa para niños; aproximación a los conflictos familiares a través del juego. España: Paidós.
- Frías, C., Díaz, L., y Phillip, P. (2012). Las dimensiones del apego y los síndromes culturales como determinantes de la conducta emocional. Acta de investigación Psicológica. No 2 (2), 623-637.
- Focault, M. (2010). El cuerpo utópico. Las heterotopías. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Focault, M. (2010). Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión. México: Siglo XXI.
- Galán, R. (2005). El apego. Más allá de un concepto inspirador. Asociación Española de Neuropsiquiatría: No. 30 (108), 581-595.
- Gergen, K., y Gergen, M. (2011). Reflexiones sobre la construcción social. España. Paidós.
- Gómez, G. (2010). Estudio descriptivo sobre las prácticas de atención psicológica en pacientes tratados en instituciones de salud mental de Bogotá. Acta colombiana de psicología: 13 (1): 43-53.
- Gonzales, F. y Andrade P. (1995). La relación de los hijos con sus progenitores y

sus recursos de apoyo: correlación con la sintomatología depresiva y la ideación suicida en los adolescentes mexicanos. *Salud mental*. 18 (4), 41-48.

Greimas, A. y Fontanelle, J. (2012). *Semiótica de las pasiones. De los estados de cosas a los estados de ánimo*. México: siglo XXI.

Gutiérrez, D. y Valadez R. (2011). Una descripción general del burnout y sus efectos en profesores universitarios. *Revista electrónica de psicología Iztacala*. No. 14 (3), 349-368. Extraído el 7 de enero de 2015 de: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>

Handke, P., (2013). *Mujer zurda*. España: Alianza Editorial.

Leader, D. (2011). *La moda negra del duelo. Duelo, melancolía y depresión*. España: sexto piso.

Lecannelier, F., Ascanio, L., Flores F., y Hoffmann, M. (2011). Apego y Psicopatología: Una revisión actualizada sobre los modelos etiológicos parentales del apego desorganizado. *Terapia psicológica*. No. 1 (29), 107-116.

Linton, R., (2006). *Estudio del hombre*. México: Fondo de cultura económica.

Lipobestky, G. (2010). *La era del vacío, ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Barcelona: Anagrama.

Lipovetsky, G. y Charles S. (2008). *Los tiempos hipermodernos*. España: Anagrama.

Lopez, A. (2003). *Calidad de vida subjetiva en donadores renales de receptores pediátricos*, México, Tesis de licenciatura, ULA.

Lorante, A. (2004). *Psicología de la soledad*. Periódico, el Rotativo, pp12-13.

Martínez, C., y Pía, S., (2005). Evaluación del Apego en el Adulto: Una Revisión. *Psykhe*. No 1 (14), 181-191.

Mettifogo, D., Sepúlveda, R. (2005) *Trayectorias de vida de jóvenes infractores de*

- ley. Chile: Centro de estudios de seguridad ciudadana.
- Moreno, J., Garrosa, H., Benavides, P. y Gálvez, H. (2003). Estudios transculturales del burnout. Los estudios transculturales Brasil-España. Revista Colombia de psicología. No. 12, 9-18
- Moreno, R., (2007). Psicología Cultural: el Reconocimiento de una Frontera Antropológica en la Explicación en Psicología. Tesis Psicológica. 2, pp. 81-87.
- Muchnik, E. y Seidmann, S. (2004). Aislamiento y soledad. Editorial Universitaria de Buenos Aires: Argentina.
- Muñoz O. (2003). Construcción narrativa en la historia oral. Nómadas, 18: 94-102.
- Organización Mundial de la Salud (2004). La organización del trabajo y el estrés: estrategias sistemáticas de la solución de problemas de empleadores, personal directivo y representantes sindicales. Serie protección de la salud de los empleados. O.M.S.: Francia.
- Ortiz, B., Gómez, Z., y Apodaca (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. Psicothema: vol. 14, No.2 (14), 469-475.
- Paz, O., (2012). El laberinto de la soledad. Posdata. Vuelta al laberinto de la soledad. México: Fondo de cultura económica.
- Pedrosa, F., y Villalobos, M. (2012). La depresión adolescente en la posmodernidad: entre la práctica educativa aficientista y el narcisismo. Revista electrónica de psicología Iztacala: No.4 (15), 1591-1613. Extraído el 7 de enero de 2015 de: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>
- Peplau, L. y Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. Wiley Interscience: New York.
- Peréz, C. (2014). Persona como categoría integradora de una perspectiva sociocultural en psicología. Revista de Educación y Desarrollo (31) Octubre-diciembre.
- Pérez, C., Alarcón, D., Yossef, B. y Salguero V. (2012). Psicología cultural. Vol 1. México: Facultad de estudios superiores Iztacala:
- Sweder, A.: Psicología cultural...¿Qué es? p. 1-39

- Dreier, O.: trayectorias personales de participación y a través de contextos de practica social. p. 81-128
- Cor Baerveldt: La psicología cultural como el estudio del significado: algunas consideraciones epistemológicas. p. 194-219.

Pizarro, S. (2004). Vinculo Madre-Hijo: un estudio cualitativo del relato de madres de niños con síndrome de Down en cursos de estimulación temprana. Tesis de Licenciatura en Psicología de la Carrera de Psicología, Universidad Academia Humanismo Cristiano, Santiago, Chile.

Pizzinato, A., João P., de Oliveira, M. (2012). Apuntes metodológicos para el análisis narrativo de datos visuales en psicología. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 8(1), 13-27.

Preiss, D., y Peña, T. (2011). Psicología cultural: una disciplina necesaria. *Revista de Estudios Sociales*. 40. pp. 136-141.

Popper, K. y Eccles, J. (1993). *El Yo y su cerebro*. España: Labor.

Real academia de la lengua española, (2007). *Diccionario practico del estudiante*. España: Santillana editores generales.

Ricoeur, P. (1985). *Historia y narratividad*. Barcelona: Paidós

- Gabilondo, A., Aranzueque, G. *Semiótica de la historia*. p. 9-39

Rivera, H. (2010). *La prevención del suicidio adolescente*. Cuadernos de divulgación científica y tecnológica del consejo estatal de ciencia y tecnología de Michoacán. Michoacán.

Rodríguez, J. (2013). *La soledad aumenta el riesgo de demencia*. *Estar casado o vivir en compañía es un factor protector contra el deterioro de las funciones cerebrales*. Fundación Eroski. Extraído el 7 de enero de 2015 de: <http://www.consumer.es/web/es/salud/psicologia/2013/05/13/216611.php>

Rubio, H. (2004). *La soledad en las personas mayores españolas*. Madrid, Portal Mayores. Extraído el 7 de enero de 2014 de: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/rubio-soledad-01.pdf>

- Rubio, R. y Aleixandre, M. (2001). Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre estar solo y sentirse solo. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 11(1), 23-28.
- Salamanca, C. y Crespo B. (2007). El diseño en la investigación cualitativa. *Nure Investigación*, 26: 1-11.
- Salgado, L. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *LIBERABIT*, 13: 71-78.
- Sepúlveda, V. (2010) Las trayectorias de vida y el análisis de curso de vida como fuentes de conocimiento y orientación de políticas sociales. *Perspectivas* 21: 27-54.
- Sartre, P. (2005). *Bosquejo de una teoría de las emociones*. España: Alianza Editorial.
- Saussure, F. (2012). *Curso de lingüística general*. Buenos Aires: Losada
- Sullivan, H. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. W. W. Norton: New York.
- Taylor, S. y Bogdan, R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. España: Paidós.
- Torres, F., Beltrán, G., Saldívar, G., Lin O., Barrientos, G. y Monje, R. (2012). La soledad ¿Un mal de nuestro tiempo? *Revista electrónica medicina, salud y sociedad*. No.1 (3). Extraído el 7 de enero de 2014 de:
http://www.medicinasaludysociedad.com/site/images/stories/3_1/3_1Soledad.pdf
- Vasilachis, de G., Ameigeiras, R., Chernobilsky, B., Giménez, B., Mallimaci, F., Mendizábal, N., Neiman, G., Quaranta G., y Soneira, J. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. España: Gediza
- Vigny, A. (2004). *Stello*. España: Gredos.
- Vigotsky, L. (2012). *Psicología del arte*. México: Fontamara

- Vigotsky, L. (2010). Teoría de las emociones. Estudio histórico-psicológico. Madrid: Akal.
- Villar, F. y Triadó, C. (2006). El estudio del ciclo vital a partir de historias de vida: una propuesta práctica. España: Universidad de Barcelona
- Vygotski, L. (2013). Obras escogidas I: el significado histórico de las crisis de la psicología. España: Antonio Machado libros.
- Vygotski, L. (2013). Obras escogidas II: Pensamiento y lenguaje. España: Antonio Machado libros.
- Vygotsky, L. (2011). pensamiento y lenguaje. México: Quinto sol.
- Walde, M., (2008). Franz Kafka. Entre la soledad y el mundo. Destiempos.com. 3, (16). Extraído el 7 de enero de 2014 de:
<http://www.destiempos.com/n16/waldemoheno.pdf>
- Williams, H. (2009). Por los senderos de la psicología, la narrativa y la identidad: una travesía por las encrucijadas de la docencia (17-31). En Ruiz, C., Meraz M., Suarez, C. y Sánchez (coords). Práctica docente y su mejoramiento. México: Universidad Autónoma de México.
- Williams, H. y Ma. Arciniega O. (2015). El Enfoque Narrativo dentro de la psicología sociocultural y sus implicaciones en los estudios de género. Alternativas en Psicología (XVIII). pp. 62-73
- Wittgenstein, L. (2012). Tractatus lógico-philosophicus. Madrid: Alianza
- Yarnos, Y. (2008). Adaptación al castellano de la escala para la evaluación de la soledad social y emocional en adultos SESLA-S. International Journal of Psychology and Psychological Therapy. No. 01 (8), 103-116.

ANEXOS

**SESIÓN # 1 DEL TALLER PSICOLOGÍA, NARRATIVA Y SOLEDAD:
APROXIMACIONA LA FABRCA DE HISTORIAS**

OJETIVO DE LA SESIÓN: Relaciona a los participantes en el establecimiento de Rapport.

RESULTADO DE APRENDIZAJE PROPUESTO (RAP): Relaciona a los participantes de forma cooperativa.

TIEMPO ESTIMADO PARA OBTENER EL RAP: 2 hrs

CONTENIDO DE SESIÓN	ACTIVIDADES SUSTANTIVAS		AMBIENTES DE APRENDIZAJE	PROCEDIMIENTO	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS
	DE APRENDIZAJE	DE ENSEÑANZA			
<p>Conceptual: Reglas básicas de convivencia. Producción de relatos. Los mundos culturales de Popper.</p>	<p>Conoce las reglas mínimas de convivencia dentro del espacio y horario del taller.</p> <p>Identifica e indica diferencias entre mundos culturales.</p>	<p>Delimita y explica las reglas mínimas de convivencia.</p> <p>Proporciona información de la elaboración de historias.</p>	<p>Dentro y fuera del aula.</p>	<p>Se presentara a los participantes una serie de reglas básicas en las que se resaltara el respeto a los comentarios y textos así como la escucha atenta.</p> <p>Cada uno de los participantes dará respuesta a la pregunta ¿Cómo te sientes en este momento? (la respuesta no podrá limitarse a bien o mal)</p>	<p>Material básico (pizarrón, plumones y gises).</p> <p>Computadora y cañón.</p>
<p>Procediment</p>	<p>Crea y construye</p>	<p>Esboza recursos</p>		<p>Los participantes</p>	<p>Hojas blancas y</p>

<p>al: -Elaboración escrita de relatos. -Elaboración oral de relatos.</p> <p>Actitud final: -Se expresa y se comunica. -Trabajo en forma colaborativa.</p>	<p>narraciones personales. Relaciona la narración con la actividad cotidiana.</p> <p>Reconoce la experiencia personal en los relatos.</p>	<p>para la elaboración de narraciones. Ilustra recursos para re-elaborar historias.</p> <p>Orienta la construcción de relatos.</p>		<p>elaboraran tres descripciones con las que atiendan a elementos objetivos, subjetivos y culturales.</p> <p>Los participantes elaboraran historias personales donde incluyan los mundos culturales.</p>	<p>plumas. Lápices de colores.</p>
--	---	--	--	--	--

**SESIÓN # 2 DEL TALLER PSICOLOGÍA, NARRATIVA Y SOLEDAD:
ACERCAMIENTO A LA SOLEDAD**

OJETIVO DE LA SESIÓN: Expresa narrativamente la representación que posee de la soledad

TIEMPO ESTIMADO: 2 hrs

CONTENIDO DE SESIÓN	ACTIVIDADES SUSTANTIVAS		AMBIENTES DE APRENDIZAJE	PROCEDIMIENTO	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS
	DE APRENDIZAJE	DE ENSEÑANZA			
<p>Conceptual: Elementos descriptivos Elementos narrativos La descripción de la soledad y sus narraciones</p> <p>Procedimental:</p>	<p>Emplea recursos descriptivos en la identificación de objetos.</p> <p>Identifica descripciones en la construcción de relatos.</p>	<p>Explica semejanzas y diferencias entre descripción y narración.</p> <p>Ilustra el uso de la descripción y la narración.</p>	<p>Dentro y fuera del aula</p>	<p>Los participantes describirán de forma libre y creativa el espacio en el que se encuentran y lo compartirán con los compañeros.</p> <p>Los participantes describirán de forma general lo que entienden por soledad.</p>	<p>Material básico (pizarrón, plumones y gises)</p> <p>Computadora y cañón.</p>

<p>Elaboración escrita de relatos. Elaboración oral de relatos</p>	<p>Relaciona la narración con la actividad cotidiana. Examina la narración como recurso de intención.</p>	<p>Proporciona recursos descriptivos. Examina usos de las descripciones.</p>		<p>Los participantes identificarán elementos descriptivos de los que se sirven en la narración de la soledad.</p>	<p>Hojas blancas y plumas. Lápices de colores</p>
<p>Actitud final: -Se expresa y se comunica -Trabajo en forma colaborativa</p>	<p>Selecciona elementos descriptivos de la narración que resultan incómodos.</p>	<p>Indica y relaciona descripciones y narraciones.</p>		<p>Los participantes identificarán en sus narraciones elementos descriptivos que no les resulten agradables en las narraciones de la soledad.</p>	

**SESIÓN # 3 DEL TALLER PSICOLOGÍA, NARRATIVA Y SOLEDAD:
DOS MODALIDADES DE PENSAMIENTO Y CHARLA TRANSACCIONAL**

OJETIVO DE LA SESIÓN: Identifica el uso que hace de las modalidades de pensamiento

TIEMPO ESTIMADO: 2 hrs

CONTENIDO DE SESIÓN	ACTIVIDADES SUSTANTIVAS		AMBIENTES DE APRENDIZAJE	PROCEDIMIENTO	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS
	DE APRENDIZAJE	DE ENSEÑANZA			
<p>Conceptual: Dos modalidades de pensamiento</p> <p>Pensamiento narrativo</p> <p>Pensamiento paradigmático</p>	Relaciona las modalidades de pensamiento con la narración.	Ilustra el uso de la descripción y la narración en relación de las modalidades de pensamiento.	Dentro y fuera del aula	Cada uno de los participantes leerá en voz alta el relato de la soledad escrito la sesión pasada e identificara en su texto lo agradable y lo desagradable.	Material básico (pizarrón, plumones y gises)
<p>Procedimental: Examina el relato escrito</p> <p>Identifica uso de modalidades de pensamiento.</p>	Identifica y selecciona fragmentos de la narración a re-escribir.	Expone usos de las modalidades de pensamiento.		Los participantes identificarán el uso de modalidades de pensamiento de la que hacen uso.	Hojas blancas y plumas.
<p>Actitudinal: Se expresa y se</p>		Diferencia la identificación		Los participantes compartirán la	Lápices de colores

comunica Trabajo en forma colaborativa	de modalidades de pensamiento.	selección de fragmentos que les resultan poco agradables.
--	---	--

**SESIÓN # 4 DEL TALLER PSICOLOGÍA, NARRATIVA Y SOLEDAD:
LA METÁFORA COMO RECURSO DE MOVILIDAD**

OJETIVO DE LA SESIÓN: Emplea la metáfora para transitar en las modalidades de pensamiento y re-escribe la narración de la soledad

TIEMPO ESTIMADO: 2 hrs

CONTENIDO DE SESIÓN	DE	ACTIVIDADES SUSTANTIVAS		AMBIENTES DE APRENDIZAJE	PROCEDIMIENTO	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS
		DE APRENDIZAJE	DE ENSEÑANZA			
<p>Conceptual: Movilidad en las descripciones La metáfora Reconstrucción de significados</p>	<p>las</p> <p>de</p>	<p>Reconoce las descripciones dentro del relato como alterables</p> <p>Emplea la metáfora como recurso para re-describir dentro del relato.</p>	<p>Presenta la movilidad en las descripciones</p> <p>Explica y relaciona la metáfora con las descripciones</p>	<p>Dentro y fuera del aula</p>	<p>Los participantes emplearan la metáfora como recurso de andamiaje entre recursos descriptivos.</p>	<p>Material básico (pizarrón, plumones y gises)</p> <p>Computadora y cañón.</p>
<p>Procedimental: Identifica significados en el relato.</p>		<p>Identifica y selecciona</p>	<p>Expone la reconstrucción</p>		<p>Cada uno de los participantes</p>	<p>Hojas blancas y plumas.</p>

<p>Re-escribe el relato</p> <p>Actitud final: Se expresa y se comunica.</p> <p>Trabajo en forma colaborativa.</p>	<p>fragmentos de la narración a re-escribir.</p> <p>Construye nuevas narraciones.</p>	<p>de significados</p> <p>Ilustra la reconstrucción de significados y el uso de la metáfora</p> <p>Orienta la reconstrucción de narraciones</p>	<p>propondrá nuevas descripciones que incorporara a la narración.</p> <p>Los participantes re-escribirán las narraciones elaboradas sobre la soledad.</p>	<p>Lápices de colores</p>
--	---	---	---	---------------------------

**SESIÓN # 5 DEL TALLER PSICOLOGÍA, NARRATIVA Y SOLEDAD:
LA SOLEDAD RESIGNIFICADA**

OJETIVO DE LA SESIÓN: Identifica e indica elementos descriptivos modificados en la renarración de la soledad

TIEMPO ESTIMADO: 2 hrs

CONTENIDO DE SESIÓN	ACTIVIDADES SUSTANTIVAS		AMBIENTES DE APRENDIZAJE	PROCEDIMIENTO	MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS
	DE APRENDIZAJE	DE ENSEÑANZA			
<p>Conceptual:</p> <p>Reconstrucción de significados.</p>	Identifica recursos descriptivos de la soledad resignificados.	Orienta la conceptualización y significación de los nuevos relatos.	Dentro y fuera del aula.	Los participantes darán lectura a los relatos re-escritos.	Material básico (pizarrón, plumones y gises) Computadora y cañón.
<p>Procedimental:</p> <p>Identifica descripciones reelaboradas Re-lectura.</p>	Comparte su vivencia de resignificación de la soledad.			Los participantes compartirán la vivencia experimentada en la reconstrucción del significado.	Hojas blancas y plumas. Lápices de colores.

Actitudinal:

Se expresa y se comunica.
Trabajo en forma colaborativa.

ANEXO 2

Primer relato elaborado por los participantes del micro-taller “Psicología, narrativa y soledad”.

a) Levi: La última vez que me sentí solo.

Desperté tarde, tenía examen a las 7 y ya eran las 6 y aún no salía de casa. Mi madre había salido de viaje, sin ella nunca me despierto a la hora que debo de, que irresponsable soy. Además como es costumbre mi padre ya no estaba por que sale muy temprano a trabajar.

Brinqué de la cama, me puse lo que puede, me lave la cara, me cepille los dientes y el cabello y salí disparado. Menos mal que me había bañado una noche antes.

La calle estaba oscura y solitaria como era posible que siendo tan tarde no hubiera mucha luz. Buscaba el auto de mi tío pero ya no estaba, un día más que no me daba un aventón a la base del camión. ¿Porque hoy?, me preguntaba y seguía corriendo por la calle que se encontraba en penumbras y peor aún, sin alguien a mi alrededor.

b) George: ¿QUÉ ES LA SOLEDAD?

En años pasados me interesó la música como forma de expresión, pero nunca formalice algún estudio, todo era experimental. Así pasaron aproximadamente tres o cuatro años, hasta que trate de auxiliarme de los elementos más baratos y básicos que tenía al alcance para expresarme musicalmente: componer. Ahora el problema de no saber tocar algún instrumento estaba resuelto por una computadora, parecía sencillo. Sin ambiciones solo componía por placer.

En septiembre del año pasado ocurrió un problema que me deprimió hasta no poder componer. Busque como distracción, una actividad que solo necesitara de pensamiento casi sistemático como aprenderse piezas sencillas en un teclado que está en casa. Me di cuenta de lo maravilloso que es tocar un instrumento manualmente, lo natural, lo excitante que es

oir el sonido que produces a través de tus manos. Ahora era desesperante no poder tocar lo que se tiene en mente con las manos y entonces decidí comenzar estudios estructurados.

Paso el tiempo y el interés por la música de piano fue creciendo, ahora el teclado me parecía obsoleto en comparación de un piano real. Debido a causas económicas el tipo de instrucción que tuve fue autodidacta, inclusive deficiente que me causa dudas, que incluso parte de ese conocimiento lo eh aplicado a la composición y entonces surgió un problema mayor. Cabe mencionar que la mayor parte de las personas que conozco se enfocan solamente en se interesan solamente en la interpretación dejando de lado la composición.

Me eh sentido solo al no tener con quien compartir mis ideas que en muchas ocasiones pocos las entienden y el poco apoyo que tengo es una gran dificultad. Además siento una gran angustia por todo el tiempo que eh desperdiciado en empezar a estudiar.

c) Amay: La última vez que me sentí sola

Comúnmente cada martes acostumbro salir con mis padres y con mis hermanos, pero el anterior martes no fue así, ese día simplemente no quise ir. Por un momento pensé en distraerme un poco para después hacer mi tarea, hasta que llegue a Iztapalapa, pero eso no sirvió de nada, ya que como llegan las cosas buenas y no tan buenas, vinieron a mi mete a mi mete esos recuerdos donde me di cuenta que he justificado un poco mi vida. Todo eso me llevo a pensar a como dejarlo atrás y a continuar y llegar a tener mis objetivos de tipo de presente. Ya llegada la noche, mis padres y mis hermanos llegaron. Después de mucho tiempo de estudio me di cuenta que literalmente el tiempo de esas situaciones forman mi vida y eso me llevo a sentirme mejor, después de saber que soy alguien distinto.

d) Adri: (sin título)

En el recuerdo está muy plasmado aquel momento y cada sombra.

Acababa de salir del quinto grado y se estaba cursando ya el quinto día; mi mente sabía que tenía que reanimarse pero lo que no sabía es en donde reavivarse.

Mi mamá y mi tía Alejandra insistían en que me tenían que llevar a la escuela, habían metido ya diez solicitudes a diferentes escuelas y de aquellas opciones me llevaron a la última. Cuando hice mi primer examen, no llegue a pasar, muy pronto me trataron mal, me sentí muy triste, toda ilusión se borró.

En ese tiempo no hablaba con muchos de mis amigos y como no encontraba ningún lugar en donde encajar, entonces me cambiaron de grupo. Poco después mi mamá fue a hablar con la directora de la escuela y de cómo estaba jugando yo sola, que ya no convive, etc.

Mi situación era muy difícil pues no tenía con quien hablar, mi mamá se sentía muy mal todo el tiempo, tenía demasiadas responsabilidades y mi papá trabajaba de noche y trataba de dormir durante el día, normalmente me pedían actuar normal y eso era bastante presión, en ocasiones intentaba que no se dieran cuenta de todo lo que conmigo ocurría.

e) Rocks: El último día que me sentí sola

Soledad, soledad es sumergirse en la rutina junto a alguien. El plan de vida fracasa, es inferior a eso comúnmente se le llama hogar.

La compañía suele ser agradable, pero por el momento a los ojos de aquellas voces son aparatosos aquellos peligros que no se ven y llenan nuestros oídos de reclamos completamente estridentes. La mente se pierde en este laberinto sonoro trastocándonos la más sentida monotonía, los pensamientos se alteran y en ciertas ocasiones nos sentimos caer en un inmenso vacío. A veces, la desesperación aumenta, un escenario de drama se levanta a nuestro alrededor, intentamos huir de esa cautivadora sensación, añoramos la compañía de los demás, se puede lanzar un sutil abrazo, unas cuantas palabras, pero el alivio del alma no llega. A veces el mundo se torna gris. Pequeños tornasoles brotan de nuestros ojos y sin

darnos cuenta el tiempo transcurre en la habitación. Ya no estamos rodeados de gente, solo estamos con nosotros mismos, físicamente solos, pero con el tibio y cálido cambio de estar en paz, en compañía de uno mismo.

Anexo 3

Charlas transaccionales

a) Charla con Levi:

Interlocutor: ¿Te costó trabajo escribirlo?

Levi: sí y no. La verdad es que quería escribir algo así como muy largo y pues estaba muy saturado de cosas por hacer y la verdad es que si me costó un poco de trabajo. Las ideas si me venían a la cabeza pero me costaba elegir que pongo, realmente estoy solo o es la impresión de sentirme así. Hasta que decidí que no pues sí, si estoy solo porque no hay nadie más.

Interlocutor: ¿Qué fue lo que más te gusto dentro de tu relato?

Levi: lo que más me gusto fue que pude encontrarme con mi entorno, o sea, el que yo me haya dado cuenta de que todo sigue siendo lo mismo, pero es algo bien especial, porque como que has de cuenta que cuando llego y tiro la ropa nadie me dice nada y cuando esta mi mamá me regaña, o en las mañanas y se me hizo tarde me habla para salir con mi papá, y si no, no hay bronca todavía puedo alcanzar a mi tío, pero como en esta ocasión que no había nadie fue como un chin y darme cuenta que necesito de las demás personas para llevar a cabo mi día. Fue como un rayos ya para estas alturas no debería de ser así.

b) Charla con George

Interlocutor: ¿Te costó trabajo escribirlo?

George: la música se divide en dos partes, que eso es para las partituras, que se pueden dividir en lo de arriba y lo de abajo, visualmente esta la calve de sol y la clave de fa, la clave de sol seria la armonía y la clave de fala melodía pero hay momentos en donde la armonía se desmezcla y es ahí donde está el problema, el vals. Entonces el vals tiene tres partes y entonces por eso dicen que el vals tiene tres pasos, entonces según mi teoría armonía, melodía y armonía

melódica que es donde se cruza la armonía y la melodía. Entonces quiero estructurar una nota universal de cómo se puede componer una canción, como si fuera una regla que se pueda aplicar a todo, por lo que la respuesta a la pregunta es afirmativa, aunque aún no he logrado todo aquello me había propuesto, pero siento que esto empieza a facilitarlo.

Interlocutor: ¿Que te llevo a conocer no solo la estructura de la música sino de superponerle una explicación que le brindara un sentido mucho más sintético?

George: mi interés al principio fue más por la música metal y luego ese mismo interés se había trasladado por la música contemporánea. Ya luego empecé tocando la batería en una banda con amigos y en esa misma banda era el encargado de los amplificadores, pero aquello me llevo a darme cuenta que en realidad no sabía nada y durante mucho tiempo, eso me llevo a sentirme triste y vacío tanto en escenarios como en las interpretaciones, era necesario ir más allá de ese no saber por lo que me centre en eso mismo que ahora quería saber, la composición, por lo que ahora mi interés se centraría en la música clásica por ser más precisa y también más estudiada, ahora estaba siendo autodidacta en la música clásica y mi interés se estaba centrando precisamente en todo aquello que dentro de ese tipo de música no está definido o que por lo menos no están definidos en profundidad, por ejemplo los estudios de soplo en los que aparece una estructura normal y luego tiene que venir una canción, esas estructuras eran precisamente a las que yo estaría dedicándome, el problema es que nadie logra entenderme en la medida que yo lo esperaba. Hay casos en los que parece que la gente me había entendido, esos a los que les explicaba me pedían que les explicaran aún más, que según ellos le faltaba claridad a la exposición de mis ideas, que no eran concretas, y aunque mis esfuerzos fueron muchos por hacerme entender según ellos no lograba explicar mis ideas en esas medidas que me pedían.

Interlocutor: ¿Nos puedes explicar esas mismas ideas?

George: la explicación no es exclusiva para los músicos o la música, es posible que cualquiera la comprenda partiendo de que la música se divide en dos partes, en las partituras está la clave sol y la clave de fa, ahí la clave de sol sería la melodía y la clave de fa la armonía pero hay momentos en los que la armonía pues más que nada se vuelve como que más pobre, entonces dicen que el fa tiene tres cuartos, en ese momento la estructura de la música es armonía, melodía y armonía y melódica, es más o menos así. Entonces mi teoría consiste en que se puede hacer un modelo a partir de algo así. Pero el problema de todo es encontrar la estructura dinámica dentro la estructura de la canción.

c) Charla con Amay

Interlocutor: ¿Te costó trabajo escribirlo?

Amay: si, si me costó trabajo. Apenas el lunes me puse a escribirlo, las cuestiones de tareas y trabajos finales me habían hecho difícil escribir algo más elaborado.

Interlocutor: ¿con qué otras dificultades te encontraste al escribir su texto?

Amay: en un principio lo que me costó trabajo fue iniciar a escribir, tenía en mente varias ideas pero no sabía con cual iniciar, luego recordé lo que nos habías leído en las sesiones anteriores del texto ese del caos, se me ocurrió que podía hacer algo parecido, y me gusto lo que al final quedo, pero siento que aún le faltaba algo, aun así ni le cambiaría nada.

Interlocutor: ¿Qué crees que le hizo falta?

Amay: le falta quizá describir un poco del mobiliario del espacio en el que me había encontrado, el escribir es para mí como cuando se regala una carta me ha pasado que mientras recogía mi habitación me he encontrado con cartas que me habían sido obsequiadas, siempre que esto me ocurre me detengo a leerlas, lo que en cada una de esas ocasiones es una también una oportunidad de revivir las circunstancias

y vivencias que antes había experimentado, aunque no se lograba revivir el momento en su totalidad las sensaciones si se recuperaban, un beso, un abrazo y más; pero también es necesario dejar pasar otras tantas cosas, por eso hace tiempo he comenzado un diario.

d) *Charla con Adri*

Interlocutor: ¿Te costó trabajo escribirlo?

Adri: sí, como lo leí, aquellos recuerdos aunque distantes me costaban algo de trabajo, pero ahora fue más sencillos después de tratarlos por escrito.

Interlocutor: ¿Qué fue lo que menos te gusto de lo que escribiste?

Amy: lo que no me agradao del todo fue la redacción solo eso la forma en que está escrito

Interlocutor: ¿Qué fue lo que más te gusto de lo que escribiste?

Adri: lo que más me gusto fue el momento en que lo escribí, porque en aquel momento me sentí un poquito mejor, porque dentro de todo lo malo con lo escrito ya venía como con algo con lo que pudiera darle la vuelta a lo que no me había gustado de ese momento y lograr superar todo eso para luego superar otro tipo de problemas y finalmente le ayudaba a sacar algo mejor.

e) *Charla con Roks*

Interlocutor: ¿Te costó trabajo escribirlo?

Roks: pues que aquel día llegue a mi casa, vi a mi mamá, a mi papá y a mis hermanas ya cuando todos estaban en la casa, aun así, con toda aquella compañía hay veces en las que me siento introvertida, si ustedes me ven aquí y luego me ven en mi casa se darán cuenta que no soy una persona tan, tan abierta, bueno si, pero me cuesta más trabajo comunicarme con ellos. Siendo sincera no, no es que no tenga ganas de hablar, sencillamente no había tenido un buen día y cuando salí a comer pues para mí la cosa no era hablar, estaba pensando en muchas cosas, por eso lo que escribo al principio. Cuando me di cuenta

ya no me encontraba en la mesa, estaba sola, me encontraba mejor. Sentirme sola para mí no es fracturarme, es algo que me gusta, es un cambio.

Anexo 4

Reconstrucción de historias

a) George: Miel de arroz

En septiembre de 2013 cuando el ambiente se vuelve frío y la mayoría de las cosechas ven el mundo un tanto triste por que pasa el tiempo y se termina el año, un pequeño grano de arroz entre tantos, se vuelve azul y se ilusiona. Un mes después el arroz se vuelve negro, quemado y desalmidonado, le han deshidratado, como si el líquido que había en él fuera destilado y quitado de su dueño, compartiéndolo entre tantos. Ahora ya no se sabe si es harina o es engrudo, el arroz no tiene forma.

Es difícil entender lo que el arroz siente, diferenciar la pasión, la emoción o la excitación producto de una descarga de ira a las ganas de superarse a sí mismo o decir que fue iniciativa propia, solo por el orgullo de no aceptar una derrota o decepción.

Darse cuenta de tantos granos iguales como él existen y no sentirse identificado con uno solo, a quien contarle los secretos que dice el Señor Sonido y el Señor Silencio que se juntan y forman a un nuevo individuo, el arroz recobra su forma.

Sonido le dice al arroz que sea azul, Silencio insiste en un tono blanco. El arroz esta pálido y quiere vomitar, pero vomita la pieza (musical) más hermosa, melancólica, erótica, incluso técnica y perfeccionista que jamás ah escuchado. Ahora el arroz es un simple puente entre lo que existe y lo que va a existir, lo que se cree posible y lo que realmente lo es. Le gusta estar pálido y devolver con gracia todos los desatinados comentarios de sus dos compañeros: el Señor Sonido y el Señor Silencio.

Aunque esta peculiar semilla arrocera de color azul pálido ah recobrado su forma y liquido, no se siente a gusto. El hecho de vomitar por vomitar ya es un tanto asqueroso, sin forma, sin chiste, sin sentido. Quiere

entonces innovar, el arroz quiere ser abeja para producir miel y que esta miel llene de vida no solo a sus larvas, sino universalmente un nutriente de desarrollo que perdure para siempre y sepa tal cual se creó.

Entonces este arroz que se convierte en abeja quiere hacer su creación eterna que perdure, que afecte a todo aquel que la consuma. Una plasta sin forma ahora construye a un hexágono. De ser algo asqueroso se convierte en una delicia universal.

Pobre arroz, jamás pudo ser abeja, pero no se declaró vencido en aquel intento. Se sorprendió al ver que no necesitaba ser abeja para producir miel: espió por semanas, meses, incluso años a estos insectos productores de miel. Decidido por fin, de las flores cogió un poco de néctar, lo batió con amor y con mucho cuidado, sin darse cuenta había hecho miel.

El arroz del esfuerzo se seca y una corriente ventosa lo arrastra, pero la miel que hizo se queda para siempre: miel de arroz.

b) Levi: 2° escrito:

¿Por qué necesito siempre que mi mamá me despierte? Ya estoy grande, a un paso de la universidad y yo con esta irresponsabilidad. No es la primera vez que me pasa, hasta cuando ella está me sigo durmiendo. Oh! Pero ya es tarde debo salir. Lo peor de todo no es que me haya quedado dormido, el problema es que tenía examen de literatura. En fin, ahora me doy cuenta de que realmente necesito a mi mamá, y pensar que a veces soy grosero con ella. Porque hasta ahora me doy cuenta de esto, y empiezo a valorar a las personas a mí alrededor. A caso debo estar solo para sentar cabeza, o sólo es que estoy en un proceso importante de cambio en mi vida.

c) Adri: ¿La última vez que me sentí sola?

El recuerdo más presente que tengo en este momento fue hace ya casi un año, acababa de terminar de 5to año, estaba cursando también mi opción técnica y tenía que hacer mis prácticas escolares pero no sabía dónde realizarla.

Mi mamá empezó a presionarme acerca de realizar mis prácticas, inicié mi búsqueda; hacía solicitudes y llamaba a muchos lugares pero no nadie me aceptaba. Cuando hice mi examen para entrar al Aeropuerto me trataron muy mal; me sentí muy mal y muy triste, a cada entrevista que iba me dirigía yo sola, nadie estuvo conmigo en ese proceso, lo tuve que afrontar sola. En ese tiempo no hablaba mucho con mis amigos. Como no encontraba ningún lugar intenté entrar a clases de natación en CU, fue entonces cuando me hablaron para iniciar mi servicio en el aeropuerto. Poco después a mi mamá la operaron y yo tenía que hacerme cargo de todo, hacer la comida, realizar el quehacer, llevar a mis hermanos a la escuela, cuidar a mi mamá; era muy pesado para mí.

Cuando estaba en el Aeropuerto me sentía realizada pero aun así me sentía muy triste. Mi situación era difícil, no tenía con quien hablar, mi mamá se sentía muy mal, asumí demasiadas responsabilidades, mi papá trabajaba por la noche y dormía por el día, tome el rol de la mamá frente a mi familia. Sentía una constante presión, cuando llegaba por las tardes me sentaba a comer sola y no le contaba a nadie lo que me pasaba o como me sentía, incluso en las noches sin darme cuenta empezaba a llorar.