

# Ideación suicida en jóvenes. Un proceso de intervención en red\*

## Suicidal Ideation in Youth: A Network Intervention Process

[Artículos]

*Alexis Correa Rey, candidata a Magíster en psicología clínica y de la familia*  
*María José Osorio Tejedor, candidata a Magíster en psicología clínica y de la familia.*

*Diana Ximena Ramos Martín, docente Maestría en psicología clínica y de la familia y*  
*director trabajo de grado.*

### Resumen

Este proyecto de investigación-intervención tiene como objetivo desarrollar estrategias grupales para activar la red de apoyo social en jóvenes universitarios de la Universidad Santo Tomás que vivenciaron ideación suicida en un momento de sus vidas, remitidos desde el área de Trayectoria Estudiantil. A través de un enfoque cualitativo y un diseño fenomenológico basado en estudios de casos múltiples, se buscó acercamiento a dos sistemas consultantes para promover nuevos sentidos de vida, así como generar cambios en las configuraciones identitarias y relacionales de los jóvenes, sus familias y su entorno. El proyecto propone la creación de espacios grupales que fomenten el diálogo y fortalezcan los vínculos entre los jóvenes y sus contextos cercanos, movilizand así la red social de apoyo y promoviendo una transformación en las dinámicas relacionales. Además, se realiza un estado del arte sobre el suicidio para orientar la intervención hacia el fortalecimiento de las relaciones y la construcción de redes en el abordaje de la ideación suicida.

**Palabras clave:** Ideación suicida, intervención en red, jóvenes universitarios, terapia grupal.

### Abstract

This research-intervention project aims to develop group strategies to activate the social support network for university students at Universidad Santo Tomás who have

experienced suicidal ideation at some point in their lives and were referred by the Trayectoria Estudiantil department. Through a qualitative approach and a phenomenological design based on multiple case studies, the project worked with two consulting systems to promote new meanings of life and generate changes in the identity and relational configurations of the youth, their families, and their surroundings. The project proposes the creation of group spaces that foster dialogue and strengthen connections between young people and their close contexts, thus mobilizing the social support network and promoting a transformation in relational dynamics. Additionally, a state-of-the-art review on suicide was conducted to guide the intervention toward strengthening relationships and building networks to address suicidal ideation.

**Keywords:** Suicidal Ideation, Network Intervention, University Students, Group Therapy

## **Introducción**

La presente propuesta de investigación - intervención se encuentra en la línea de investigación titulada *Psicología, Sistemas Humanos y Salud Mental* y Macroproyecto Institucional *Vínculos, Ecología y Redes* de la Maestría en Psicología Clínica y de la Familia de la Universidad Santo Tomás.

De acuerdo a la revisión documental, el suicidio es una de las cuatro principales causas de defunción a nivel mundial y es considerado como una problemática en salud pública. El suicidio se significa como el acto de matarse voluntariamente así mismo. (Cordova et al., 2007), por lo anterior, se puede presentar en cualquier tránsito o etapa del ciclo vital, sin discriminar edad, condición, raza o religión. Por ello, se requiere de un enfoque multisectorial e interdisciplinario, (Mora et al., 2019), priorizando la atención para generar nuevos sentidos de vida, resignificar el dolor emocional y comprenderlo, más allá de verlo, posiblemente, como un trastorno psicológico o mental a nivel específico.

Las crisis vitales se refieren a momentos de gran incertidumbre en los que las personas buscan redefinir el rumbo de sus vidas. Factores de riesgo como rupturas conyugales, muertes, conflictos familiares, diagnósticos de depresión u otras patologías mentales pueden generar caos, desestabilizar proyectos vitales y aumentar la ideación suicida. En

este contexto, la presente investigación se enfoca en jóvenes universitarios de entre 18 y 25 años, una etapa de transición a la adultez que se caracteriza por diversos desafíos en los ámbitos familiar, académico, laboral y social. Estos eventos pueden desencadenar patrones de descalificación y culpabilización mutua, así como actitudes pasivas o evasivas, que a su vez perpetúan los conflictos dentro de los sistemas familiares. Hernandez, A, 2005.

Por otra parte, es importante resaltar que la vida adulta ha sido uno de los principales temas de reflexión teórica en la psicología. En la segunda década del siglo XXI, se ha investigado profundamente sobre los elementos que median entre la juventud y el proceso de transición hacia la adultez, reconociendo tanto las influencias internas como las expectativas y demandas externas provenientes del entorno o los contextos a los que la persona pertenece. Este enfoque busca comprender cómo el tránsito hacia la adultez está vinculado con el conocimiento y la adaptación a la familia y otros sistemas sociales, que juegan un papel crucial en la construcción de la autonomía y los procesos identitarios, contribuyendo de manera significativa y funcional al bienestar del individuo. Hernandez, et l., 1997.

No obstante, es importante traer a consideración que existen diferentes cambios y comportamientos en los jóvenes, en donde se permiten conocer ciertas bases, aptitudes y conocimientos que faciliten el proceso de comprensión en su self, por tanto la importancia de reconocer que cada proceso es distinto debido a la construcción y la capacidad de agenciamiento en este tránsito vital. (Sepulveda, 2020).

Por otro lado, Durkheim (2003: 16) afirma que el suicidio “es todo caso de muerte que resulta directa o indirectamente de un acto positivo o negativo, cometido por la víctima, a sabiendas que va a producir dicho resultado”. Por su parte, Beck, Kovacs y Weissman (1979) han definido el suicidio como un acto intencional causado a uno mismo, que pone en peligro la vida, y que da como resultado la muerte, incluyendo todas las circunstancias que rodean el fallecimiento.

Por tanto el querer suicidarse se aplica a una serie de comportamientos que no necesariamente incluyen la muerte, pero son provocados voluntariamente por la propia persona cuya intención no necesariamente es morir, se puede entender el suicidio como un proceso complejo que se desarrolla en diferentes fases o etapas, aunque estas pueden variar según la persona y las circunstancias. La ideación suicida, que se refiere a los pensamientos de terminar con la propia vida, es una de las primeras etapas de este proceso, pero no todos los individuos que experimentan estos pensamientos llegan a tomar la decisión de actuar sobre ellos. (Pérez, 2004).

Es por ello, que el interés como investigadoras es comprender y resignificar lo que representa el morir y acabar con un sufrimiento sea este físico o emocional. Teniendo como principal objetivo comprender la forma en la que una estrategia de intervención grupal puede movilizar la red social y experiencias vinculares ante el motivo de consulta relacionado con la ideación suicida, en este caso, en jóvenes universitarios que acuden a trayectoria estudiantil.

## **Método**

La investigación-intervención se desarrolló desde una metodología cualitativa, que según Denzin y Lincoln (1993) es multimetódica, e interpretativa, es decir las investigadoras indagan en situaciones naturales, intentando dar sentido o interpretar los fenómenos en los términos del significado que las personas les otorgan; la presente investigación es de diseño fenomenológico de un estudio de caso múltiple, entendiéndose según Robert Stake (1988) el interés por un proceso individual. En este caso, un sistema único, acotado y específico.

Por otra parte Robert Stake (1988) distingue tres tipos de estudios de caso: a) el intrínseco, cuando el estudio se emprende, en primero y último lugar, porque se quiere lograr un mejor entendimiento de un determinado caso particular; b) el instrumental, si se examina un caso particular en especial para brindar una comprensión de una cuestión o para volver a trazar una generalización, y c) múltiple o colectivo estudia un número de casos en forma conjunta a fin de investigar un fenómeno, población o condición general; se trata de un estudio instrumental extendido a varios casos. Los investigadores de casos se basan, en gran medida, en datos subjetivos como las opiniones de los participantes y de los testigos. Muchas observaciones críticas y datos de las entrevistas son subjetivos. (P. 15-16). Gran parte de los estudios de caso apunta al análisis empírico de la actividad humana. Los estudios de caso se interesan, entonces, en las visiones y circunstancias personales.

Con base en lo anterior, el estudio de caso múltiple, según Stake (1988) asevera que el mismo no es una elección metodológica, sino una elección del objeto que ha de estudiarse; por ejemplo, un niño o un aula. Finalmente, el investigador se interesa por un proceso, no por un caso individual. Estos estudios tienen estructuras, usos y problemas conceptuales únicos (sesgo, teoría, triangulación, relato de la historia, selección de casos, ética). Por tal razón, las investigadoras brindan información en forma rutinaria sobre la naturaleza del proceso, antecedentes históricos y su relación con el contexto, a fin de evitar problemas éticos, el investigador necesita un aporte constante «de la conciencia, de

las partes interesadas y de la comunidad de investigación» mediante la estrategia de recolección de información e intervención en red y grupal. Los métodos cualitativos, como un tipo de investigación, constituyen un modo particular de acercamiento a la indagación: una forma de ver y una manera de conceptualizar (Morse, 2005a: 287), una cosmovisión unida a una particular perspectiva teórica para comunicar e interpretar la realidad.

Para que la tarea de investigación constituya un aporte, es necesario agregar a las palabras del actor algo adicional; sea una síntesis, sea una interpretación, sea el desarrollo de un concepto, un modelo, una teoría (Morse, 1999a: 163). Por esto, en la investigación se abordará el fenómeno de procesos de ideación suicida en jóvenes universitarios. Dicho abordaje se hará a partir de la línea de investigación vínculos, ecología y redes, teniendo en cuenta la teoría eco-eto-antropología propuesta por Jacques Miermont, psiquiatra francés, donde ha permitido identificar y subrayar en el hombre las interacciones entre sus acciones, sus concepciones, los dispositivos internos que las inician y los ambientes naturales-artificiales que les dan sentido. En el ser humano el ethos-comportamientos y del oikos-los dominios donde ellos se realizan son procesos interactivos marcados por los efectos de su reflexión, de su conciencia, confrontados a los procesos involuntarios e inconscientes que escapan en gran parte a su control.

Por otro lado, dicha teoría se interesa en cómo el hombre construye su ecosistema y cómo el ecosistema modifica recursivamente su identidad, por lo tanto en la investigación se da la importancia al fenómeno observado: ideación suicida en los jóvenes universitarios y cómo este fenómeno afecta las relaciones vinculares con la familia y la red, por tanto es importante definir que la familia es una unidad ecosistémica, que crea solidaridades de destino en el tiempo y en el espacio, por medio de operadores rituales, míticos y epistémicos, que organizan los intercambios con el atravesamiento de procesos filogenéticos, ontogenéticos y culturo-genéticos.

También es importante resaltar la importancia del vínculo teniendo en cuenta que según Miermont (1993) un vínculo es aquello que une o conecta a una persona con otras, consigo misma o con las cosas. Es aquello que asegura una conexión témporo-espacial entre personas físicamente separadas, gracias a los procesos de simbolización que contribuyen a su mantenimiento, estos a su vez se cristalizan a través de diversos modos de comunicación; amor, odio, amistad, sexo, altruismo, agresión, rivalidad, juego, manipulación, etc, creando eventos que pueden llamarse vínculos reales. Esos vínculos se traducen igualmente en la puesta en escena de representaciones y de afectos que dan cuenta de la naturaleza de la relación construyéndose a través del lenguaje, por la relación

con el otro y por el acceso del individuo al estatus de sujeto que desea. Así surgen los vínculos virtuales, generadores de imaginarios, de potencialidades y de idealidades.

Los vínculos nacen asimismo de un efecto de sistema que define los estilos de comportamiento y de discurso, los vínculos se inscriben y son definidos por unidades suprapersonales o contextos (parejas, familias, clanes, instituciones, grupos, etc.) es decir que los mismos, tienen fundamento biológico y están constituidos por el entrelazamiento de todas las dimensiones de la vida. Es decir, por lo físico, lo psicológico, lo social y lo histórico-cultural. Desde esta perspectiva, la ecología de los vínculos busca entonces describir y comprender las relaciones que establece el individuo en sus contextos vitales. Los vínculos tienen un valor de supervivencia, todas las amenazas al proceso de vinculación del individuo a su entorno son los síntomas individuales, los conflictos relacionales y los desastres sociales o naturales, que también representan una amenaza a la supervivencia. De igual manera, todo estímulo al fortalecimiento de los vínculos es una condición para mejorar la calidad de vida.

### **Resultados**

Se elabora una matriz de análisis conversacional que integra la definición del problema y el diseño de un guion interventivo, enmarcado en una estrategia de intervención en red que facilita los procesos de cambio y transformación. De los siguientes sistemas consultantes:



Los resultados del abordaje se estructuran de la siguiente manera: primero, la redefinición del problema desde una perspectiva sistémica; luego, el desarrollo de un guion interventivo orientado por la intervención en red. Dicho análisis se organiza en torno a tres categorías principales: Vinculación familiar, Ideación suicida en jóvenes universitarios e intervención en red. Con base en lo anterior, se presentan las siguientes comprensiones:

### **Ideación suicida en jóvenes universitarios**

Los problemas de la vida son un conjunto de adversidades, agobios, conflictos, decepciones, pérdidas, crisis, etc. por lo cuales transita el ser humano a lo largo del ciclo vital y podrían ser considerados como un “sentimiento trágico de la vida” (Unamuno, 2004).

De acuerdo a lo que señala (Perez 2003) un problema de la vida no es una problema clínico, pero sin este no existiría el trastorno, entendiendolo desde el sentido psicopatológico tradicional, por tanto se puede considerar una situación patógena en donde se puede desembocar en un bucle psicobiológico del que no es fácil salir sin ayuda y en donde los esfuerzos introducen a que la persona este más en el problema.

Existe una diferencia entre el problema de la vida y el problema clínico que se puede apreciar, es compleja a la vez difusa, como en todos los fenómenos, lo anterior invita a resignificar la naturaleza de la problemática emocional, en donde se observa a una persona atrapada en una situación o un bucle patógeno, es entonces cuando estas situaciones problemáticas de atrapamiento están relacionadas de base con la ideación suicida, en la que se puede observar dos grandes grupos; vinculación familiar, de acuerdo al tránsito vital (adultez) e intervención en red en donde se busca generar cambios desde lo individual, grupal y social.

(Serebrinsky, 2012) manifiesta que el individuo desarrolla, piensa y vive de tal manera que genera cambios desde lo grupal a lo individual. Es por esto, que se entiende que la ideación suicida es el resultado de problemas de la vida que se atascan como alteraciones causales.

Con base en los genogramas, en este caso, C1, se observa que debido a previos procesos de psicología y psiquiatría por eventos asociados a ideación suicida, ansiedad y depresión (10 meses en terapia psicológica) actualmente la joven se encuentra medicada. En el caso de C2 la ideación suicida inicia cuando el joven es diagnosticado con esquizofrenia, eventos previos de ideación suicida, actualmente se encuentra medicado para tratar episodios psicóticos como la presencia de alucinaciones auditivas y visuales, ambos participantes han tenido experiencias significativas con el proceso terapéutico; a la vez que desde sus narrativas reconocen la importancia de la terapia a fin de generar un cambio significativo en su individualidad, como en las demás dinámicas de relación.

Desde la perspectiva de atrapamiento de una persona en una situación o bucle patológico, Perez (2003) incluye la noción de configuración de circunstancias y reacciones personales, en las que se encuentran, estilo personal, dinámicas de relación, la psicopatología ecológica entre otras, sin dejar de lado la psicopatología que no descuida la importancia en una alteración biológica sino que integra en la configuración o bucle persona-contexto. El logro de una fuerte alianza colaborativa es un requisito esencial en la ayuda a las personas con ideación suicida.

Asímismo, existe relación entre el sistema contextual, cultural y familiar, van ligados a pautas de crianza (niñez) y desarrollo (adolescencia) encontrándose con escenarios demandantes y necesidades frente a la construcción identitaria y procesos autónomos y de relación, así como el pertenecer y hacer parte de un sistema social y contextual bajo estándares de poder; el participante C2, refiere: “fue que yo empecé a aislarme no tener amigos, me sentía muy solo en la escuela, la mayoría de chicos tenían su amiguito y pues me sentía mal, y yo me la pasaba solo y desde pequeño siempre sentí que debía ser el primero en el salón y cuando no lo lograba me sentía mal y eso de sentirme solo y sin amigos me comencé a aislar y eso influyó en mi académicamente y a que me sintiera peor”. Con base en los tipos de autonomía, se puede decir que estos aportan capacidades al individuo que organiza su forma de comportarse y permite realizar patrones que lo conducen a tener un tránsito de vida adulta, rico en autonomía, benéfico para fortalecer procesos como la responsabilidad, aceptación de errores, en donde también se busca resaltar que la autonomía al ser uno de los aspectos principales del tránsito a la vida adulta, este depende de fortalecer el proceso y orientar al individuo de forma generativa en cuanto a toma de decisiones (Gutierrez, 2022).

Por otro lado, el participante del genograma C2, presenta una incongruencia, en donde el individuo está vulnerable a la angustia y la desorganización, Rogers (1959) describe que cualquier experiencia incompatible con la organización o estructura de la persona puede ser percibida como una amenaza, y cuanto más numerosas sean estas percepciones, más rígidamente se organizará la estructura de la persona para preservarse. El participante C2 refiere: “A nadie se lo cuento, y empiezo a hacerme daño antes de que me fuera mal académicamente, lo hacía porque me sentía solo y frustrado, luego si me iba mal académicamente, empezaba a sentirme frustrado y el sentirme solo era porque no tenía muchos amigos, por tanto sentía que me lo merecía, me hacía sentir bien y me agradaba de alguna forma”. Dicho relato denota un estado de vulneración, atribuyendo la presencia de factores externos o ambientales, interpersonales y personales.

Por tanto. Schmid (2014) plantea, que el síntoma puede verse como una forma de comunicación: un llamado de atención hacia la persona para que pueda reconciliar su ser interior con su forma de vivir en el mundo. Cuando esa congruencia se ve interrumpida, surgen los síntomas, que pueden ser físicos, emocionales o psíquicos y esos síntomas no son solo algo a eliminar, sino algo a comprender, a explorar y a integrar. El participante del genograma C2 refiere: “Digamos que eso no es como uno se debía sentir, se sentía liberador pero a veces más carga emocional porque venía esa construcción de que me lo merezco o sea si me golpeo es porque me lo merezco porque no soy digno de pronto de ser un buen hijo y un buen estudiante o de pronto soy un mal niño que por eso merezco golpearme, diferentes construcciones en ese momento que te llevaban a proceder a hacerte daño”.

La persona percibe la opción del suicidio como la única salida, tiene la idea de que la vida no se puede vivir de otra manera. El suicidio es una forma de lidiar con la angustia, y una manera desesperada de apropiarse de la vida (Dutra, 2001). El participante C1, refiere: “Pues, primordialmente yo vine por esta ideación suicida, me sentía muy sola; creo que todavía siento esa soledad, y más ahora con lo que les contaba la sesión pasada de que mi hermano se va de la casa. Ya llega un punto donde tengo que afrontarlo: no todo el tiempo voy a tener a mi pareja, a mi hermano”. Desde el enfoque centrado en la persona, la ideación suicida no es una tendencia innata hacia la autodestrucción, sino una forma de buscar salida al sufrimiento.

Autores como Mearns y Thorne, (2009), refieren, la complejidad de la experiencia del suicidio desde una perspectiva psicológica y, en muchos casos, también desde un enfoque psicoterapéutico. En efecto, las personas que experimentan ideación suicida suelen atravesar un profundo conflicto interno. Este conflicto puede ser entendido como una especie de batalla entre diferentes "partes" o "configuraciones" del yo, lo cual puede reflejarse en la lucha entre deseos contradictorios: una parte de la persona que desea acabar con su sufrimiento a través de la muerte, y otra que desea seguir viviendo. Tal como lo refiere el participante del genograma C2: “ósea yo creo que tengo claro que la idea suicida no es matarme como tal, en el fondo yo no me quiero morir, sino que tal vez es una especie de huir, puede sonar esto como un acto cobarde, no dándome como palo sino es como tratar de huir de la situación, como verme demasiado asfixiado, huir de mis problemas, de mis miedos, de muchas responsabilidades y si yo sé que es un acto egoísta tanto conmigo mismo, como con las personas que me quieren, con mi familia”.

Por lo anteriormente abordado, resulta pertinente dar cuenta de como la intervención en red, se presenta como un espacio dinámico de cambio, donde las

relaciones entre los participantes son clave para la transformación del sistema individual y familiar. Se concibe como una coreografía en la que los roles de cada individuo dentro del grupo familiar se manifiestan, se exploran y, en muchos casos, se reconfiguran. Estos roles, que suelen estar profundamente arraigados en las interacciones cotidianas y en los patrones históricos del grupo, pueden ser reinterpretados a través de la intervención, abriendo así la posibilidad de cambios significativos en las relaciones familiares. Por tanto al hablar de coreografía no solo hace referencia a una secuencia de movimientos, sino también a la interacción fluida y constante entre los participantes, donde se pueden identificar isomorfismos: similitudes o patrones que se repiten, tanto en las dinámicas familiares como en las interacciones que surgen en el "aquí y ahora" del grupo. Estos isomorfismos pueden ayudar a entender cómo las experiencias pasadas de los miembros del sistema familiar se reflejan en su forma de relacionarse en el presente, revelando las tensiones, los conflictos o las alianzas que se configuran dentro del grupo. *"...ambos coinciden nuevamente en algo, y es que se están priorizando ustedes y están teniendo como premisa el autocuidado. Que paradójicamente es todo lo opuesto a lo que en algún momento intentamos hacer. Ahora nos estamos posicionando desde el nuevo cuidar, y el cuidarme implica esto lo voy a hacer. Implica poner límites, lo voy a hacer"*.

### **Intervención en red**

El mismo proceso brinda a las investigadoras reflexionar sobre la importancia de las redes de apoyo y la intervención en red, destacando cómo estos espacios pueden ofrecer contención, validación y protección. Estos conceptos resuenan con las ideas de Serebrisky (2012), quien subraya la relevancia de las redes sociales como un entorno crucial para el bienestar individual y colectivo. A través de la intervención en red, se puede experimentar un espacio de transformación donde lo social, lo familiar y lo grupal se entrelazan de manera dinámica. Tal y como lo refiere el C2: "Pues creo que siempre es bueno escucharla y que es una opinión, un consejo muy valioso. Lo aprecio mucho, en serio. Yo, cuando aprecio algo, es porque fue "guau", así que lo agradezco mucho y creo que también me hace pensar otras cosas, como reafirmar ciertos avances que he tenido".

Watzlawicky colaboradores (1993), abordan como una comprensión sistémica tanto del individuo como del grupo y cómo la interacción entre sus miembros constituye un sistema complejo, atribuyéndole el concepto de sistema como el conjunto de objetos (que en este caso son los individuos), sus atributos (que se podrían entender como sus características o experiencias personales), y las relaciones que los conectan. Es decir, el sistema no solo se compone de elementos aislados, sino de las interacciones entre estos

elementos, que le dan cohesión y estructura. Es decir que intervenir en red también refleja este principio sistémico, donde no solo los individuos, sino también las relaciones entre ellos, las investigadoras y sus experiencias compartidas, son fundamentales para el proceso. Conectando lo anteriormente descrito, la investigadora refiere: “Con estas conversaciones que están emergiendo un poco entre ustedes y con nosotras aca, hacemos unas pequeñas lecturas, quisiera preguntarles sobre el cuidado que se tienen también, qué los une a ustedes para hablarse entre sí. Porque, aparte de que comparten muchas situaciones particulares, de las familias también comparten algo, y es están sentados acá por algo, por lo que en su momento vivieron”. Finalmente, eso hacen los seres humanos: hablar desde su vivencia”.

Cuando se esta inmerso en un contexto de interveccion en red, se brinda la oportunidad de desarrollar nuevas y diferentes narrativas en donde los consultantes se dieron la oportunidad ampliada de mediar una alternativa a la di-solucion del problema. (Anderson, et al. 1992) El participante del genograma C2 da cuenta de lo mismo: “El cuidado es como lo más fundamental, porque yo antes estaba muerto. Tenía una mente muy desconectada, quebrada, sesgada; mi energía no era yo; no tenía ganas de vivir, y eso apagó mi energía. Tampoco podía expresar las cosas como yo quería. Y en mi corazón no sentía amor por nada, solo sentía odio por mí mismo. Entonces creo que mi alma, como la he tratado de forjar, es una muestra de amor que he hecho por mí mismo”.

Bajo el afecto del vínculo terapéutico entre más de dos actores, que hacen parte de un escenario grupal, va sucediendo secuencia de pasos que en conjunto danzamos en pro del bienestar y el generar nuevas comprensiones en busca de nuevas realidades, tal y como lo refiere nuevamente el participante del genograma C2: “antes de decir qué le regalaría a C1, primero quiero decir que la admiro mucho por todo. Osea, en lo poco que la he conocido y por lo que ha dicho de su proceso, creo que de otra manera ha sabido lidiar y es una persona fuerte, resiliente, que no es fácil. Osea, que solo los que vivimos este tipo de cosas sabemos lo duro que es”. Es por esto que la psicoterapia en red es un proceso que consiste en desplazar el discurso problematico (individual) hacia otro discurso mas fluido (grupal) y en hacer posible una gama mas amplia de interacciones. (Lax W. D. 1992).

## **Vinculación Familiar**

En el análisis de los escenarios presentados, se identificó que las narrativas familiares, muchas veces configuradas por mitos culturales y relacionales, desempeñan un papel central en la consolidación de dinámicas que perpetúan el malestar psicológico y los conflictos familiares. Desde una perspectiva sistémica, el “ser” no se construye únicamente a través de las interacciones sociales, sino también mediante procesos intrapsíquicos que permiten al individuo analizar su contexto, tomar decisiones y, en interdependencia con el entorno, generar cambios tanto en su estructura interna como en su entorno social (Celis y Rodríguez-Ceberio, 2016).

En el caso del consultante C1, los mitos familiares han ejercido una influencia significativa en la construcción de su identidad. Las creencias relacionadas con la depresión, la ansiedad y la ideación suicida están marcadas por tabúes que dificultan la expresión emocional y la comunicación dentro del sistema familiar. Como señala el consultante: “A mi mamá ese tipo de cosas todavía le resultan un tabú... A ella le da miedo expresar lo que siente o hablar sobre lo que ha pasado en su vida”. Este ejemplo ilustra cómo la incapacidad para abordar temas sensibles perpetúa dinámicas de incompreensión y fragmentación intergeneracional.

De manera similar, el caso de C2 evidencia cómo los mitos religiosos estructuran los conflictos familiares, exacerbando la distancia emocional entre los miembros del sistema. El consultante relata un conflicto con su madre, quien, ante una crisis de ansiedad, decidió llevarlo a un exorcista: “Eso me hizo sentir aún peor... ya no confiaba mucho en ella, y aquello solo aumentó la distancia entre nosotros”. Este caso subraya cómo las creencias culturales pueden intensificar los conflictos y dificultar la generación de vínculos sólidos, como lo señala Hernández Córdoba (2010), al identificar que las perturbaciones en los sistemas de comunicación, valores y reconocimiento generan y perpetúan trastornos complejos en el plano vincular.

Ambos casos revelan cómo las narrativas familiares no solo estructuran las dinámicas relacionales, sino que también moldean la experiencia emocional y la identidad de los individuos. Estas narrativas actúan como marcos interpretativos que, además de organizar la secuencia de eventos, expresan las valoraciones, interpretaciones y motivaciones del narrador, configurando su postura frente a lo vivido (Hernández Córdoba, 2010).

Desde un enfoque construccionista, el diálogo terapéutico se presenta como una herramienta fundamental para promover la reconfiguración de estas narrativas y facilitar cambios significativos en los sistemas familiares. Según Gergen y Warhus (1996), las intervenciones en red generan espacios que posibilitan la transformación de los relatos y promueven la generatividad, permitiendo la construcción de significados más funcionales y el fortalecimiento de los vínculos familiares.

En el análisis de los escenarios presentados, se identificó que las narrativas familiares, muchas veces configuradas por mitos culturales y relacionales, desempeñan un papel central en la consolidación de dinámicas que perpetúan el malestar psicológico y los conflictos familiares. Desde una perspectiva sistémica, el “ser” no se construye únicamente a través de las interacciones sociales, sino también mediante procesos intrapsíquicos que permiten al individuo analizar su contexto, tomar decisiones y, en interdependencia con el entorno, generar cambios tanto en su estructura interna como en su entorno social (Celis y Rodríguez-Ceberio, 2016).

En el caso del consultante C1, los mitos familiares han ejercido una influencia significativa en la construcción de su identidad. Las creencias relacionadas con la depresión, la ansiedad y la ideación suicida están marcadas por tabúes que dificultan la expresión emocional y la comunicación dentro del sistema familiar. Como señala el consultante: “A mi mamá ese tipo de cosas todavía le resultan un tabú... A ella le da miedo expresar lo que siente o hablar sobre lo que ha pasado en su vida”. Este ejemplo ilustra cómo la incapacidad para abordar temas sensibles perpetúa dinámicas de incompreensión y fragmentación intergeneracional.

De manera similar, el caso de C2 evidencia cómo los mitos religiosos estructuran los conflictos familiares, exacerbando la distancia emocional entre los miembros del sistema. El consultante relata un conflicto con su madre, quien, ante una crisis de ansiedad, decidió llevarlo a un exorcista: “Eso me hizo sentir aún peor... ya no confiaba mucho en ella, y aquello solo aumentó la distancia entre nosotros”. Este caso subraya cómo las creencias culturales pueden intensificar los conflictos y dificultar la generación de vínculos sólidos, como lo señala Hernández Córdoba (2010), al identificar que las perturbaciones en los sistemas de comunicación, valores y reconocimiento generan y perpetúan trastornos complejos en el plano vincular.

Ambos casos revelan cómo las narrativas familiares no solo estructuran las dinámicas relacionales, sino que también moldean la experiencia emocional y la identidad de los individuos. Estas narrativas actúan como marcos interpretativos que, además de organizar la secuencia de eventos, expresan las valoraciones, interpretaciones y motivaciones del narrador, configurando su postura frente a lo vivido (Hernández Córdoba, 2010).

Desde un enfoque construccionista, el diálogo terapéutico se presenta como una herramienta fundamental para promover la reconfiguración de estas narrativas y facilitar cambios significativos en los sistemas familiares. Según Gergen y Warhus (1996), las intervenciones en red generan espacios que posibilitan la transformación de los relatos y promueven la generatividad, permitiendo la construcción de significados más funcionales y el fortalecimiento de los vínculos familiares.

## Discusión

A partir de la investigación-intervención, se evidencia cómo el trabajo en red moviliza experiencias vinculares frente a la ideación suicida en jóvenes universitarios. Desde su posición como seres humanos sensibles, enmarcadas por historias, vivencias y experiencias, las investigadoras logran generar nuevas comprensiones a través de la escucha activa. Esto les permite incorporar la polifonía de voces de los diferentes actores que participaron en estos escenarios. En este proceso, el uso del genograma ofreció una perspectiva integral que favoreció la convergencia entre los factores individuales y sistémicos. Esto permitió una lectura más amplia sobre la dinámica familiar, los vínculos y relaciones existentes, así como la identificación de roles, límites y normas que influyen en la rigidez o flexibilidad del sistema familiar. (Serebrisky, 2012).

Desde las comprensiones que emergieron en el espacio de intervención, en el cual C1 y C2 dinamizan una conversación que genera espacios de resignificación frente al proceso de su propio dilema, se observa cómo esa interacción permitió que cada uno ampliara las interpretaciones de la realidad que se narraba. Esto abrió la posibilidad de un apoyo que transitó desde los procesos identitarios individuales hacia una co-creación que se suscitaba (Da Silva et al., 2019). De este modo, cada miembro del sistema familiar, en la polifonía de voces, generó un significado de corresponsabilidad y no un posicionamiento que solo se centrara en cambios externos (Hernández, 2005).

Permitiendo a la vez que cada uno de los consultantes comprendieran la realidad del otro bajo la premisa de la generosidad y empatía, permitiendo un fortalecimiento al ejercicio clínico, así mismo que los consultante C1 y C2 se permitan movilizar a la hora de promover cambios relacionales significativos, movimientos encaminados hacia la autonomía y el apoyo mutuo en donde se permitieron resignificar las crisis vividas, encontrando en el sistema de apoyo no solo una red de contención, sino también un espacio para construir significados que fortalecen su sentido de pertenencia, resiliencia y agenciamiento. (Bruner, E. 1991).

De este modo, las expectativas familiares pueden influir de manera significativa en la identidad y el bienestar emocional de los individuos. Al ser transmitidas de generación en generación, estas narrativas se convierten en una especie de "mandato invisible" que puede ser difícil de cuestionar o romper. Los roles como "hija" "hijo" o "esposa", cargados de normas y expectativas, no siempre son elegidos conscientemente, sino que pueden sentirse impuestos por la historia familiar o cultural.

En este sentido, vemos como C1 y C2 se enfrentaron a un "deber ser" impuesto externamente, que le exigió adoptar sin cuestionamientos la carga emocional de la

historia familiar. Este fenómeno resalta cómo el entorno familiar se convierte en un referente heterorreferencial que influye en la autopercepción del individuo, limitando su capacidad para elegir qué aspectos de su historia desea asumir y cuáles preferiría dejar de lado. Así, el mandato inicial puede reconfigurarse en una dinámica familiar donde los vínculos se fortalezcan y se orienten hacia la comprensión mutua y el respeto a la individualidad de cada miembro. Minuchin (1982, p.86) afirmaba que “la estructura familiar es el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia. Una familia es un sistema que opera a través de pautas transaccionales”, que establecen cómo, cuándo y con quién relacionarse. Ambos casos muestran cómo los individuos, al interactuar con sus familias, se ven influenciados y limitados por valores y expectativas externas que moldean su identidad y sus decisiones. Aun así, a través de procesos de reflexión y comunicación, como los que se permitieron en los escenarios se lograron generar nuevas experiencias vinculares que movilizaron nuevos sentidos de vida en los consultantes C1 y C2. Bandura (1982) refiere: “...en el aprendizaje social se acentúa la importancia de los procesos vicarios, simbólicos y auto-regulatorios en el funcionamiento psicológico...”

Este proceso conversacional fluctuó a medida que se profundizaban las comprensiones sobre las historias familiares, develando mitos y ritos en el espacio terapéutico. En este contexto, la herramienta del genograma facilitó una lectura más amplia y dinámica de dichos relatos, permitiendo reconocer categorías clave para trabajar en un ejercicio de conversación vincular en red, tal como lo plantea Serebrinsky (2012). Según el autor: “Así como el genograma se utiliza a nivel familiar para revisar alianzas, coaliciones y demás juegos relacionales, es en la terapia grupal donde esta herramienta adquiere un nivel de complejidad superior: cada miembro del grupo trae consigo un modo de ‘ser en su núcleo familiar-social’ particular, desde allí, hará su propuesta tácita de rol y contra rol hacia el grupo, éste a su vez, responderá de manera más o menos clara con contrapropuestas” (p.17). De esta manera, fue posible otorgar nuevas comprensiones a los significados iniciales que los consultantes C1 y C2 tenían frente a su propio dilema, en este caso relacionado con la “ideación suicida”. Este proceso permitió resignificar los mandatos familiares y las creencias que ambos habían cargado durante sus trayectorias personales.

### **Conclusiones**

El dilema que motivó este proceso de intervención e investigación surgió a partir de nuestra pregunta orientadora: ¿Cómo la estrategia de intervención grupal puede

movilizar la red social a través de las experiencias vinculares que se construyen en sistemas familiares con un joven universitario que ha atravesado la ideación suicida? Este cuestionamiento nos invitó a explorar cómo el proceso de intervención en red podría generar transformaciones significativas tanto en el joven universitario transitando por el sistema familiar hasta ampliarlo a una red más extensa social.

A partir de la experiencia en el Servicio de Atención Psicológica (SAP) de la Universidad Santo Tomás, los consultantes permitieron, mediante la apertura y la escucha activa, identificar cómo las intervenciones grupales permitían la co-construcción de nuevas comprensiones sobre sí mismos. Este espacio propició una resignificación tanto de sus capacidades como de sus vulnerabilidades, posibilitando un reconocimiento más amplio de sus recursos personales y relacionales.

El proceso también tuvo un impacto importante en las terapeutas, al verbalizar cómo esta experiencia enriqueció nuestro ejercicio clínico y proceso autorreferencial. Al ser partícipes de una deconstrucción identitaria de un grupo de personas que atraviesan un dilema. Se permitió la implementación de formas de cuidado que no solo asistieron a los consultantes, sino que también generaron un intercambio recíproco de aprendizaje y fortalecimiento emocional a quienes participaron del espacio. Esta dinámica, conceptualizada como “trabajo en red” dentro de la investigación, permitió movilizar los sistemas de apoyo en los consultantes y fomentar conexiones más significativas. Reconociendo, además otras formas de conectar y ser con un otro.

Una de las metáforas más significativas que emergió durante el proceso fue la de “la manta tejida”. Este ritual final a los escenarios de intervención simbolizó el tejido colectivo realizado por las terapeutas y consultantes, que ofreció un espacio de contención y escucha para afrontar un dolor previamente inabordable. A través del reconocimiento de esta red de apoyo, los participantes encontraron nuevas posibilidades para resignificar sus experiencias y construir sentidos de vida más sólidos en compañía de otros. Ahora, cada uno de ellos lleva consigo esa “manta tejida”, resultado del acompañamiento del SAP y de sus propios esfuerzos, como un símbolo de una vida con posibilidades y sustentada en el autocuidado, los vínculos familiares y el respeto propio.

Asimismo, para las interventoras resulta fundamental ser conscientes tanto del ejercicio clínico como del aspecto humano que lo atraviesa. Reconocer y fortalecer el estilo terapéutico en escenarios donde se abordan dilemas emocionales significativos y complejos permite repensar las intervenciones y generar movilizaciones beneficiosas para el contexto. Desde esta perspectiva, se co-construyen, con ética y estética, nuevas

dimensiones en procesos vitales individuales y grupales, con el entendimiento de que dicho ejercicio se sustenta en la formación continua y en la práctica terapéutica.

Durante el proceso interventivo, se evidenció cómo, en conjunto, es posible generar recursividades y explorar dominios emocionales, experienciales y cognitivos en consonancia con las dinámicas relacionales que se tejen en el escenario terapéutico. Este proceso se asemeja a la construcción de un gran tejido en el que, como terapeutas, nos volvemos facilitadoras del “arte de vivir”. Somos seres humanos en constante búsqueda de autoconocimiento y reconocemos al otro, con sus vicisitudes y posibilidades, como un actor clave en la construcción de cambios. Esto nos permite configurar transformaciones a partir de los recursos y potencialidades de los actores implicados en este contexto.

Finalmente, las terapeutas también se permiten mirarse a sí mismas y a sus consultantes, abriéndose a procesos simbólicos y creativos, como la realización de un elemento artístico, en este caso, el tótem. Este acto les facilita conectar con su propia realidad y la del otro, generando espacios para la conversación y la reflexión. De esta manera, “observar las observaciones” se convierte en una práctica reflexiva que promueve la toma de conciencia sobre sí mismas, sobre los otros y sobre el “nosotros” que emerge en los encuentros humanos.

### **Referencias**

Anderson H. Goolishian H (1992) El experto es el cliente: la ignorancia como enfoque terapéutico.

Bandura, A. (1982) Teoría del aprendizaje social. Ed. Espasa Calpe. Madrid. Traducción del inglés por Ángel Riviere.

Beck, A. T., M. Kovacs y A. Weissman (1979). Assessment of suicidal intent: The scale for suicide ideation. *Journal Consult Clinic Psychology*, 47, 343-352

Bruner, J. (1991) Actos de significado. Más allá de la revolución cognitiva. Ed. Alianza. Madrid.

Celis, R., Rodríguez-Cebero, M. (2016). Constructivismo y construccionismo social en psicoterapia. Una perspectiva crítica. Bogotá: Manual Moderno.

Cordova, M., Rosales, M., Caballero, R., & Rosales, J. (2007). Ideación suicida en jóvenes universitarios, asociación con diversos aspectos psicosociodemográficos.

Da Silva Barros, R., Canay, R., Carroli, M., Milanese, E., Serrano, I., & Tufró, F. (2019). Características estructurales de las redes subjetivas en el Tratamiento Comunitario. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 65(3), 154–167.

Denzin, N., Lincoln, Y. (2013). Las estrategias de investigación cualitativa. *Manual de investigación cualitativa*. Gedisa. 3. 15.

- Durkheim, E. (2003). El suicidio (7ª ed.). México: Coyoacán
- Dutra, E. (2001). Comprender los intentos de suicidio de los jóvenes desde un enfoque centrado en la persona [Tesis Doctoral, Universidad de São Paulo, Brasil. <https://repositorio.usp.br/item/001180864>
- Estupiñán M., Hernández A. (2006) Dossier de las líneas proyectos de investigación, Universidad Santo Tomas.
- Fonseca, V. (2022). Comprensiones al rededor del concepto de tránsito a la vida adulta y su relación con la autonomía desde el paradigma sistémico. Diversitas: perspectivas en Psicología, 18 (1)
- Garzon, D. (2008). Autorreferencia y estilo terapéutico: su intersección en la formación de terapeutas sistémicas. Facultad de Psicología, Universidad Santo Tomás, Bogotá.
- Gergen, K. J., & Warhus, L. (2010.). LA TERAPIA COMO UNA CONSTRUCCION SOCIAL DIMENSIONES, DELIBERACIONES, Y DIVERGENCIAS.
- González, M. S. (1998). La ideación suicida como indicador para la prevención secundaria del suicidio en población estudiantil. Tesis de Maestría no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México. México, D.F
- Gutiérrez, A.G., & Contreras, C.M. (2008). El suicidio y algunos de sus correlatos neurobiológicos. Segunda parte. Salud Mental, 31, 417-425. <http://www.redalyc.org/pdf/582/58231509.pdf>
- Hernández, A. (1997). Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve. El Búho.
- Hernández, A., Bravo, F. (2006). Proyecto/línea: vínculos, ecología y redes. Dossier de las líneas/ proyectos de investigación en marcha. 22.
- Hernández Córdoba, Á. (2010). Vínculos, individuación y ecología humana. Hacia una psicología clínica compleja. pp.22.
- Lax WD. (1992) El pensamiento posmoderno en la práctica clínica. En: Gergen K J. McNamee S. (1996) La terapia como construcción social. Ed. Paidós. Barcelona.
- López, A. (2021). Psicoterapia centrada en la persona y la ideación suicida. Revista de Psicoterapia, 32(120), 89-103. <https://doi.org/10.33898/rdp.v32i120.574>
- Mearns, D. y Thorne, B. (2009). Counseling centrado en la persona en acción. Gran Aldea Editores.
- Minuchin, S. (1982) Familias y terapia familiar. Buenos Aires: Gedisa.
- Mora, M., Moya, D. y Calderón, J. (2019). Suicidio en Costa Rica. Medicina Legal de Costa Rica, 36(2), 28-45. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1040443>
- Pérez Álvarez M. Las cuatro causas de los trastornos psicológicos. Madrid: Universitas, 2003.

Pérez-Álvarez M. El turno transdiagnóstico y el retorno de la psicopatología: el tema de nuestro tiempo en psiquiatría. Cuad Psiquiatr Comunitaria. 2017; 14(1): 32-52.

Sepúlveda, L. (2020). Un largo y sinuoso camino: la experiencia de transición hacia la vida adulta de los jóvenes en el tiempo actual. Nuevas perspectivas para nuevos tiempos. Revista Contenido, Cultura y Ciencias Sociales.

Schmid, P. y Mearns, D. (2014). Estar-con y estar-contra: psicoterapia centrada en la persona como un proceso de personalización co-creativo en profundidad. En A. Segrera, J. Cornelius-White, M. Behr y S. Lombardi (Eds.), Consultorías y Psicoterapias Centradas en la Persona y Experienciales (pp. 141-162). Gran Aldea Editores.

Serebrinsky, Horacio (2012) psicoterapia de grupo. Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana, 10, 132-155.

Stake, R. E. (1988). «Case study methods in educational research: Seeking sweet water», en R. M. Jaeger (comp.), Complementary Methods for Research in Education, Washington DC, American Educational Research Association, págs. 253-278.

Unamuno M. Del sentimiento trágico de la vida. Buenos Aires: Losada, 2014.

Villardón, G. L. (1993). El pensamiento de suicidio en la adolescencia. Bilbao: Rontegui.

Watzlawick P, Beavin Bavelas J y Jackson D. (1993) Teoría de la comunicación humana. Ed. Herder. Barcelona.