

Reconstrucción del yo desde la palabra: Recuperación e identidad narrativa en jóvenes con inestabilidad emocional.

Autores: María Novo Romera, María Caballero Delgado.

Hospital Universitario Virgen de la Macarena

Introducción

El trabajo clínico actual con jóvenes con inestabilidad emocional sitúa al profesional ante historias marcadas por la desregulación afectiva, la impulsividad y una profunda sensación de pérdida de identidad. Más allá del diagnóstico, estas experiencias expresan una fractura narrativa: el relato personal se fragmenta, el sentido se diluye y la persona deja de reconocerse en su propia historia.



Recuperación e Identidad Narrativa.

Frente a este sufrimiento, la práctica clínica en salud mental comunitaria tradicionalmente se ha orientado hacia la reducción sintomática (particularmente la conductual). Sin embargo, es posible la mirada que priorice la reconstrucción del significado y la recuperación no como la eliminación del malestar, sino como la forma en que integramos lo que nos sucede mientras mantenemos la coherencia y continuidad de nosotros mismos (Dastur, 2015)

Desde esta perspectiva, la realidad no se entiende como algo fijo, sino como una construcción que surge de la experiencia subjetiva y del intercambio con los demás. En este marco, el lenguaje y las narraciones personales tienen un papel central para dar sentido a la experiencia (Capella, 2013). Así, la terapia, reconoce al individuo como el principal conocedor de su propia experiencia, evitando reducirlo a etiquetas o diagnósticos rígidos (Castañeda Montoya y Tamayo Lopera, 2023).

La Salud Mental en Sanidad Pública.

En los servicios públicos de salud mental, los espacios breves, encuadres rígidos y protocolos estructurados, muestran la tendencia empobrecer la escucha, ahogar las historias y debilitar el vínculo terapéutico. Sin embargo, el individuo necesita un espacio donde su historia tenga lugar y tiempo, donde se reconozca su singularidad y se valide su experiencia.

La intervención más transformadora no siempre es la más estructurada, sino la que permite que la palabra circule y el vínculo sostenga la coherencia e integración de la propia historia.

Referencias Bibliográficas.

Castañeda Montoya, J. y Tamayo Lopera, D.A.(2023). Identidad narrativa: aportes a la psicología, a las ciencias sociales y a la educación. *Psicoespacios*, 17(30). <https://doi.org/10.25057/21452776.1490>

Capella, C. (2013). Una propuesta para el estudio de la identidad con aportes del análisis narrativo. *Psicoperspectivas*, 12 (2), 117-128. <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view/281>

Dastur, F. (2015). La ipseidad: Su importancia en la psicopatología. *Universitas Philosophica*, 32(64), 251-266. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.uph32-64.iipp>