



Universidad Academia de Humanismo Cristiano
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela de Psicología

**Representaciones clínicas del sentimiento de culpa en sujetos que han
atravesado cuadros depresivos
Influencias de la culpa en el relato biográfico**

**Clinical representations of the guilt feeling in subjects who have
experienced depressive disorders
Influences of guilt on the biographical narrative**

Investigación para optar al grado de Licenciada en Psicología

Emilia Soto Arellano
emiliasotoarellano@gmail.com
20.806.076-7
Profesora Guía: Carolina Bienzobas
Noviembre, 2023

Agradecimientos

A mi profesora guía, Carolina Bienzobas, por el acompañamiento constante colmado de bellas conversaciones para retomar la confianza en este camino.

A mi profesor, Eduardo Pérez, por las enseñanzas incondicionales que se vieron reflejadas en este trabajo y por ayudarme a construir un lugar reparador y crítico en la forma de observar la psicología.

A mi familia y pareja por estar siempre confiando en mis ideas y entregarme ese ánimo que muchas veces necesité.

Y sin duda, a los/as entrevistados/as, quienes entregaron sus historias con una disposición inigualable, generando espacios de confianza plasmados de sensibilidad y atravesados por un bello recorrido de resignificación.

Resumen/Abstract

Esta investigación emprende un recorrido en la trayectoria de vida de sujetos que han atravesado uno o más cuadros depresivos. El objetivo es explorar la presencia de sentimiento de culpa en el relato de los/as entrevistados/as y entender cómo este sentimiento podría estar vinculado con los episodios depresivos experimentados. Se analizan con detenimiento las intensidades del sentimiento culposo, el razonamiento atribuido a la culpa, los marcos morales establecidos y las necesidades de reparación. En consecuencia, este estudio busca examinar la incidencia de la culpa en el razonamiento de los participantes, observando cómo es que representan sus experiencias pasadas e indagando en cómo el persistente sentimiento de culpa puede inquietar a una persona desencadenando potencialmente cuadros depresivos.

Palabras clave: Sentimiento de culpa, representación, cuadro depresivo, trayectoria de vida, psicoanálisis.

This research embarks on a journey through the life trajectories of subjects who have navigated one or more episodes of depressive disorders. The objective is to explore the presence of a sense of guilt in the subjects' narratives and understand how it might be interconnected with the experienced depressive episodes. Intensities of the guilt feelings, the rationale behind attributing guilt, established moral frameworks, and the need for reparative actions are meticulously analyzed. Consequently, this study seeks to examine the impact of guilt on the subjects' thought processes by scrutinizing how they depict their past experiences and investigating how the lingering sense of guilt can disquiet an individual, potentially triggering depressive episodes.

Keywords: Guilt feeling, representation, depressive disorder, life trajectory, psychoanalysis.

Introducción

Todo sujeto va forjando naturalmente su trayectoria de vida, la cual se forma a raíz de las experiencias vividas, la interacción con el entorno y los sentimientos experimentados. Pero las trayectorias de vida no son concretas ni lineales, son subjetivas y se van moldeando según los significados que el sujeto le otorga a sus experiencias pasadas, significados que varían según el momento que se está atravesando. A estos significados enmarcados en el relato de la trayectoria de vida se les denominará representación. “Representación implica “poner algo por delante” a manera de presentación; implica en efecto, la presencia de una imagen que forma cuadro para el sujeto [...] una idea, imagen o figura que sustituye a la realidad.” (Yacuzzi, 2017, pág. 835). Por lo tanto, es en la expresión de la trayectoria de vida a través del lenguaje (el cual sustituye lo real) que la representación es moldeada por la subjetividad del sujeto, y así, el relato de la trayectoria de vida se construye por las experiencias que el mismo sujeto considera relevantes, tiñéndolas de emociones, peso y connotaciones positivas/negativas, revelándose también la apropiación de lo social, los valores y la identidad constituida (Barbieri, 2014). De este modo, la expresión de la trayectoria de vida se constituye por un razonamiento que revela elementos importantes de la constitución psíquica del sujeto.

Permiten develar capacidad de agencia de los sujetos, poniendo de manifiesto en qué medida logran apropiarse de recursos familiares y sociales, continuando con valores, modelos, mandatos, o bien los impugnan, modifican, o innovan. (Barbieri, 2014, pág. 31)

De este modo, la trayectoria de vida es una forma de representar las experiencias pasadas otorgándole un significado en su conjunto, en dónde la representación está influida por la emoción que causa el recuerdo de la experiencia. El sentimiento de culpa, por ejemplo, le otorgaría un peso a la vivencia, sustituyendo de este modo la experiencia real por tal representación, y como consecuencia, generando angustia su recuerdo. Pero para comprender la representación que expresa el sujeto en el relato de la trayectoria de vida es importante preguntarse ¿Desde dónde se constituyen los sentimientos en el sujeto? Porque hay una raíz distinta del lugar psíquico en donde se constituye la culpa, a, por ejemplo, desde donde se constituye la ansiedad. Será a través del ello, el yo y el superyó que el sujeto realizará una diferenciación de sus experiencias, generando representaciones distintas según proveniencia psíquica del sentimiento (incumplimiento del superyó o represión del ello).

El Ello es la reserva de energía pulsional de la cual se nutren las diferentes instancias psíquicas. Es el lugar de la pulsión. [...] El Yo de la segunda tópica se encuentra sometido a las exigencias del Ello, del mundo exterior y de los imperativos del SuperYó. Se encuentra en una posición de negociación entre las exigencias pulsionales, las de la realidad y las del SuperYó. [...] Freud sostiene que en el interior del Yo se distingue una instancia diferenciada de este a la cual nombra SuperYó. Se trata de una instancia crítica, la “conciencia moral” y el responsable del sentimiento de culpa inconsciente (Gutnisky, S.F, pág. 314-316)

Esta interacción, desarrollada por Sigmund Freud, que conforma el aparato psíquico, acompañará permanentemente al sujeto en su trayectoria de vida, y será la convergencia de los instintos, los deseos y las fantasías, por parte del ello, con las normas, la moralidad y los deberes, por parte del superyó, lo que generará una visión de la realidad a raíz de los significados que creará, finalmente, el yo. Pero ¿De qué modo se internaliza el sentimiento de culpa en el aparato psíquico? En el momento en el que el yo comienza a experimentar sus primeras vivencias uno de los primeros sentimientos que se presenta es la ansiedad, la cual será el punto de partida para la experimentación del sentimiento de culpa. La ansiedad se gatilla rápidamente en el sujeto debido a no poder saciar el ello completamente, generalmente producto de fallas en la comunicación con la figura de madre, ya que la madre no logrará comprender todo lo que el bebé solicita, lo que conlleva a acciones desesperadas por parte del bebé para poder saciar sus deseos, como por ejemplo, llanto descontrolado o rabieta, lo que preocupa y/o enoja a la madre. De este modo, se instaura en el bebé la existencia de situaciones “incorrectas” (Klein, 1948). El bebé al comprender que existen actitudes correctas e incorrectas sitúa esas distinciones en el superyó, siendo este último quien las controlará velando por la ejecución de actitudes que sean correctas en su ejecución. Por el contrario, al ejercer el yo actitudes incorrectas que molestan a un sujeto por el que se siente amor, el superyó indicará la presencia de sentimiento de culpa.

En tales estados de integración surge cierto grado de síntesis entre el amor y el odio en relación con los objetos parciales, que según mi opinión actual da origen a la ansiedad depresiva, a la culpa y al deseo de reparar el objeto amado dañado. (Klein, 1948, pág. 10)

Así es como el yo comienza a absorber la ansiedad que genera no poder saciar el ello, y como consecuencia de estos actos ansiosos “incorrectos” dirigidos hacia objetos/sujetos que ama, el superyó actúa tiñendo esas situaciones con sentimiento de culpa. Posterior, se suma otro factor a la conciencia de culpa, ya que, comienza a actuar también lo que la sociedad observa como incorrecto, la moralidad, y así se posiciona la idea de que cometer actos inmorales podrían dañar la autoimagen del sujeto (Sastre, Moreno & Pavón, 2003), lo que también corresponde a un daño hacia un sujeto que el yo ama, a él mismo. Pero, ¿Qué ve la sociedad cómo incorrecto? Porque el bebé se comienza a dar cuenta en los primeros meses de vida que demostrar descontento, como lo sería la rabieta, genera preocupación y/o enojo en la figura de madre, y que eso sería señal de situación incorrecta. Luego, se comienza a dar cuenta que, la sexualidad, el lenguaje, la expresión, también pueden llegar a ser incorrectas en su ejecución y que podrían incomodar a un otro amado. Por lo tanto, lo que desea el ello naturalmente comienza a ser incorrecto, y el superyó gana poder de control a través del sentimiento de culpa, no solo de las acciones, sino que también de los deseos y pensamientos.

El hombre es culpable; intencionalmente es un criminal, su crimen reside en la fantasía y en los deseos culpables de la infancia. [...] Las satisfacciones disfrazadas, secretas, latentes se manifiestan por síntomas: la culpabilidad es asimilable a esos síntomas. (Vásquez, 2014, pág. 81)

Y aquí es donde el sentimiento de culpa se vuelve un sentimiento cegante, que, a través del superyó, persigue al sujeto con la idea de que hay acciones y/o pensamientos que no puede controlar, que son dañinas y que necesita reparar.

El impulso a anular o reparar este daño proviene de sentir que el sujeto mismo lo ha causado, o sea, de la culpa. Por consiguiente la tendencia reparatoria puede ser considerada como consecuencia del sentimiento de culpa. (Klein, 1948, pág. 12)

Melanie Klein apunta perfectamente a esta consecuencia significativa del sentimiento de culpa, la necesidad de reparación. La culpa, al corroer al sujeto con la idea de haber hecho daño, lo deja en un estado de deuda que debe ser asumida y saciada, ya que ese sería el modo de otorgar tranquilidad psíquica al sentimiento de culpabilidad. Esta reparación se podría dar en alguna acción dirigida hacia el sujeto/objeto que siente haber dañado, o, en alguna acción personal que tenga un significado reparador para el sujeto, como por ejemplo, en el caso de la religión

católica, el confesarle a dios el acto cometido. Dicho esto, acá comienza a visualizarse el valor que se le otorga a la cultura que se habita, y será a raíz de aquello que el sujeto inspeccionará en cómo reparar la acción incorrecta que lo corroe. Tal como analiza la psicóloga Silvia Bleichmar (2016) el concepto de culpa se funda en la relación con el otro y también en la constitución intrapsíquica de aquello, jugando un papel fundamental la cultura y el valor que se le otorga a esta. Es así como, el papel que juegan las normas morales del entorno del sujeto (cultural y social) son un gran peso en la constitución psíquica del superyó, ya que el sujeto se desarrollará bajo normas morales que nunca fueron cuestionadas y que tampoco necesitan tener una explicación, solo han sido las normas que el sujeto ha incorporado. Así, en muchas ocasiones, cometer actitudes moralmente incorrectas no lleve a acciones legales para el sujeto, pero si lo llevarán a sentirse atrapado en un sentimiento de culpabilidad al cual no le logrará hallar explicación. Esto último es fundamental, ya que, probablemente, el sujeto no logre razonar por qué esa norma tiene un peso para él, pero sí existe una distinción entre normas que obedece, y en consecuencia, siente culpa al no obedecerlas, y normas que no causan aquello, es decir, la culpa moral depende del significado que el sujeto concede a la normativa social (Sastre et al., 2003) y aunque el sujeto no le encuentre un sentido a la norma, demuestran factores a los cuales se le otorga valor y a los cuales no.

El bien y el mal a menudo no son más que construcciones culturales y sociales con lo que gran parte de lo mejor de nosotros mismos es víctima de una represión, que llevamos a cabo sin caer en la cuenta de que en ello somos unas víctimas de nuestra sociedad y nuestra cultura. (Vásquez, 2014, pág. 82)

Por lo tanto, sería el conjunto de acciones que podrían dañar a un otro amado, acciones que podrían dañar la autoimagen o acciones moralmente incorrectas (que tienen un peso para el sujeto) los factores que internaliza el superyó llevándolos al razonamiento de que cometer tales acciones es una situación incorrecta que debe ser reparada, lo que se experimenta psíquicamente como sentimiento de culpa. Pero ¿Cómo se siente la culpa? Vásquez lo define como “La conciencia de estar agobiado por un peso que aplasta, así como en un remordimiento que corroe internamente” (Vásquez, 2014, pág. 77). Es de este modo que la culpa se podría distinguir como un sentimiento que pesa y que mantiene la mente ocupada con remordimiento. Y tal como se desarrolló anteriormente, el sentimiento de culpa está siempre acompañado de una necesidad de reparación, por lo tanto, el sujeto se mantiene en tensión generando una ola de pensamientos de cómo arreglar la acción inadecuada cometida. Por lo tanto, es un

sentimiento que distrae, y que en su exceso, podría llevar a patologías depresivas debido a su carácter invasivo.

La depresión mayor es un trastorno mental que se caracteriza por una tristeza profunda y una pérdida del interés; además de una amplia gama de síntomas emocionales, cognitivos, físicos y del comportamiento. Estos síntomas incluyen el llanto, la irritabilidad, el retraimiento social, la falta de libido, la fatiga y la disminución de la actividad, la pérdida del interés y el disfrute de las actividades en la vida cotidiana, además, de los sentimientos de culpa e inutilidad. (Pérez, Cervantes, Hijuelos, Pineda & Salgado, 2017, pág. 73)

Podemos observar que la depresión ya no solo invade los pensamientos y las acciones que se llevan a cabo, como lo es característico del sentimiento de culpa. En la depresión, esta lleva a consecuencias físicas y se expande a experimentar diversas emociones/sentimientos desagradables. La depresión deja en un estado prolongado de sentimientos invasivos que dificultan la interacción social, educacional y/o laboral, existiendo tendencia a disminuir las actividades que el sujeto anteriormente realizaba de forma común y cotidiana. Debido a que la depresión intensifica los pensamientos negativos, el sentimiento de culpa podría ganar aún más poder en el sujeto, siendo la psiquis más susceptible a observar una serie exagerada de acciones como incorrectas. Así, la disminución o ausencia de actividades cotidianas en el sujeto significaría más tiempo dedicado a los pensamientos culposos. Por lo tanto, el sujeto se encontraría sumergido en una mentalidad depresiva, y la culpa, debido a ser un sentimiento que ya se encontraba presente en los sujetos, gana aún más poder en la psiquis invadiendo de este modo la representación de los recuerdos.

La interiorización de los problemas sociales, o la autoinculpación, pueden, en circunstancias extremas, llevar a tendencias suicidas, conducta autodestructiva (ebriedad crónica o drogadicción), conducta homicida o paranoia clínica. (Petras, 2004, pág. 4)

Finalmente, lo problemático se crea en el momento en que se vuelve común en el sujeto representar las experiencias a través de sentimiento de culpa, ya que, el sujeto se mantendría en un estado prolongado de remordimiento y con necesidades continuas de reparación. Al ser común el razonamiento culposo en el sujeto, las acciones que éste ejecuta como reparadoras,

probablemente, tampoco sean suficientes ni tranquilizantes, y de este modo, el sujeto estaría expuesto a padecer patologías inquietantes, depresivas y/o autodestructivas.

Lo interesante aquí, es que, el sentimiento de culpa, en cuanto a investigaciones académicas, generalmente se investiga y/o trabaja a partir de hechos traumáticos, es decir, existen bastantes estudios en cuanto a la culpa proveniente de haber sido víctima de un delito sexual, la culpa experimentada en un divorcio, la culpa instaurada a partir de una educación católica, etcétera. Por el contrario, lo que busca esta investigación es indagar en cuanto a la culpa cotidiana y transversal al ciclo vital, no necesariamente a partir de un hecho traumático, si no, el conjunto de culpas con las cuales carga todo sujeto en distintas intensidades, deteniéndose en una gran consecuencia que podría llevar aquella: la depresión. Por lo tanto, esta investigación indaga en las afecciones psicopatológicas que se pueden desarrollar debido a la presencia de culpa en el sujeto, buscando hacer un recorrido (a través del relato de la trayectoria de vida) en cómo la culpa puede desencadenar un cuadro depresivo. Es así cómo, al existir una depresión en un paciente, conocer sus culpas y las experiencias que visualiza a través de un razonamiento culposo, podría dilucidar, terapéuticamente, por dónde va el peso que el paciente está sintiendo, lo que podría estar gatillando la depresión. Para eso, es necesario reconocer de qué modo los sujetos relacionan el sentimiento de culpa con sus trayectorias de vida, visualizando la intensidad de la culpa que siente y cuál es el razonamiento que se le da a aquella. En esa misma línea, trabajar en otorgar significados distintos a las situaciones vistas como culposas podría ser una gran vía en el desarrollo terapéutico para encontrar tranquilidad en el paciente.

Por lo tanto, la pregunta que se plantea en este artículo es: ¿De qué modo el sentimiento de culpa influye en la representación que le otorgan a su trayectoria de vida sujetos que han atravesado cuadros depresivos?, con los objetivos de explorar el modo en que sujetos que han atravesado cuadros depresivos representan su trayectoria de vida, identificar la presencia de sentimiento de culpa en los relatos biográficos de sujetos que han atravesado cuadros depresivos, y, distinguir las situaciones que hacen sentir culpable a los sujetos entrevistados, profundizando en cómo han actuado ante tal sentimiento. Todo esto bajo la premisa de examinar el modo en que el sentimiento de culpa influye en la representación que le otorgan a su trayectoria de vida sujetos que han atravesado cuadros depresivos.

Enfoque metodológico

Este artículo se enmarca dentro de una investigación cualitativa, el foco principal está en las representaciones que le otorgan sujetos que han atravesado cuadros depresivos a sus experiencias pasadas, centrándonos en las particularidades y emoción que acompaña cada discurso. “El investigador cualitativo se mueve en el orden de los significados y sus reglas de significación: los códigos y los documentos, o significaciones.” (Canales, 2006, pág. 19) Lo primordial está en inspeccionar las subjetividades de los sujetos y sus propias formas de representar sus vivencias, observando detalladamente (desde el lenguaje, la emoción y la gestualidad) el modo en que expresan sus trayectorias de vida. Es a raíz de aquello que la recopilación de información es a través de entrevistas biográficas, ya que, lo esencial en esta investigación es reconocer la presencia de sentimiento de culpa sin preguntar directamente sobre aquello, si no que observar la presencia de angustias, remordimiento, morales instauradas, necesidades de reparación, entre otros indicios de culpa en el relato del sujeto, y desde ahí, profundizar en tal sentimiento. Por este motivo, “El objetivo es mostrar el testimonio subjetivo de una persona en la que se recojan tanto los acontecimientos como las valoraciones que dicha persona hace de su propia existencia” (Pujadas, 2002, pág. 48) De este modo, lo esencial se encuentra en la manera en que el mismo sujeto tiñe su historia con sentimientos, priorización de acontecimientos, tonos de voz, incomodidades y el propio orden que este le quiera dar a su biografía, en donde lo omitido o los saltos temporales también son parte de la historia que se cuenta (Pujadas, 2002). Cumpliendo estos términos, se realizaron tres entrevistas biográficas a personas que declaraban haber atravesado un cuadro depresivo dentro de los últimos tres años. Las características generales de los/as entrevistados/as son las siguientes: una mujer de veintidós años, un hombre de diecinueve años y una mujer de sesenta y dos años. Cabe destacar que, el orden en que están mencionados en esta sección no es el mismo orden en el que están enumerados en las citas, esto con el objetivo de resguardar sus identidades. Por este mismo motivo los nombres no fueron incorporados en el presente documento. Finalmente, a todos los participantes se les hizo firmar un consentimiento informado y se les facilitó un resumen de la investigación antes de iniciar la entrevista.

Resultados y análisis

1. Indicios de sentimiento de culpa a través de la trayectoria del ciclo vital

Es fundamental considerar que a medida que los sujetos transitan su trayectoria de vida experimentan múltiples etapas del ciclo vital, las cuales son diferentes en sus expresiones físicas, afectivas, sociales, psíquicas y estructurales. De este modo, cada persona transita su ciclo vital a sus propios tiempos y con sus propias subjetividades, por lo mismo, no podemos asumir que el sentimiento de culpa se vive de igual manera en todas las etapas del ciclo vital ni tampoco asumir que es transversal a este. Por lo tanto, para comprender la constitución psíquica del sujeto, y de este modo, su razonamiento culposo y sus herramientas para enfrentar la culpa, es fundamental conocer el recorrido del sujeto y cómo este sentimiento ha transitado y se ha ido moldeando en su trayectoria de vida. De este modo, se iniciará el recorrido en la infancia pasando por la adolescencia hasta llegar a la adultez, para así observar la variabilidad del sentimiento de culpa y sus distintas representaciones.

En primer lugar, las infancias de los sujetos entrevistados están principalmente sostenidas por altos niveles de estrés, el cual está acompañado de una base psíquica de complacencia hacia el mundo y una gran carga de autoexigencia. Este estrés está principalmente relacionado a sentir una presión constante de ser “buen niño/a” y de no cometer errores, tales como, no ser una carga para los padres, ser buen hermano/a mayor, ser una persona educada, comportarse bien ante las personas externas de la familia y tener un adecuado comportamiento y rendimiento en el colegio.

“Me recuerdo bastante miedosa, muy asustada, muy curiosa de intentar entender mucho todo el funcionamiento de las cosas, de saber mucho por lo que me enseñaban en el colegio, como de poner mucho esfuerzo en aprender como por gusto y de tener mucho miedo de la autoridad sobre todo. Me imagino un poco nerviosa, asustada, pero a la vez bastante inteligente.” (Entrevistado/a 2)

Esta fuerte autoexigencia conlleva a infancias bastante miedosas y copadas de inseguridades, niños/as muy sumisos ante la autoridad y una presión constante de condescender al mundo. Así, un niño/a con un alto nivel de autoexigencia, ante una equivocación, generaría automáticamente una elevada carga de estrés sin siquiera haber sido castigado por un otro. Es decir, existe una presencia intrapsíquica muy sólida de autoridad cuando en esa etapa se debería

tener más flexibilidad ante la norma. En la infancia se puede analizar que aún no se conforma la representación del sentimiento de culpa como tal, sino que más bien se representa a través del estrés. Por lo tanto, estas representaciones de estrés generarían estructuras de personalidad bastante susceptibles a representar experiencias con culpa en un futuro. Luego, en la adolescencia, se comienza a tener conciencia de que esa autoexigencia responde a una auto-imposición moral, por lo tanto, comienzan las representaciones culposas debido a la internalización fantasmagórica de la norma.

“Mayor conciencia de lo que estaba bien y lo que estaba mal, y lo que yo tenía que hacer y no tenía que hacer, como mucha más atención a todas mis acciones, y sobre todo creo que nació mucho la moralidad, como una auto-imposición moral así fuerte.”
(Entrevistado/a 2)

A la par, se vive la ambivalencia de que es una etapa del ciclo vital caracterizada por el descubrimiento y aumento de la autonomía, lo que conlleva naturalmente a aciertos y equivocaciones. Por lo tanto, en personas que desarrollaron una personalidad insegura en la infancia, aumenta considerablemente el sentimiento de culpa debido a la confusión que enmarca la autonomía, es decir, los actos no supervisados por una autoridad estarían colmados de inseguridades, lo que en muchas ocasiones conlleva a equivocaciones que generan una decepción de la autoridad o directamente una decepción de ellos mismos. Así, las adolescencias en general son vistas como un lugar de confusión que genera frustración su recuerdo, lo cual conlleva a una idea de querer regresar a esa etapa con el objetivo de darle más claridad a uno mismo y así no haber “generado” tanto sufrimiento en los padres o en su propia persona. Por otro lado, luego de los procesos de resignificación que han vivido las personas entrevistadas, logran visualizar que los errores de la adolescencia (tanto de rebeldía como de pasarse a llevar a uno mismo) es un aprendizaje que les ayudó de forma considerable para conocer sus propios límites y los del resto, pero que dejó importantes secuelas de razonamientos culposos que se ven importantemente reflejados en la adultez. Posterior, ya en la adultez, surge un deseo por comenzar a tomar las riendas de la propia vida, pero a la par comienza la conciencia de deberes vitales, lo que genera una presión aún mayor. Estos deberes vitales corresponden a responsabilidades económicas, sociales, de salud, etcétera, que generan una visión de que los errores en esta etapa tienen graves efectos para el entorno y para sí mismos, ya que son ellos los principales responsables de estos quehaceres a diferencia de las etapas anteriores.

“Hay que tomarle más peso a las cosas que uno antes no le daba importancia, ya sea en la salud, en lo económico, en todo el ámbito laboral por decirlo así, se le toma mucho más el peso a las cosas, no es tan a la ligera como uno lo veía antes.” (Entrevistado/a 3)

Estas responsabilidades en personas con alta tendencia a la culpabilidad generan una presión constante de estar al cien por ciento para los deberes sin cabida para espacios de disfrute o diversión, ya que, como ya no se encuentran en la etapa adolescente, la creencia es que ya no corresponde tener tiempo para aquello. Por lo tanto, existe un deseo de autonomía a la par de una presión de perfección, y así, las representaciones de culpa en la adultez están muy ligadas a la presión de ser suficientes para el sistema, intensificándose esto especialmente cuando hay presencia de hijos/as. “Cuando me casé y tuve hijos como que te pegas el palmazo de que tienes que ser adulta y ya no tienes derecho a sentirte tan libre” (Entrevistado/a 1). Por lo tanto, la culpa comienza a provenir del disfrute, del ocio y el tiempo libre, y así es como las personalidades autoexigentes, especialmente en la adultez, se mantienen extremadamente funcionales sin comprender el daño psicológico que eso puede causar (Ej. un cuadro de estrés o un cuadro depresivo). En el caso del tránsito a la adultez mayor se tiende a generar la respuesta adversa, la culpa comienza a aparecer debido a la sensación de haberse reprimido a uno mismo por las responsabilidades, dejando de lado los propios deseos.

“Como que hubo un periodo muy largo en que pasé de adolescente a casarme y después criar hijos y toda la cuestión, y la vida se me fue y desperté ahora, entonces fue como muy fuerte, muy intenso, muy lleno de emociones, de cosas, de anularme como persona y de repente despertarse” (Entrevistado/a 1)

De este modo, se observa un patrón transversal de culpa en la trayectoria de vida de personas autoexigentes, culpa que aparece constantemente en el relato de un modo u otro, ya sea por tener espacios de ocio o por haber estado muy enfocados en ser funcionales, por haber vivido adolescencias más rebeldes o por haber vivido adolescencias más estructuradas, en fin, el filtro para observar el pasado siempre es a través del sentimiento de culpa, lo que es aún más preocupante cuando al relatar los hitos importantes de sus trayectorias de vida los recuerdos que se llevan el foco son los observados con culpabilidad.

2. El sentimiento de culpa vivenciado a través de la visión de hijo/a

En los relatos de las personas entrevistadas se observó un importante malestar relacionado a la sensación de haber sido un estorbo para sus padres cuando niño/a. Dentro de la pauta de entrevista no se preguntaba directamente por aquello, lo cual surgió de modo natural y a raíz de un alto índice de sentimiento de culpa ligado a la sensación de ser una carga para sus cuidadores, lo que se había generado debido a problemas entre los padres de los cuales se sentían responsables. Cabe destacar que, el cuidado parental que ellos relatan, en la totalidad de los casos, corresponde a un cuidado materno sin presencia constante del padre, en algunos casos existía presencia ambivalente del padre y en otros casos la presencia del padre era nula. A raíz de aquello, el malestar que aquejan se debe a la creencia de que los problemas entre sus figuras paterna y materna eran consecuencia de su existencia y que su presencia era un peso para sus cuidadores.

“Mi papá no le daba dinero a mi mamá, entonces yo me sentía un poco una carga, recuerdo sentirme culpable de estar, como de ser su mayor gasto, y de que yo era lo que la vinculaba con mi papá, recuerdo esa sensación de sentir que la estaba molestando a ella. Pensaba “no la voy a molestar más” “voy a empezar a ser más así para que ella no se estrese” o como para que ella disfrute que yo esté aquí” (Entrevistado/a 2)

Por lo tanto, se comienza a generar una visión de que como hijos/as hay que esforzarse para que los padres se sientan orgullosos de la propia existencia, bajo la idea de que ese orgullo hay que ganárselo. Por lo tanto, aquí se esclarece algo que no estaba considerado anteriormente en esta investigación, la autoexigencia que enmarca las personalidades culposas yace en el esfuerzo de no ser un estorbo para los padres, ya que la idea base es que ser hijo/a es el causal de sus problemas. Esta sensación se intensifica al presenciar discusiones de los padres entre sí, lo que muchas veces corresponde a discusiones ligadas a la crianza. Por lo tanto, el sentirse intermediarios de la separación de los padres genera que el niño/a comience a sentir responsabilidad de aquello, conllevando a la idea de que él es el responsable del malestar del cuidador que quedó a cargo, lo que en estos casos correspondería a la madre. Por lo tanto, el niño comienza a sentir culpa debido a su sensación de ser un estorbo, es decir, comienza a sentir culpa por su propia existencia. Esta sensación de ser un estorbo genera una idea imaginaria de deuda con la madre, lo que conlleva a una necesidad de reparación que se dará en el esfuerzo por la incondicionalidad del vínculo, sin importar lo que eso implique. “Tuve que madurar para no seguir mandándome embarradas y no hacer sentir mal a mi mamá.”

(Entrevistado/a 3) De este modo, los procesos personales de crecimiento y autonomía se comienzan a ligar a un intento de reparación constante hacia la madre, y así, la culpa comienza a recaer frecuentemente en no ser lo suficiente buen hijo/a para ella. “Siempre sentí como que yo no fui tan buena hija con ella y de repente me arrepiento de no haber estado un poco más con ella, no haberla hecho sufrir” (Entrevistado/a 1) Lo que finalmente es respuesta a una problemática del sistema patriarcal del abandono del padre (temática que no se ahondará a profundidad en este artículo) y de sentir la responsabilidad como hijos/as de llenar ese vacío. Sumado a, lo problemático que es la exposición de los hijos/as a los problemas de los padres, ya que, al ser peleas enmarcadas en el contexto de padres, y no de pareja, genera la idea de que ser hijo/a es la razón del problema.

3. Caracterización de la culpa experimentada

En cuanto a la caracterización del sentimiento de culpa relatada por los entrevistados, describen el sentimiento de culpa como la sensación de un peso constante que cargan en la espalda, el cual, al razonarlo, colapsa la mente debido a la presencia de pensamientos repetitivos de situaciones del pasado de las cuales el sujeto se arrepiente y desea cambiar. Estas situaciones culposas, según los entrevistados, generan una sensación de que uno es responsable de daños importantes hacia los otros, construyéndose una visión de sí mismo como si lo caracteriza la “maldad”. “Más lo pensaba y me parecía que yo era más mala y que menos tenía derecho de vivir” (Entrevistado/a 2) Lo que impide que los sujetos externalicen estos pensamientos por el miedo a que otro corrobore esta visión negativa de ellos mismos, exacerbándose el peso. Esto mantiene a los sujetos en una necesidad constante de cambiar la propia forma de ser debido a la creencia de que si no cambian generarán un daño aún peor, lo que en esta investigación lo he denominado una paranoia culposa¹. Finalmente, y en los casos más complejos, el sentimiento de culpa se vuelca a un delirio en donde el sujeto se comienza a imaginar escenarios catastróficos de situaciones que cree tener culpa, “Empiezo a pensar situaciones que realmente no van a pasar, pero se me pasan por la mente y me empiezo a poner nervioso” (Entrevistado/a 3), a raíz de aquello, se genera una búsqueda de reparaciones que fracasan constantemente y potencian la frustración, lo que es el principal desencadenante de una depresión mayor.

¹ Tras los hallazgos de esta investigación, definiré paranoia culposa como: creencia constante, sin base suficiente, de que las consecuencias de las situaciones recaen frecuentemente en culpa de sí mismo, generando una visión de sí mismo como una persona dañina.

4. Cuadro depresivo y sentimiento de culpa

El cuadro depresivo aparece en un punto álgido de exacerbación del sentimiento de culpa en dónde el sujeto comienza a culpabilizarse por la mayoría de sus actos o directamente a sentir culpa por existir, lo que es sumamente peligroso debido a las ideaciones suicidas que conlleva aquello. Esta culpa por existir se podría dar por la noción, antes mencionada, de que la propia existencia sería un estorbo para los sujetos amados, o, por otro lado, se podría dar por la sensación de que la propia existencia es generadora de un daño constante, ambas representaciones observadas desde un lado culposo - imaginario - y no real. En algunos casos, los cuadros depresivos culposos están caracterizados por una paranoia en la que el sujeto siente culpabilidad por cada situación que presencia, por más de no haber tenido relación directa con lo sucedido, imaginando múltiples escenarios de consecuencias negativas al respecto. “Como que todo lo que pasaba era mi culpa, así como que algo nada que ver conmigo era mi culpa.” (Entrevistado/a 3) Estos pensamientos catastróficos repetitivos comienzan a generar un estado de alerta constante, del cual hasta se podría llegar a un cuadro psicótico² debido a la pérdida del juicio de realidad que generaría el no poder diferenciar entre las situaciones que realmente el sujeto podría tener responsabilidad y de las cuales no. Finalmente, estos cuadros depresivos nacen principalmente bajo la sensación de haber acumulado altos niveles de malestar sin expresarlo, tal como dice una entrevistada “habérselo tragado todo” (Entrevistado/a 1), lo que genera que la representación de culpa distorsione el recuerdo y se vuelva la responsabilización de la experiencia más criminalizadora. De este modo, los cuadros depresivos caracterizados con altos niveles de culpabilidad también aparecen por una falta de soportes emocionales, ya que, al no obtener un juicio de realidad externo sobre las situaciones por las que se siente culpabilidad generarían la intensificación de tal sentimiento. En un cuadro depresivo culposo se exagera también la pena y la confusión, generando una sensación de estar “nublado” en el lenguaje de los propios entrevistados.

5. Manejo del sentimiento de culpa y resignificación

Las herramientas que han encontrado los entrevistados para afrontar el sentimiento de culpa son múltiples y personalizadas. El punto común se encuentra en observar las situaciones representadas con culpa de una forma más objetiva que los distancie de la confusión, es decir,

² Cabe destacar que se habla de un cuadro psicótico (temporal) y no a la construcción de una estructura de personalidad psicótica.

pidiendo ayuda para que un tercero le otorgue juicio de realidad a la situación que se cree ser responsable de aquella.

“Explicarlo a la gente en la cual confío y que la gente me ayude a rebajar este cuento que empiezo yo a contar, bajar un poco la realidad a las cosas. Eso es lo que más me ayuda.” (Entrevistado/a 2)

De este modo, los sujetos pueden observar la situación desde una visión externa que le ayude a otorgar una distinta representación a la experiencia, distanciándose de la representación de culpabilidad. Por otro lado, analizan que para distanciarse de la paranoia culposa era importante abandonar la visión de que uno puede controlar todos los sucesos de la vida, sino que lo principal estaba en saber encontrar tranquilidad en ellos mismos valorando los espacios personales de sanación, como escuchar música, realizar viajes/paseos y apoyarse en personas de confianza si es necesario. Cabe señalar que, evidentemente, por más de que existan herramientas para afrontar el sentimiento de culpa esta no desaparecerá por completo, las herramientas corresponden a cómo alivianar el peso del sentimiento de culpa y así no recaer en cuadros depresivos. Por último, cabe destacar que validar otros sentimientos desagradables, como por ejemplo, la rabia, también es una herramienta para alivianar el sentimiento de culpa, ya que, también la rabia es un proceso de aceptar que el resto también se equivoca y que es válido expresarlo a través del enojo para establecer los propios límites, ya que es sumamente dañino que el único método de defensa sea el autorreproche. “Una parte importante creo que fue la rabia, la rabia que me empezó a aparecer y a impulsar a cortar lazos y a armar otros.” (Entrevistado/a 2) Cabe destacar que, si bien, la expresión de la rabia también puede ser un proceso sanador, no significa que se justifiquen todos los actos provenientes de este sentimiento, también debe ser manejado y equilibrado para que cumpla un objetivo terapéutico.

Discusión

Sin duda el hallazgo más significativo de esta investigación es el sentimiento de culpa con el cuál cargan los sujetos por la sensación de haber sido un estorbo y/o una carga en la infancia, lo que los dirige a múltiples escenarios, tales como, estructuras de personalidad consolidadas desde la autoexigencia, complacencia hacia el mundo externo, episodios de paranoia culposa y tendencia a caer en cuadros depresivos, todo esto por la imposición de una norma estricta que los posiciona en un estrés constante por cumplir con las expectativas del entorno. Por su lado, el psicoanálisis realiza una sólida teoría en cuanto al modo en que se instaura la norma en la

infancia: la castración psíquica, lo que posterior da paso a la construcción de la estructura de personalidad. El niño, al comprender la imposibilidad interna del Complejo de Edipo, es decir, al comprender que no puede acceder a todo lo que él desea, toma conciencia de la norma, y de ese modo, la autoridad ya no solo se vuelve algo externo, sino que también toma un lugar intrapsíquico, admitiendo el niño la angustia de la castración (Pérez, 2008). Por lo tanto, la castración vendría siendo la aceptación de reprimir el deseo, y al cumplirse aquello, se daría paso a la construcción de una estructura de personalidad neurótica (Pérez, 2008). De este modo, la culpa, naturalmente, existe posterior a la castración, debido a que será el sentimiento que regule la expresión del deseo. El problema está en cuando la instauración de la norma es tan elevada que el sentimiento de culpa gana poder en la psiquis del sujeto. “El Superyó, agencia que conservará el carácter del padre, será más riguroso y se expresará como consciencia moral cuanto más intenso haya sido el Complejo de Edipo y más eficaz la represión.” (Castro, Gurevicz, Muraro & Alomo, 2016, pág. 136) Cabe destacar que la represión no sólo se genera en la instauración de normas por parte de las figuras de autoridad, sino que también se puede dar a partir de hechos traumáticos, como lo es en el caso de las personas entrevistadas, sentirse un estorbo cuando niños e intentar ser perfectos para no molestar a los cuidadores, lo que también constituiría a una represión psíquica. De este modo, el sentimiento de culpa comenzaría a ganar terreno en la psiquis del sujeto, siendo preocupantemente elevados los niveles de culpa en sujetos con infancias culposas, ya que, es una etapa en la que naturalmente no se debería sentir culpa, y por el contrario, la aparición de este sentimiento podría constituir una castración temprana.

Las conclusiones irrefutables que se extraen de la experiencia psicoanalítica requieren que los niños sean protegidos, siempre que sea posible, de cualquier represión demasiado fuerte, y de este modo de la enfermedad o de un desarrollo desventajoso del carácter (Klein, 1945, pág. 15)

De este modo, el ciclo de la infancia debe ser conocido por los cuidadores por lo que la infancia significa, es decir, comprender los procesos de un niño en cuanto a sus ritmos, su simbolización y su mundo de fantasía para no caer en intentar hacerlos crecer más rápido e instaurar normas que no van acorde a sus procesos, ya que, los niños por naturaleza deben tener espacios para sus fantasías y creatividad.

Se trata de la necesidad de que alguien pueda leer al ser hablante allí en términos de “niño”, es decir de alguien que juega. Es una apuesta que en esta ocasión corre por cuenta del adulto. (Mordoh & Leivi, 2016, pág. 525)

El juego será para el niño un lenguaje primordial, y será en el juego también que la norma se irá instaurando, es decir, la norma, en primera instancia, no va instaurada en deberes u obligaciones correspondientes al mundo adulto, sino que en los niños se debería ir dando a través de representaciones simbólicas, como por ejemplo, respetar el turno del otro en el juego, lo que llevaría a cabo a una castración mucho más saludable. Esto no quiere decir que el niño no deba adecuarse a, por ejemplo, reglas del hogar, de los establecimientos educacionales, etcétera, los límites sociales también serán parte de su constitución psíquica, lo importante está en el recorrido que se hace para integrar esos límites, y este proceso, en primer lugar, va dirigido a que el niño comprenda que el mundo no es una omnipotencia de su persona.

Cuando, movilizado por el principio de realidad, trata de hacer una dolorosa renuncia a su propio sentimiento de omnipotencia ilimitada, surge, probablemente en conexión con esto, la necesidad, tan evidente en el niño, de definir los límites de sus propios poderes y los de sus padres. (Klein, 1945, pág. 32)

Así es como el niño, a partir de este proceso de abandonar la omnipotencia en pos de la integración del juicio de realidad, comienza a comprender que la limitación ya no solo será externa, y al comprender que esa limitación también debe ser interna nace el concepto de responsabilidad (Mordoh & Leivi, 2016) concepto que debe ser el que se debe enseñar a los niños como instauración de la norma para que aprendan desde ahí sus propios límites y los del resto, al contrario, la enseñanza de presión/decepción los dirigiría a sentirse insuficientes y a una tendencia a la representación culposa a lo largo de su trayectoria vital. En este último caso, al darse el paso del mundo de la fantasía a la incorporación del juicio de realidad desde el sentimiento de culpa, como lo fue en el caso de los entrevistados, existiría una falta constante debido a no haber podido saciar los deseos en la infancia, ya que haber transitado el mundo de la fantasía saludablemente da el espacio para que en esa instancia todo deseo sea alcanzable. Por lo tanto, al no existir cabida para el mundo de la fantasía en la infancia, la falta del deseo en la adolescencia y adultez sería aún más elevada, lo que llevaría a cabo intensas frustraciones, síntomas depresivos y a sentirse “nublados” al momento de continuar con una funcionalidad constante.

En la vida de los seres humanos se comprueba que ninguna renuncia al deseo es suficiente para satisfacer la ley del amo. Por el contrario, a mayor renuncia, más intenso resulta el sentimiento de culpa que agobia a los sujetos; como si el hecho de aproximarse al ideal hiciera más notable la distancia que siempre existe con él y más evidente la imposibilidad de realizarlo. El más virtuoso será así quien más intensamente experimentará el sentimiento de culpa. (Gerber, 2005, pág. 43)

Por lo tanto, la existencia de un ideal del yo colmado de autoexigencia dirige a la lejanía del deseo y a una insuficiencia que plasma al sujeto, generando que siempre hay algo de lo que se debe sentir culpable y que es necesario de estar razonando constantemente en pos de encontrar la perfección, ya que, se debe estar lo más “racionalizado” posible para estar lejos de esa falta, la cual correspondería a la falta del deseo. De este modo, el sujeto estará en una búsqueda constante de esa falta (falta que yace en la infancia), lo que lo dirigirá constantemente a llenar ese vacío con autoinculpación y a través de una paranoia de deudas de él hacia el resto, paranoia caracterizada por “voces de carácter injurioso que insisten en recordarle al sujeto algún antiguo pecado.” (Gurevicz & Muraro, 2017, pág. 375) lo que en esta investigación lo he llamado paranoia culposa. Así, “El auto-reproche llega al punto del delirio de indignidad.” (Gurevicz & Muraro, 2017, pág. 375), ya que, siempre existirá un vacío que será llenado con la autoincriminación, sin importar que tan alejado de la realidad esté ese razonamiento. Será paradójico, porque el sujeto no se podrá sentir tranquilo sin pensar en sus culpas, pero serán las mismas culpas lo que lo mantendrán intranquilo. “el delirio de culpa no es un delirio florido, sino un mea culpa obsesionante” (Gurevicz & Muraro, 2017, pág. 377). Así mismo, tal como decían los entrevistados, los sujetos comienzan a sentir que han hecho tanto daño (debido a no ser lo suficientemente buenos) que los caracteriza la maldad, y así, la culpa los lleva a pensar que merecen el malestar que aquejan (Castro et al, 2016) malestar que en estos casos correspondería a mantener la mente ocupada intentando cambiar situaciones del pasado que son irrepetibles, reafirmando la posición (imaginaria) de que son personas dañinas, lo que les otorga una autoexigencia aún mayor por intentar ser suficientemente buenos, y en consecuencia, deprimiéndose por sentir que no lo logran.

Pero finalmente, la persona que vivió una importante carga de autoexigencia en la infancia, la cual tiende a representar sus experiencias con culpa a lo largo de su trayectoria de vida, no está condenada a caer y/o recaer en cuadros depresivos, en algún momento también se dará cuenta

que hay algo externo que le genera ese malestar y que no todas las responsabilidades recaen en sí mismo. Al encontrarse con ese malestar externo el sujeto comienza con un comprendimiento de su historia que lo ayuda a encontrar tranquilidad. “Al análisis no se llega sino por el encuentro con algún fragmento de real que descompensa este sinthome soporífero.” (Schejtman, 2007, pág. 258) Ese fragmento real es observar el pasado pero desde otras representaciones, validando las equivocaciones, la rabia, la inestabilidad, la insuficiencia, lo que se dará en el comprendimiento de la propia historia, el propio cobijo y entender que no todo es tan controlable como el sujeto culposo intenta serlo. Así, se deja de validar el razonamiento culposo surgiendo desde la propia validación nuevas formas de representar las experiencias, un arduo trabajo pero colmado de procesos de liberación psíquica de la culpa.

Conclusión

El sentimiento de culpa, habitualmente, se estudia a partir de su expresión en culturas religiosas o a raíz de hechos traumáticos específicos, y si bien, hay múltiples estudios (especialmente desde el psicoanálisis) en cuánto a la constitución psíquica de la culpa (a partir de la castración, la moralidad/superyó y la neurosis), la cual es una base primordial para esta investigación, no se habla mucho del sentimiento de culpa que puede atravesar la trayectoria de vida de múltiples personas, lo cual es sumamente preocupante, ya que, como observamos en este artículo, acumular una carga considerable de culpas (enmarcadas dentro de lo imaginario) conlleva a alejarse del juicio de realidad y a una tendencia a presentar cuadros depresivos mayores. Estos cuadros depresivos, experimentados a partir de una habitualidad de representar experiencias desde el sentimiento de culpa, también tienen sus particularidades, ya que, en estos casos no es el cuadro depresivo el que lleva a la representación culposa, sino que es la autoinculpación constante la que desencadena el cuadro depresivo, estando el cuadro depresivo caracterizado por una paranoia culposa, es decir, el sujeto cree constantemente que cometió graves errores generando una idea de que es una persona dañina, viéndose esto reflejado en una sintomatología de depresión mayor. Esta tendencia a la representación culposa se puede observar como consecuencia de infancias con altos niveles de estrés y una autoexigencia plasmada en la estructura de personalidad que yace en tal etapa, analizándose que, las personas que tienden a representar sus experiencias pasadas con autoinculpación probablemente se sintieron una carga para sus figuras amadas en la infancia debido a presenciar problemáticas entre sus cuidadores, lo que sería un buen punto a profundizar en una próxima investigación. Finalmente, se puede observar que, en el momento en que el sujeto culposo se encuentra con el malestar externo, como lo podría ser en estos casos, el malestar que surgió en la infancia,

surge una descarga y resignificación de estos sentimientos de culpa que abre el camino para poder representar la trayectoria de vida desde otros lugares, y así, yace un análisis hacia encontrar tranquilidad en la propia persona y abandonar la tendencia al razonamiento culposo.

Bibliografía

- Barbieri, M. (2014). Narrativa personal, trayectoria de vida y construcción de identidades. *Revista humanismo y cambio social*, 24-32. Obtenido de: <https://revistashumanidadescj.unan.edu.ni/index.php/Humanismo/article/view/47/43>
- Bleichmar, S. (2016). *Vergüenza, culpa, pudor. Relaciones entre la psicopatología, la ética y la sexualidad*. Paidós: Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
- Canales, M. (2006). *Metodologías de investigación social*. LOM: Santiago de Chile.
- Castro, S., Muraro, V., Gurevicz, M., & Alomo, M. (2016). Consideraciones sobre el auto-reproche y el sentimiento inconsciente de culpa. *VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*, 135-137. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Obtenido de: <https://www.aacademica.org/000-044/677.pdf>
- Gerber, D. (2005). *El psicoanálisis en El malestar en la Cultura*. Lazos: Buenos Aires. Obtenido de: https://archivo.estepais.com/inicio/historicos/176/7_ensayo3_el%20psicoanalisis%20en%20el_gerber.pdf
- Gurevicz, M., & Muraro, V. (2017). La melancolía y el delirio de culpa. *IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*, 375-377. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Obtenido de: <https://www.aacademica.org/000-067/888.pdf>
- Gutnisky, S.F. 26-Modelo Estructural del Aparato Psíquico. Obtenido de: https://www.researchgate.net/profile/David-Gutnisky/publication/339299228_El_Mundo_de_la_Salud_Mental_en_la_Practica_Cli

[nica/links/5eb0a54ba6fdcc7050a974b5/El-Mundo-de-la-Salud-Mental-en-la-Practica-Clinica.pdf](https://www.insumisos.com/M4T3R14L/BD/Klein-Melanie/Sobre%20la%20teoria%20de%20la%20ansiedad%20y%20la%20culpa.PDF)

Klein, M. (1945). *Amor, culpa y reparación*. Paidós: Buenos Aires.

Klein, M. (1948). Sobre la teoría de la ansiedad y la culpa. *Obras completas, desarrollo en psicoanálisis*, 235-351. Obtenido de: <https://www.insumisos.com/M4T3R14L/BD/Klein-Melanie/Sobre%20la%20teoria%20de%20la%20ansiedad%20y%20la%20culpa.PDF>

Mordoh, E., & Leivi, T. (2016). Culpa, responsabilidad y acto en la infancia. *VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*, 523-525. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Obtenido de: <https://www.aacademica.org/000-044/791.pdf>

Pérez, A. (2008). De la neurosis y el carácter. *XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*, 208-209. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Obtenido de: <https://www.aacademica.org/000-032/591>

Pérez, E., Cervantes, V., Hijuelos, N., Pineda, J., & Salgado, H. (2017). Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión mayor. *Revista biomédica*, 73-98. Obtenido de: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-84472017000200073

Petras, J. (2003). Neoliberalismo, resistencia popular y salud mental. *Revista de reflexión socioeducativa*, 13-16. Obtenido de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2149738>

Pujadas, J. J. (2002). *El método biográfico: El uso de las historias de vida en ciencias sociales*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas. Obtenido de: <https://www.uv.mx/mie/files/2012/10/MetodoBiografico.pdf>

Sastre, G., Moreno, M., & Pavón, T. (2003). La construcción del razonamiento moral: el sentimiento de culpa. *Anuario de psicología*, 191-201.

Schejtman, F. (2007). Para una cartografía del último Lacan. *XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur*, 256-259. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Obtenido de: <https://www.aacademica.org/fabian.schejtman/4.pdf>

Vásquez, A. (2014). FREUD Y KAFKA: CRIMINALES POR SENTIMIENTO DE CULPABILIDAD. Crueldad, neurosis y civilización. *Eikasia: revista de filosofía*, 73-92. Obtenido de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4909251>

Yacuzzi, M. L. (2017). El concepto de representación en psicoanálisis: algunas notas para su abordaje. *IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Obtenido de: <https://www.aacademica.org/000-067/1013.pdf>